Formation Sport bien-être

Contexte

L'activité physique et sportive comme outil thérapeutique non médicamenteux n'est plus à démontrer. Elle doit être par contre pensée dans une stratégie préventive globale. L'objectif est d'agir sur les facteurs de risque liés à la sédentarité et au vieillissement.

Objectifs

Acquérir les connaissances et compétences afin de mettre en place une offre d'activité physique, régulière, adaptée, sécurisée et progressive permettant aux personnes présentant des facteurs de risques, de reprendre ou de maintenir une activité bénéfique pour leur santé.

Compétences générales et spécifiques

- **Assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique.**
- **Être capable de participer à l'accompagnement de l'éducation thérapeutique d'un patient.**
- **Savoir réaliser l'évaluation initiale de la situation du patient,** en incluant l'identification de freins, levierset de facteurs motivationnels.
- **Être capable d'utiliser des tests d'évaluation adaptés jusqu'aux limitations fonctionnelles minimes.** Evaluation des freins, ressources individuelles, et aptitudes à entrer dans la pratiqued'une activité physique(compte tenu des limitations), par la conduite d'entretiens motivationnels, semi-directifs.
- **Être capable de concevoir et planifier un programme d'activité physique individualisé et pertinent** qui soit adapté à l'état de santé de la personne.
- **Maîtriser les connaissances des interactions entre sédentarité, vieillissement et réponses à l'exercice, et les mettre en place en activité.**
- **Savoir mettre en oeuvre un programme** (conduite du programme, détection des signes d'alerte, savoir individualiser la pratique).
- **Être capable d'enseigner des activités physiques nécessitant une réorganisation de la pratique de façon à s'assurer d'une balance bénéfice-risque favorable.**
- **Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique.**
- **Être capable d'établir un premier bilan de l'état de santé du blessé** (fonctions vitales, bilan locomoteur), **de transmettre une alerte aux services de secours, d'éviter l'aggravation de l'état du blessé** (prise en charge des hémorragies, pertes de connaissance, arrêt cardiaque, hypoglycémie, etc.).

Public concerné/Pré-requis

Titulaire d'une certification délivrée par une fédération sportive agréée, titulaire d'une carte professionnelle d'éducateur sportif en cours de validité.
Autres publics : nous contacter / 10 places disponibles.

Dates et lieux

DU 26 FEVRIER 2024 AU 1er MARS 2024 - Inscription avant le 05 février 2024.
26 février : Les plans de prévention, le projet associatif. Promotion de la santé,
27 février : Education Thérapeutique et Accompagnement (CHU et CDOS),
28 février : Recommandations sédentarité et vieillissement– IRMIS au CHU de Saint Etienne,
29 février : pratique générale toutes pathologies,
01 mars : PSC1.

Durée : 35h + examen écrit

Organisme de formation
Comité Départemental Olympique et Sportif de la Loire
Maison Départementale des Sports
4 rue des Trois Meules - BP90144
42012 SAINT-ETIENNE CEDEX 2

Contact : conseilasso@maisondessportsloire.com
04.77.59.56.02 ou 06.42.83.60.42
Siret : 77639614500042 - APE : 9312Z -
N° de déclaration DRTEFP : 82.42.01.772.42

Date d'évaluation finale

Examen écrit - date à définir.

Intervenants

- IRMIS (**Dr HUPIN**- PU-PH), - **Claire COLAS** – doctorat APA).
- C**DOS** (**Ludivine COTTE**), - **CDOS Sport Santé** (**Florian GOUTTEGATAT** master APA) - **CDOS Sport Santé (Clément BÉAL** licence APA/DUT carrières sociales), - **CDOS Sport Santé (Maël GARROS**- master APA/coordinateur CDOS sport santé).
- **UTEP** (**Nathalie MARTINS** - diététicienne) - **UTEP** (**Chrystelle REY -** pharmacienne PH/coordinatrice UTEP).
- **Chercheur** (**Amandine BAUDOT**), Psychologue clinicienne et du sport (Marion BANIZETTE), Psychologue (**Virginie COTE**).
-**SDIS 42 (formateurPSC1).**

Accessibilité/Handicap

Vous êtes en situation de handicap, vous avez un besoin d'accompagnement particulier ?
N'hésitez pas à nous contacter au 04 77 59 56 02 ou par mail à : conseilasso@maisondessportsloire.com
Nous étudierons tout ce dont nous sommes en capacité de proposer pour que vous puissiez suivre cette formation.

Frais pédagogiques

350,00 euros(possibilité de prise en charge OPCA).
70,00 euros par jour de formation si souhait d'une formation complémentaire spécifique (hors certification sport bien-être).

Renseignements/inscription (avant le 5 février 2024)

Vous pouvez contacter : Maël GARROS - CTD Coordinateur sport santé CDOS Loire/DAPAP/MSS Loire
04 77 59 56 09 ou sport.sante@maisondessportsloire.com

- En **2021**, 18 stagiaires ont suivi la formation sport santé pour une réussite de 100 %.
- En **2022**, 8 stagiaires ont suivi la formation sport santé pour une réussite de 100 %.

Formation Sport bien-être
- Fiche d'inscription

Structure sportive

Nom : .....

Affiliation fédérale : .....

Représentée par (Nom + fonction) : .....

Téléphone : .....Adresse mail : .....

Adresse postale : .....

Stagiaire

Nom/Prénom (Mme, M.) : .....

Rôle dans le club ou autre situation :

☐ Éducateur/entraîneur salarié ☐ Éducateur/entraîneur bénévole ☐ Dirigeant bénévole

Téléphone : .....Adresse mail : .....

Adresse postale : .....

Afin de mieux vous connaitre et adapter au mieux le parcours, pouvez-vous nous indiquer l'objectif pour vous de cette formation : (plusieurs réponses possibles) :

☐ Faire le point/évaluer vos compétences
☐ Obtenir une attestation/certification de compétences
☐ Confirmer/faire évoluer votre statut auprès de votre employeur
☐ Evoluer dans votre métier/votre engagement bénévole
☐ Développer votre activité multi-employeur
☐ Obtenir une satisfaction personnelle
☐ Autre

Pouvez-vous également vous présenter de manière synthétique, ainsi que vos expériences bénévoles et/ ou professionnelles :

.....

.....

.....

Quelles sont vos motivations pour entamer cette démarche de formation ?

.....

.....

.....