

CONSEILS POUR UN CRÉNEAU RÉUSSI

1

Accueillez les pratiquants avec le sourire, encouragez-les et valorisez leurs progrès !

2

Proposez des exercices simples et progressifs, avec des pauses régulières.

3

Prévoyez des temps de repos pour éviter la fatigue et des temps d'échanges pour la socialisation.

4

Impliquez les aidants et bénévoles pour un accompagnement renforcé.

5

Échangez avec chaque pratiquant pour une approche personnalisée. Un lien de confiance se créera !

6

Utilisez les réseaux sociaux, affiches et partenaires locaux pour faire connaître votre créneau.

CONTACTS ET RESSOURCES UTILES

FFTT - PING SANTÉ

@ Ping Santé : pingsante@fftt.email



PING SANTÉ

FRANCE ALZHEIMER

@ FA : communication@francealzheimer.org



FRANCE ALZHEIMER



GUIDE PING SANTÉ



GUIDE DES FORMATIONS



VIDÉO ALZHEIMER



Un guide complet pour mettre en place un créneau Ping Alzheimer dans votre club, étape par étape !

POURQUOI OUVRIR UN CRÉNEAU PING ALZHEIMER?

Le Tennis de Table est une activité complète, accessible et stimulante. En proposant un créneau Ping Alzheimer, votre club permet aux personnes atteintes de cette pathologie de maintenir leurs capacités cognitives et motrices tout en créant du lien social.

Les Bienfaits

Stimulation cognitive :

Le Tennis de Table sollicite la concentration, la mémoire et la coordination, ce qui aide à ralentir le déclin cognitif.

Amélioration des capacités motrices :

Grâce aux mouvements répétés et précis, les joueurs travaillent leur coordination, leur équilibre et leur réactivité.

Bien-être et réduction du stress :

La pratique du sport libère des endorphines, favorisant une sensation de bien-être et réduisant l'anxiété liée à la maladie.

Un sport accessible et adapté :

Facile à pratiquer, le Tennis de Table s'adapte aux besoins des joueurs avec des séances progressives et adaptées à chaque individu.

Un moyen de lutter contre l'isolement :

Ce créneau offre un espace convivial et chaleureux, favorisant les échanges entre les joueurs, les familles et les encadrants.

"C'est très bénéfique car je ne savais pas du tout jouer et je progresse, cela me fait du bien. Les exercices d'équilibre je les fais également chez moi et ma petite-fille de 3 ans me copie !"

Laurent, malade d'Alzheimer

COMMENT OUVRIR UN CRÉNEAU PING ALZHEIMER?

1

Prendre contact avec la FFTT

La FFTT vous accompagne dans la mise en place de votre créneau et vous aide à structurer votre projet.

2

Identifier les besoins locaux

Rapprochez-vous de votre association France Alzheimer locale afin d'évaluer la demande et de vous mettre en relation avec les institutions spécialisées (hôpitaux, EHPAD, etc.)

3

Former vos encadrants

Suivez nos différentes formations Ping Santé FFTT présentes dans les démarches administratives, afin d'adapter votre pédagogie aux personnes atteintes de la maladie.

4

Aménager un créneau adapté

Privilégiez des horaires en matinée, des groupes restreints et une ambiance calme et conviviale.

5

Prévoir du matériel adapté

Balles de différentes tailles, raquette adaptée au niveau de la personne, espace sécurisé...

6

Communiquer et informer

Faites connaître votre créneau via les réseaux sociaux, affiches, site du club et partenaires.

DÉMARCHES ADMINISTRATIVES À SUJET

REmplir la demande de création du créneau

Complétez le formulaire officiel FFTT disponible en ligne ou sur demande.

Fournissez des informations sur le club, le responsable du projet et le créneau proposé (horaires, public cible, fréquence).

Justifier ou former l'encadrant

Joignez une attestation de formation Ping Santé prouvant que l'animateur a suivi la formation adaptée.

En cas d'absence de formations ce dernier peut suivre les formations Moniteur de Ping Santé sur ordonnance (Module B) et Ping Santé Maladie d'Alzheimer.

Signer la convention de partenariat

Si un partenariat est mis en place avec France Alzheimer, une convention peut être demandée.

Elle permet de définir les engagements de chaque partie (club, association, FFTT) et une dotation matérielle est envoyée à chaque club signataire.

Envoyer les documents à la FFTT

Adressez toutes les pièces justificatives à la FFTT par mail ou via la plateforme dédiée.

Un référent vous accompagnera pour finaliser votre inscription.

Validation et lancement de votre créneau Ping Alzheimer !