

# PROMOUVOIR LA SANTÉ DES SÉNIORS

**ADES**<sub>DU</sub>**RHÔNE**  
& DE LA METROPOLE DE LYON  
DEPUIS 1937



## PUBLIC

Professionnels travaillant en lien étroit avec la santé physique, mentale ou sociale des séniors.



## PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis pour participer à cette formation.



## PROGRAMME

### Matin

- Santé globale et éducation pour la santé,
- Bien-vieillir : De quoi parle-t-on ?
- Activités interactives autour des rythmes de vie (Alimentation, sommeil et activité physique) et de la santé mentale (estime de soi, lien social...).

### Après-midi

- Comment mettre en place des actions collectives d'éducation pour la santé auprès de séniors ?
- Découverte de quelques outils pédagogiques en lien avec ce public.

A l'issue de la formation, les participants seront plus à l'aise pour

concevoir et animer des actions collectives autour du bien-vieillir.



## OBJECTIFS

- Renforcer ses connaissances autour des enjeux du bien-vieillir,
- Permettre aux professionnels de développer des actions collectives sur des thématiques liées au bien-vieillir,
- Favoriser l'interconnaissance et le partage d'expérience entre acteurs.



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance d'apports théoriques, d'expérimentation d'outils, de techniques d'animation et de travaux de groupe.



## FORMATEURS

Chargés de projet à ADES du Rhône et de la Métropole de Lyon.

Notre équipe de formateurs se base sur une pédagogie ludique et participative, alternant apports théoriques et exercices pratiques.

13 septembre 2022

1 jours soit 7 heures

ADES du Rhône et de la Métropole de Lyon  
ou sur site sur demande

Formation gratuite  
grâce au financement de l'ARS  
Auvergne-Rhône-Alpes

+ d'infos : [laura.massa@adesdurhone.fr](mailto:laura.massa@adesdurhone.fr)

# INFORMATIONS PRATIQUES

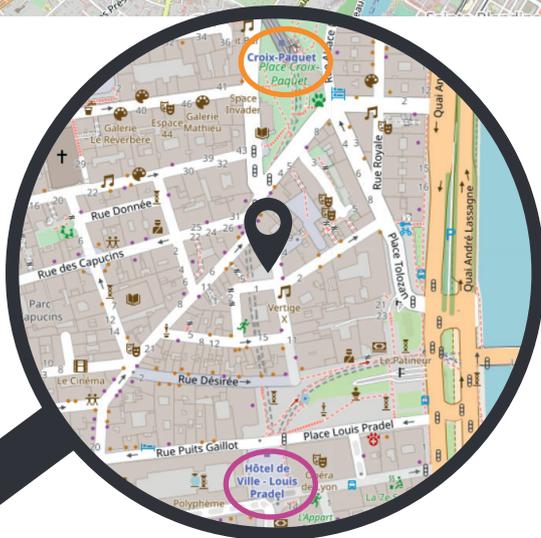
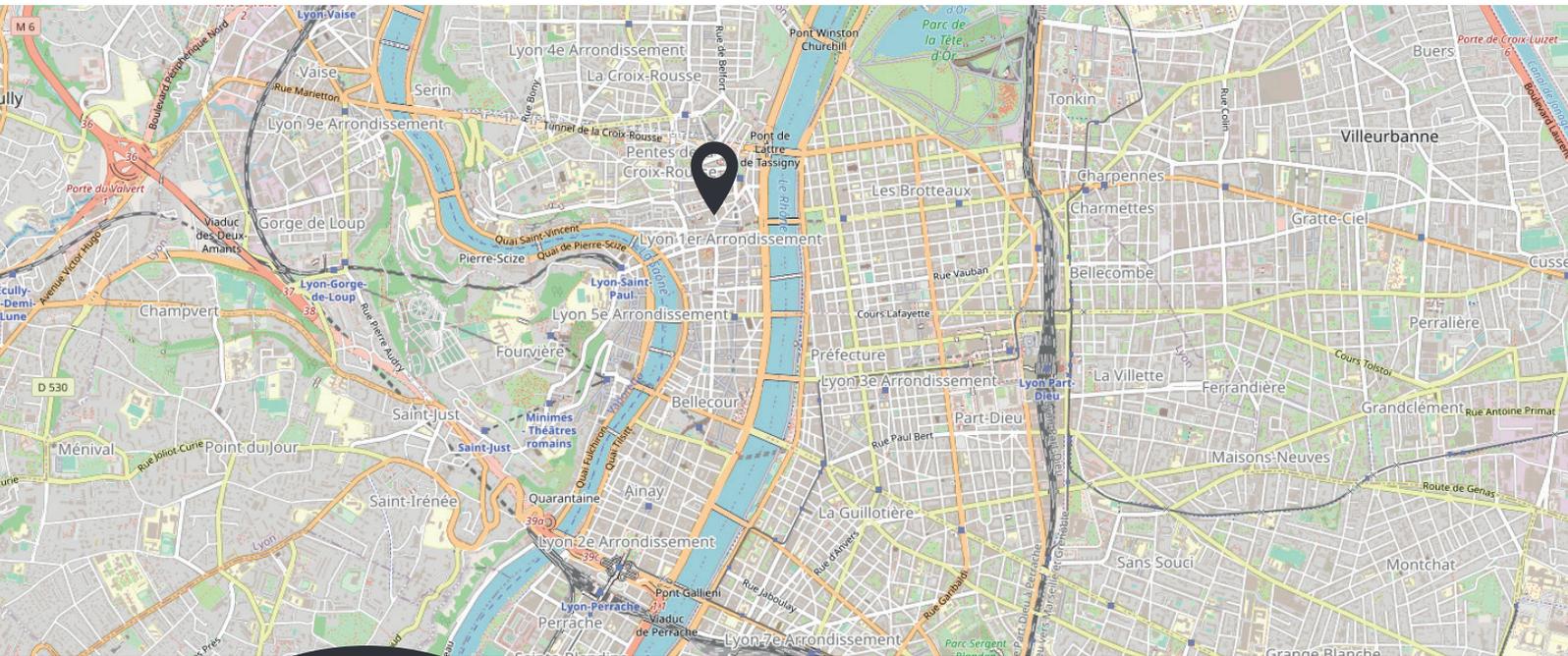
Les formations peuvent se dérouler sur site, sur demande et dans la limite du département du Rhône, ou dans les salles de formations de l'ADES :



