



Formation

Santé cerveau : Protéger et renforcer son capital cérébral toute la vie

(Il existe deux formations dissociées : ces formations peuvent être réalisées indépendamment ou successivement ; leur contenu scientifique et pédagogique est très différent).

Dates 17 février 2026

Horaires 8h45 – 17 h

Lieu CRFTC – Immeuble Eurocenter – 4^{ème} étage
80 rue de Paris, Montreuil (93)
Salle accessible aux personnes à mobilité réduite

Objectifs

- Comprendre le cadre scientifique de la bonne santé cérébrale et cognitive (« *brain health* »)
- Acquérir des bases en santé publique pour des actions de prévention en santé cognitive
- Disposer d'un kit d'outils pour soi-même et pour l'accompagnement de bénéficiaires variés
- Construire une action de terrain adaptée au public ciblé, et l'évaluer

Public

- Professionnels de l'Education nationale, enseignants d'écoles maternelles et primaires, collèges et lycées ; éducateurs
- Professionnels de santé (péri-) scolaire, puériculteurs, professionnels du soin, rééducateurs en pédiatrie et médecine adulte, professionnels de l'accompagnement médico-social (enfants, adolescents, adultes)
- Travailleurs en milieu associatif ; salariés d'entreprise en lien avec les missions d'entreprises « Santé au Travail » et « Missions Handicap »

Prérequis

- Aucun

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et pédagogiques
- Apprentissage de méthodes pour intervenir sur le terrain et pour évaluer son impact
- Mises en pratiques et co-construction
- Echanges interactifs

Supports pédagogiques

- Présentations de l'intervenant et ressources complémentaires adressées pendant la formation
- Mise à disposition du kit pédagogique de la plateforme ressource éducative

Modalités d'évaluation

- ✓ Questionnaire d'identification des besoins et des connaissances, adressé en amont de la formation
- ✓ Questionnaire d'évaluation sur l'atteinte des objectifs et la satisfaction, en fin de formation

Contact / Renseignements / Facturation

formation@crftc.org 01 48 97 97 20

PROGRAMME



Eléonore Bayen, Professeur de Médecine (Sorbonne Université), Cheffe du service de Médecine Physique et de Réadaptation (hôpital Pitié-Salpêtrière). Expertises : traumatisme crânien, handicap cognitif, sciences de l'implémentation, actions de prévention auprès de publics variés. Créatrice de programmes de prévention « Santé Cerveau » pour les enfants et les adultes.

9h00 Pourquoi et comment protéger son cerveau toute la vie ?

- Qu'est-ce que le capital cérébral ?
- La prévention des démences et du déclin cognitif post-traumatisme crânien
- La réserve cérébrale et la réserve cognitive
- Les facteurs neuroprotecteurs et les facteurs de risques modifiables

10h15 Pourquoi et comment promouvoir la santé cérébrale ?

- Réduire les inégalités sociales de santé
- Promotion de la santé et prévention en santé mentale et cognitive

10h45 Pause

11h00 Applications au champ de la santé cognitive :

- Retour d'expérience sur la prévention dans le traumatisme crânien
- Retour d'expérience sur le programme *MyBrainRobbie* et sa plateforme ressource éducative

12h15 Synthèse des acquis théoriques et échanges

Pause déjeuner de 12h45 à 14h00

14h00 Comment créer une action de prévention en santé cognitive ?

- Du *self empowerment* à la co-crédation d'actions pour des publics variés
- Utilisation d'un kit d'outils éducatifs pour les actions de terrain
- Mises en situation à partir des besoins professionnels

15h00 Pause

15h15 Comment réaliser, évaluer et valoriser une intervention en santé cognitive ?

- Adapter le cadre théorique aux bénéficiaires ciblés (retour d'expérience sur le traumatisme crânien)
- Construire son cadre d'évaluation et monitorer son intervention de prévention
- Mesurer l'impact de son programme et communiquer sur sa valeur

16h45 Synthèse des acquis pratiques et échanges

17h00 Fin