A. Pagnier

Antonin PAGNIER - enseignant en APA à Paris (75)

Fiche mise à jour le 3 mars 2026 à 15:50

Contact

A. Pagnier
10 Rue de Charenton
75012 Paris

06 77 39 69 21
antonin@apasolution.fr
http://apasolution.fr

Qualifications

Licence APA et vieillissement.

Carte professionnelle :

07513ED0204 - voir sur sports.gouv.fr

Intervention au domicile : OUI

Déplacement : 30 km autour de Paris (75012)

Description

Expert du Mouvement & du Vieillissement Actif
Plus de 13 ans d'expérience au service de l'autonomie

Vieillir ne signifie pas perdre ses capacités.
Encore faut-il être accompagné par un professionnel qui maîtrise les enjeux du vieillissement.

Enseignant en Activité Physique Adaptée 100 % indépendant, j'accompagne depuis plus de 13 ans des personnes fragilisées vers un objectif clair : rester autonome, stable et confiante le plus longtemps possible.

Ma spécialisation : la prévention des chutes, le travail de l'équilibre et l'accompagnement de la maladie de Parkinson.
J'interviens également auprès de personnes en ALD et de publics présentant des troubles psychiques (5 années d'expertise spécifique).

Ce qui me différencie

* Une expertise de terrain approfondie en prévention des chutes (8 ans dédiés)
* Une approche centrée sur la sécurité et la progression mesurable
* Une intervention flexible : à domicile, en structure, en entreprise
* Du matériel professionnel adapté, apporté sur chaque séance
* Une posture collaborative avec les professionnels de santé

Je mets en place une stratégie de maintien des capacités, individualisée et évolutive.

Les résultats recherchés :

✔ Réduction concrète du risque de chute
✔ Amélioration visible de l'équilibre et de la coordination
✔ Maintien de l'autonomie dans les gestes du quotidien
✔ Stabilisation et optimisation des capacités motrices
✔ Renforcement de la confiance et du bien-être

Chaque accompagnement débute par une évaluation précise afin d'adapter les exercices aux capacités réelles et aux objectifs de la personne.

Pour qui ?

• Seniors souhaitant vieillir activement
• Personnes atteintes de Parkinson
• Personnes en Affection Longue Durée
• Public présentant des troubles psychiques

• Structures médico-sociales, collectivités, entreprises

Agrément Service à la Personne.

Ma mission

Faire du mouvement un outil de prévention puissant, structuré et durable — au service d'un vieillissement actif et sécurisé.

Qualifications complémentaires

-Formation premiers secours PSC1.

Cette fiche de SFP-APA est mise à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale 4.0 International.