



PROCÉDURE

DE LABELLISATION

DES CLUBS

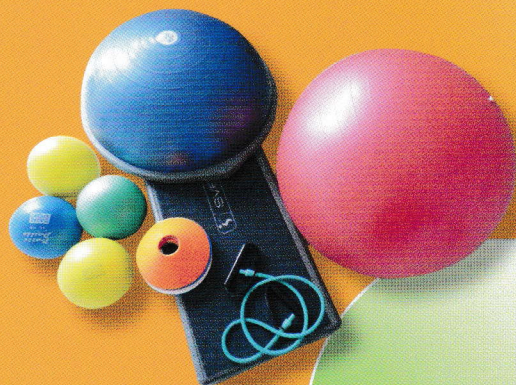
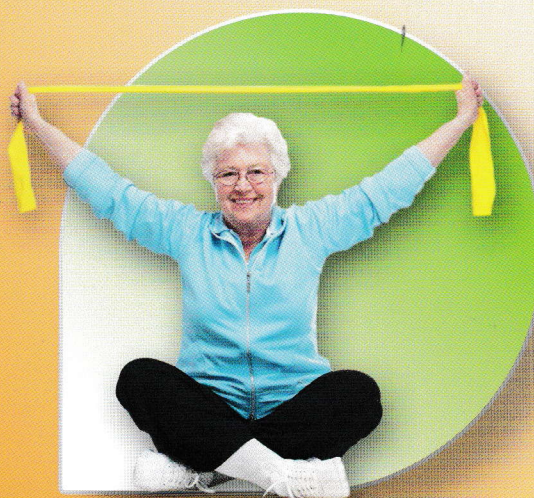
SECTIONS

MULTI ACTIVITÉS

SENIOR

Sections
Multi activités
Senior

sms, l'autre prescription santé



**RETRAITE
SPORTIVE**

Fédération Française
de la Retraite Sportive



La FFRS, ses clubs et comités

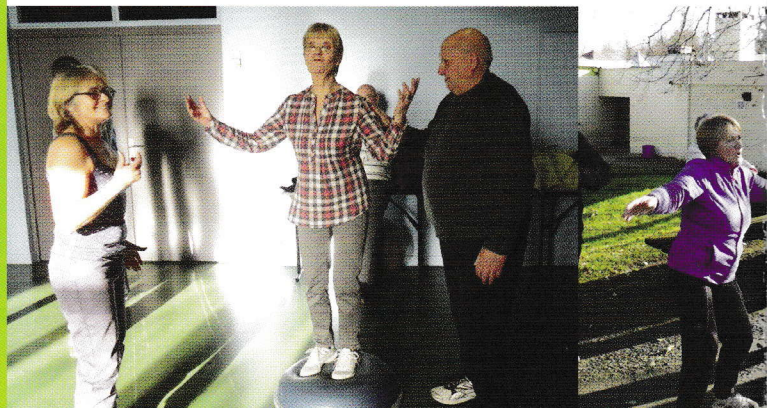
● Depuis sa création en 1983, la Fédération Française de la Retraite Sportive s'est donnée comme objectif de préserver le capital santé de ses adhérents seniors de plus de 50 ans par la pratique des activités physiques et sportives et le renforcement du lien social grâce à la convivialité au sein de ses clubs.

● Créatrice du concept « Sport Senior Santé® » dès 2007, la FFRS promeut une pratique sportive régulière, modérée, adaptée à l'avancée en âge et diversifiée afin de retarder les effets du vieillissement.

La complémentarité des activités proposées par les clubs affiliés permet de solliciter l'ensemble des capacités de chacun. Les animateurs bénévoles formés en interne veillent à l'adaptation des pratiques en fonction de l'hétérogénéité de nos adhérents.

● De fait, la FFRS s'inscrit totalement dans le Plan National Sport Santé Bien Être et toutes les recommandations actuelles sur les bienfaits de la pratique sportive à titre préventif mais également pour les personnes atteintes de diverses pathologies, notamment chroniques (cardio vasculaires, cancers, diabète...).

