

## Formation de base «Générationen en mouvement - Hopp-la»

### (Module d'approfondissement esa)

La fondation Hopp-la a mis en place, en coopération avec Pro Senectute Suisse et la Fédération suisse de gymnastique, une formation continue centrée sur l'instruction à l'activité physique intergénérationnelle.

L'objectif est d'acquérir les bases théoriques et pratiques nécessaires à la planification et à la réalisation d'activités physiques intergénérationnelles avec des enfants et des adultes âgés. Les monitrices/-teurs apprennent comment entraîner la force et l'équilibre de manière ludique, comment entraîner les formes de base du mouvement et comment encourager l'échange entre les générations. Dans ce contexte, l'entraînement à la prévention des chutes sur la base du label de qualité 'équilibre en marche' occupe une place importante. Il enseigne comment intégrer ces bases de manière ludique dans une leçon d'activité physique intergénérationnelle, de sorte que les enfants et les adultes plus âgés profitent d'une cohabitation joyeuse et en mouvement. En plus de la qualification de cours obtenue, les moniteurs/-trices esa renouvellent également leur reconnaissance esa. Le cours est donné en deux langues (allemand/français)

**Dates:**

Samedi e dimanche  
4 et 5 mai 2024

**Lieu:**

Zentrum Sport und Sportwissenschaft,  
Bremgartenstrasse 145, 3012 Berne

**Délai d'inscription:**

4 avril 2024

**Groupe cible:**

- Moniteur-trice-s de sport des adultes (formation esa)
- Moniteur-trice-s de sport pour enfants J+S ou gymnastique Muki-/Elki
- Spécialistes de l'activation
- Mointrice-teur-s titulaires d'un brevet comparable et/ou ayant une expérience préalable dans l'enseignement du mouvement (auprès accord)

**Nombre de participant-e-s max:**

24

**Encadrement:**

Junker-Wick Debora und Stoll Silvio

**Prix:**

CHF 260.- matériel de cours non compris  
(CHF 160.- pour employées de Pro Senectute)

**Numéro de l'activité:**

24-606 A

**Hébergement et repas:**

Frais de repas et de déplacement à votre charge.

**Inscription:**

Envoyez le formulaire d'inscription ci-joint par e-mail ou par courrier à Pro Senectute Suisse

**Pro Senectute Schweiz**

Lavaterstrasse 60 · Postfach · 8027 Zürich · Telefon 044 283 89 89  
Fax 044 283 89 80 · info@prosenectute.ch · prosenectute.ch

Postkonto 87-500301-3  
IBAN: CH91 0900 0000 8750 0301 3



## Inscription « cours pour moniteurs/trices et expert·e·s sport »

Titre de cours/Discipline sportive	Cours no	Date du cours

### *Personnes intéressées par le fitness aquatique et le ski de fond*

*Veillez prendre contact directement avec Pro Senectute Suisse, 044 283 89 89 ou [sport@prosenectute.ch](mailto:sport@prosenectute.ch) avant de vous inscrire.*

### *Personnes intéressées par le "cours d'introduction pour moniteurs/trices" polysportif (2 jours)*

*Les enseignant·e·s ou chercheurs/euses en sport, les moniteurs/trices J+S et les moniteurs/trices de sport de Plusport sont autorisés à suivre le "cours d'introduction moniteur esa" polysportif (2 jours). Veuillez joindre les justificatifs de vos formations sportives (diplôme, licence, attestation).*

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Rue \_\_\_\_\_ NPA/lieu \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_ Courriel \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Profession \_\_\_\_\_

Numéro AVS 756. \_\_\_\_\_

Je possède un manuel du sport des adultes (esa)

Oui  Non

Connaissances en premiers secours (lesquelles)

Oui  Non

Le logement et les repas ne sont organisés par Pro Senectute Suisse que si des informations correspondantes figurent dans l'annonce du cours sous "Coûts".

Je passe la nuit sur le lieu de cours

Oui

Non

### Facturation et intervention après ma formation/formation continue

Pour **Pro Senectute** \_\_\_\_\_

La facture sera adressée à l'organisation cantonale de Pro Senectute. La facturation n'est possible qu'avec la signature du/de la responsable du sport.

Dans une **autre organisation**

La facturation à une organisation n'est possible qu'avec la signature d'un·e responsable de l'organisation  
Adresse de facturation :

\_\_\_\_\_

Comme **indépendant**

La facture est envoyée à l'adresse d'inscription

**Brève information pour les responsables de cours, nécessaire uniquement lors de la première inscription :**

Je pratique régulièrement les **sports suivants** \_\_\_\_\_

Par semaine  env. 1 heure  env. 2 heures  3 heures et plus

Membre d'un groupe de sport ou de mouvement ? **Lequel ? Encore d'actualité ?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Expérience dans le travail avec des personnes âgées ? **Laquelle ? Professionnel ? Bénévole ?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Expérience dans la conduite de groupe-s ? **Laquelle ? Encore d'actualité ?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Par la présente, je m'inscris et j'accepte les [conditions générales](#).

**Signature participant·e**

**Signature responsable du sport  
Signature responsable organisation externe**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

Envoyer l'inscription par courriel ou par courrier à l'adresse suivante :

ariane.scheidegger@prosenectute.ch

Pro Senectute Suisse  
Mouvement et sport  
Rue du Simplon 23  
1800 Vevey