7 place du Griffon  
69001 Lyon (4ème étage)  
04 72 41 66 01  
contact@adesdurhone.fr



de 9h00 à 12h30 &  
de 14h00 à 17h00.



## Nous rejoindre en transports :



**MÉTRO** arrêt Hôtel-de-Ville Louis Pradel : lignes **A** & **C**

- Depuis la gare Part-Dieu : Ligne B direction Charpennes - arrêt Charpennes, puis ligne A direction Perrache - arrêt Hôtel-de-Ville
- Depuis la gare de Perrache : Ligne A direction Vaulx-en-Verin la Soie - arrêt Hôtel-de-Ville



**BUS** arrêt Hôtel-de-Ville Louis Pradel : lignes 9, 19, 132, 171, 301, 303, C3, C5, C13, C14, C18, S1, S6, et S12



**VÉLO** Il y a un parking à vélo sur la place et des stations Vélo'v à proximité.



**VOITURE** un parking sous terrain et payant est disponible «Parking LPA Hôtel de Ville». Des places pour Personnes à Mobilité Réduite sont disponibles sur la place du griffon ou place Croix Paquet.



**Accessibilité PMR** : nos locaux sont accessibles, à l'arrivée, il est nécessaire de nous appeler pour l'installation d'une rampe d'accès à l'entrée du bâtiment.

Pour entrer dans le bâtiment, maintenez le bouton du bas à droite de l'interphone enfoncé pendant 5 secondes, la porte s'ouvrira.

# INSCRIPTION

Les formations se tiendront en **présentiel** dans le respect des règles sanitaires en vigueur. En fonction de l'évolution de la crise sanitaire et des recommandations gouvernementales, il est possible que certaines formations se tiennent en visioconférence.

**Les formations subventionnées, dites gratuites, sont réservées prioritairement aux professionnels du département du Rhône.**

Pour chaque inscription à une formation gratuite, vous devez **impérativement** joindre un **chèque de caution de 50,00 €** (chèque non encaissé et restitué le dernier jour de la formation sauf en cas d'absence non justifiée).

- **S'INSCRIRE :**

Inscrivez-vous à une formation en remplissant le bulletin d'inscription\* et retournez le à l'ADES du Rhône et de la Métropole de Lyon par mail ou par courrier : 7 place du Griffon - 69001 Lyon

\* bulletin d'inscription disponible en dernière page

- **CONFIRMATION D'INSCRIPTION :**

Sous une quinzaine de jours, après la réception de votre bulletin d'inscription, vous recevrez une **confirmation de demande d'inscription par mail**.

Vous pourrez ainsi finaliser votre inscription.

**Attention**, pour les formations gratuites, seules les inscriptions accompagnées du chèque de caution seront validées. Aucune pré-inscription n'est possible.

- **ATTESTATION DE FORMATION :**

Elle vous sera remise le dernier jour de la formation selon les critères d'évaluation.

## Les critères d'évaluation de nos formations :

- La **présence** durant toute la formation
- La **participation** active aux ateliers de mise en pratique
- La **réussite** du test de fin de formation

# BULLETIN D'INSCRIPTION

**ADES**<sup>DU</sup>**RHÔNE**  
& DE LA METROPOLE DE LYON  
DEPUIS 1937

A retourner à l' ADES du Rhône et de la métropole de Lyon par voie postale ou par mail : [contact@adesdurhone.fr](mailto:contact@adesdurhone.fr)

Pour les formation dites gratuites un chèque de caution de **50€ est à joindre obligatoirement**, par voie postale. (*Chèque non encaissé et restitué le dernier jour de la formation sauf en cas d'absence non prévenue et non justifiée*)

Formation :

Date de la formation :

NOM - Prénom :

Fonction :

Structure :

Téléphone :

Mail :

**Sous une quinzaine de jours**, après la réception de votre bulletin d'inscription, vous recevrez une **confirmation de demande d'inscription par mail**, vous pourrez ainsi finaliser votre inscription.

Pour toute demande merci de nous contacter par mail :  
[contact@adesdurhone.fr](mailto:contact@adesdurhone.fr)