



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

FORMATION COMPLEMENTAIRE QUALIFIANTE SPORT-BIEN ÊTRE

Labélisée par le CNOSF

Objectif pédagogique : 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.

Public concerné et 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**

Lieu de formation principal : CDOS Loire 4 rue des Trois Meules 42100 Saint Etienne – 04 77 59 56 09

Dates : Du lundi 8 février au 12 février 2021, 09h00-12h30 et 13h30-17h00

Durée : 35 heures + examen écrit

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, Chrystelle Rey-pharmacienne PH/coordinatrice UTEP), IREPS Loire (Régis Canaud-master APA/DU conseil et éducation à la sexualité), 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)

Frais pédagogiques : 300,00 euros avec prise en charge OPCA
250,00 euros sans prise en charge (possibilités de règlement en plusieurs fois)

Possibilité de restauration proche du lieu de formation (Centre Deux)

Renseignement : Maël GARROS, Conseiller Technique Départemental Sport Santé CDOS, 04 77 59 56 09

Inscription : Par coupon réponse (ci-dessous) accompagné de votre règlement à l'adresse suivante : CDOS Loire, 4 rue des Trois Meules 42100 Saint Etienne, et par mail à : sport.sante@maisondessportsloire.com

Programme de la formation :

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.

Les éducateurs sportifs - bénévoles

Les éducateurs sportifs et bénévoles bénéficiant de cette formation pourront proposer une offre d'activité physique et sportive (APS) individualisée, adaptée, sécurisée et progressive aux personnes en situation de sédentarité, vieillissement, et malades chroniques sans limitations ou limitations minimales.

Secteurs d'activité

- En structure associative sportive, de jeunesse et d'éducation populaire ;
- Au sein d'une collectivité.

Calendrier de la formation

Inscription avant le 31 janvier 2021 :

Dates et séquences :

- 08 février : Les plans de prévention, le projet associatif
Promotion de la santé
- 09 février : Education Thérapeutique et Accompagnement
- 10 février : PSC1
- 11 et 12 février : Recommandations sédentarité et vieillissement –
IRMIS au CHU de Saint Etienne et CDOS

Date d'évaluation finale : 21 mai 2021

Evaluation en contrôle continu, mise en situation et QCM

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. Evaluation 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 œuvre 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.).



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

Inscription Formation Sport Bien Être

STRUCTURE SPORTIVE :

Nom :

Affiliation fédérale :

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

Téléphone :

Adresse mail :

Adresse postale :

STAGIAIRE :

Nom, Prénom (M, Mme) :

Rôle dans le club ou autre situation :

- Educateur/entraîneur salarié
- Educateur/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 / 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 ?

.....

.....





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

.....
.....

Avez-vous des contraintes particulières pour suivre l'accompagnement ? Mobilité ? Disponibilité ? Handicap ? Autre ?

.....
.....

Autres informations que vous jugeriez utile de nous communiquer

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

REGLEMENT DE LA FORMATION :

La facture est à adresser :

- Au stagiaire A l'association A l'Organisme Paritaire Collecteur Agréé (OPCA)

Si OPCA, merci de faire votre demande de prise en charge avant le début de la formation

Nom de l'OPCA :

Contact :

Adresse :

Téléphone :

A.....

Le.....

Cachet et Signature de l'association

Signature du stagiaire

(nom et qualité de la personne signataire)