● Depuis 2014, la FFRS encourage ses clubs et comités à mettre en place des **Sections Multi activités Senior (SMS)** avec des animateurs formés spécifiquement pour accueillir dans les meilleures conditions les seniors souffrant de pathologies chroniques ou en phase de reconditionnement physique après diverses pathologies.



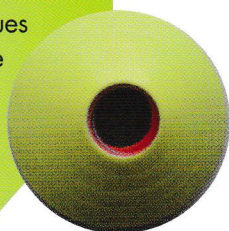
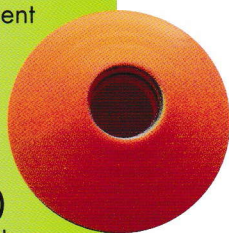
Les Sections Multi

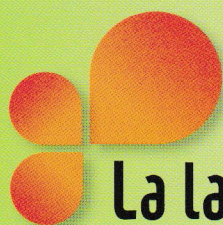
● Dans le prolongement du concept « Sport Senior Santé® », les clubs affiliés et certains comités créent des Sections Multi activités Senior.

Ces SMS sont destinées à accueillir plusieurs types de publics :

- Les licenciés FFRS qui rencontrent des difficultés à suivre les séances habituellement proposées par les clubs.
- Des membres du club ou des personnes qui ont été atteintes d'une pathologie (cancer, problème cardio-vasculaire...) en phase de reconditionnement physique avant la reprise des activités au sein du club (« sas » de remise en forme, cycle de 8 à 10 séances avant reprise d'une ou plusieurs disciplines).
- Des personnes souffrant de pathologies chroniques pour lesquelles il est nécessaire, tout au long de l'année, de pratiquer des activités adaptées et complémentaires.

● A cet effet, la FFRS a mis en place des compléments de formation pour les animateurs qui souhaitent porter ce projet au sein de leur club.





La labellisation des Clubs SMS

Afin d'encourager la création de ces SMS et de communiquer auprès des acteurs de la santé en garantissant un accueil de qualité et la sécurité des pratiquants, la FFRS a décidé d'attribuer un **LABEL SMS** aux clubs qui rempliront les critères définis ci après :

Niveau 1

- Activité SMS organisée tout au long de l'année avec au moins 1 créneau par semaine.
- Encadrement au minimum par un animateur SMS aidé par les animateurs du club (base un animateur pour 10 pratiquants).
- Effectif maximum préconisé 15 personnes par séance, composé majoritairement de licenciés du club.

Niveau 2

- Activité SMS organisée tout au long de l'année avec de préférence plusieurs créneaux d'1h30 par semaine.
- Encadrement par plusieurs animateurs SMS.
- Effectif maximum préconisé 15 personnes par séance, composé majoritairement de publics orientés vers le club par les acteurs de santé.
- Partenariat avec des acteurs de santé locaux et /ou référencement dans le réseau PRSSBE.

activités Senior (SMS)

- La formation des animateurs est de 100 heures, formation commune de base.
 - Module 1 consacré aux techniques d'animation.
 - Stage pratique en club.
 - Module 2 disciplinaire, adaptation de l'activité aux publics seniors.
- Les Modules complémentaires de formation SMS durent 25 heures.
- Ces stages sont organisés sous l'autorité conjointe du Médecin Fédéral et de la Direction Technique Nationale (DTN). Ils comportent en alternance des interventions de médecins spécialistes de ces pathologies qui informent les stagiaires des activités possibles et bénéfiques pour ces personnes et des interventions des cadres techniques qui présentent les Séances Multi activités Senior.
- Ces séances, d'une durée variable en fonction des capacités de chacun, se décomposent en 3 parties distinctes menées par plusieurs animateurs.
- Il s'agit là de se détacher d'une discipline sportive pour travailler de manière transversale les capacités de chacun (équilibre, cardio respiratoire, renforcement musculaire...).

Ce label sera attribué pour une durée de 2 ans, par une commission conjointe Médecin Fédéral/DTN après étude du dossier et visite de terrain. Il fera l'objet d'une dotation financière différenciée selon le niveau de labellisation et destinée à l'achat de matériel et à la communication.

