

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, leviers et de facteurs motivationnels.
- Être capable d'utiliser des tests d'évaluation adaptés jusqu'aux limitations fonctionnelles minimales. Évaluation des freins, ressources individuelles, et aptitudes à entrer dans la pratique d'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 & LIEUX : DU 25 OCTOBRE 2021 AU 03 JANVIER 2022

25 OCTOBRE : Les plans de prévention, le projet associatif Promotion de la santé

26 OCTOBRE : Education thérapeutique et accompagnement

27 OCTOBRE : PSC1

28 ET 29 OCTOBRE : Recommandations sédentarité et vieillissement - IRMIS au CHU de St-Etienne et CDOS

DURÉE
35 heures +
examen écrit



CDOS
LOIRE



DATE D'ÉVALUATION FINALE

- Sur convocation pour les oraux.

INTERVENANTS

- IRMIS (**Dr Hupin** - PU-PH),
- **Claire Colas** - master APA/en cours de doctorat),
- CRIB (**Ludivine Cotte**),
- CDOS Sport Santé (**Clément Béal** - master APA/DUT carrières sociales),
- **Maël GARROS** - master APA/coordonateur CDOS sport santé),
- UTEP (**Nathalie MARTINS** - diététicienne)
- UTEP (**Christelle Rey** - pharmacienne PH/coordinatrice UTEP),
- Psychologues (**Jeannette Lyonnet** - Licence Psychologie/Master Préparation psychologique et coaching/ Master Psychologie Clinique en cours),
- **Marion Banizette** - Psychologue clinicienne/psychologue du sport), SDIS 42 (formateur PSC1).

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 : crib@maisondessportsloire.com

nous étudierons tout ce dont nous sommes en capacité de proposer pour que vous puissiez suivre cette formation.

FRAIS PÉDAGOGIQUES

300,00 euros avec prise en charge OPCA, **250,00 euros** sans prise en charge (possibilités de règlement en plusieurs fois).



RENSEIGNEMENTS/INSCRIPTIONS



● **Maël GARROS** : Conseiller Technique Départemental Sport Santé CDOS Loire,
04 77 59 56 09/06 26 04 33 02
ou par mail : sport.sante@maisondessportsloire.com

87.5%

des stagiaires trouvent que le contenu de la formation ou l'accompagnement VAE a entièrement répondu à leurs attentes

93.8%

des stagiaires sont satisfaits ou très satisfaits des réponses faites à leurs questions par le formateur ou l'accompagnateur

100%

des stagiaires recommandent la formation ou l'accompagnement VAE qu'ils ont suivi(e) dans notre organisme

- En 2020, 16 stagiaires ont suivi la formation sport bien-être, 16 ont réussi l'examen final.

- En 2021, 8 stagiaires ont suivi la formation sport bien-être, 8 ont réussi l'examen final.



N° de déclaration DRTEFP : 82.42.01.772.42 -
N° de SIRET : 776 396 145 000 42 -
Le CDOS Loire n'est pas assujéti à la TVA



CDOS
LOIRE



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 connaître 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

Évoluer 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 ?

.....
.....
.....

Les informations collectées font l'objet d'un traitement informatique destiné aux formalités administratives nécessaires à l'accompagnement VAE. Les destinataires des données sont : Le CDOS LOIRE Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, et le RGPD du 25 mai 2018, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant au CDOS Loire, MDS, 4 Rue des Trois Meules, 42100 Saint Etienne. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.



N° de déclaration DRTEFP : 82.42.01.772.42 -
N° de SIRET : 776 396 145 000 42 -
Le CDOS Loire n'est pas assujéti à la TVA

