

Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie



« Le rugby adapté à tous pour une pratique ludique, mixte et sans contact »

- ❖ Porteur : Vals et Villages en Astarac L'Isle de Noé XV
- ❖ Bénéficiaires de l'action : personnes âgées à domicile
- ❖ Thématique : activité physique adaptée / atelier équilibre
- ❖ Objectif principal : favoriser l'activité physique des séniors, la souplesse, la coordination.
- ❖ Contenu de l'action : 3 actions développées :
 - activités ludiques avec un ballon de rugby favorisant l'endurance et le renforcement musculaire : marche, déplacements doux et travail de mobilité, en extérieur ou en salle (18 séances) ;
 - activités de cirque axées sur la souplesse, la coordination et l'équilibre (20 séances) ;
 - intervention d'un kinésithérapeute pour des exercices de proprioception sur 6 de ces séances.

Animé par deux animateurs de rugby diplômés (Brevet Fédéral en rugby santé / diplôme d'état (mention rugby à XV), un animateur technicien dans les arts du cirque et cirque adapté (BPJEPS) et un kinésithérapeute diplômé d'état.

- ❖ Nombres d'ateliers : 1
- ❖ Nombre séances par atelier : 38
- ❖ Durée séance : 1h
- ❖ Nombre total de séances : 38
- ❖ Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier : 12
- ❖ Nombre total de bénéficiaires sur le projet : 12
- ❖ Lieu de l'action par EPCI : Astarac Arros en Gascogne
- ❖ Lieu de l'action par communes : Saint Médard
- ❖ Calendrier : de janvier à décembre 2024
- ❖ Inscription : Mme BOURDALLE Annie : 06.80.10.38.27 ou annie.bourdalle@wanadoo.fr