



En partenariat avec



LA SANTE PAR LE SPORT

ACTIVITES PHYSIQUES ET MALADIES CHRONIQUES



**PLAN DE FORMATION CONTINUE
DES PROFESSIONNELS
DE L' ACTIVITE PHYSIQUE ET DU SPORT**



Crédit photos : DRJSCS Bretagne - CASM Bretagne - ASB Bretagne - Design : Anne-France RENAUD

LA FORMATION

L'activité physique fait, aujourd'hui, partie des thérapies non médicamenteuses et doit être intégrée à l'éducation des patients atteints de pathologies chroniques (*respiratoires, cardiovasculaires, surpoids, obésité, diabète, cancers...*) .

Selon l'Académie de Médecine « *En favorisant l'oxygénation des tissus, le sport améliore la fonction cardiovasculaire et pulmonaire, les muscles, le squelette, le système nerveux, le cerveau et les supports de l'immunité* ».

Pour préparer à l'accueil de ces publics spécifiques, le **Campus de l'Excellence Sportive de Bretagne, la DRJSCS et l'Agence Régionale de Santé de la Région Bretagne** mettent en place un **plan de formation continue à destination des professionnels de l'activité physique et du sport**.

En lien avec la formation, une charte « **Sport Santé Bien Etre** », et un logo « Sport Santé Bien Etre » permettront aux structures de valoriser leur engagement en faveur du **Sport / Santé**.

Accueillir des publics atteints de pathologie chronique dans des structures sportives

PUBLIC VISE:

- ➔ éducateurs sportifs en activité (*professionnels ou bénévoles*),
- ➔ éducateurs sportifs en formation
- ➔ éducateurs sportifs en reconversion
- ➔ spécialistes en activité physique adaptée

OBJECTIF: Acquérir des connaissances et compétences adaptées à un public spécifique afin de mieux concevoir les programmes d'activité physique et d'en évaluer les effets.

PARCOURS DE FORMATION:

Tronc commun obligatoire pour s'inscrire à un ou plusieurs modules spécifiques. Chaque étape du parcours donne lieu à une évaluation et une attestation de réussite. **La validation au minimum d'un module est indispensable pour accéder à la Charte « Sport Santé Bien Etre ».**

Tronc commun

24 heures
+ 4h d'auto-formation

Enseignements théoriques
Travaux pratiques
Etudes de cas

- **Le Sport / Santé.** Bénéfices et risques de la pratique physique: les grands enjeux de santé publique liés aux effets de l'activité physique dans les populations pathologiques. Niveaux de preuves.
- **Les principales déficiences.** Approche médicale des pathologies chroniques. Spécificités des publics accueillis. Incapacités et limitations à l'exercice dans différents secteurs du handicap.
- **Le mouvement** comme outil de réhabilitation psychologique, physiologique et sociale de l'individu.
- Les mécanismes et les effets du mouvement et de l'activité physique, pour les publics spécifiques et/ou dans des environnements non adaptés (*altitude, plongée, chaleur, etc.*).
- Les données récentes concernant les programmes d'activité et de préparation physiques.
- Les interactions activité physique, nutrition, hygiène de vie et pathologie.
- Les techniques et méthodes d'évaluation du niveau d'activité physique et de la condition physique. Les recommandations pratiques.

Formation spécifique et pathologies chroniques

21 heures par module

AP: Activité Physique

- **Module 1 : AP et maladies métaboliques**
(Obésité, diabète de type 1 et 2)
- **Module 2 : AP et maladies cardiovasculaires**
(HTA, maladie coronarienne, AVC, artériopathie..)
AP et maladies respiratoires
(bronchopathie chronique, asthme)
- **Module 3 : AP et cancers**
- **Module 4 : AP et Troubles musculo-squelettiques**
AP et maladies rhumatismales
(ostéoporose, maladies inflammatoires PR-SPA, fibromyalgie)
- **Module 5 : AP et sujets à risques**
(âgé, enfant malade, femme enceinte)
- **Module : 6 : Evaluation des programmes d'AP (tests).**

Outils et méthodes d'évaluation.

programmes, bénéfiques et risques liés aux APS

Risques potentiels induits par une pratique physique mal adaptée chez les patients porteurs des pathologies chroniques fréquemment rencontrées ou chez des sujets à risques (*du fait de leur âge, ou de la présence d'un autre handicap que celui dû à une maladie chronique.*).

Conduite à tenir en cas de « malaise ou accident » et recommandations actuellement préconisées par les autorités compétentes en matière d'activité physique.

Bénéfices obtenus par la pratique d'activité physique parfaitement adaptées.

Evaluation des programmes mis en place.

Et pour chacune des pathologies :

- ➔ Principales caractéristiques de la maladie ainsi que son retentissement sur le plan psychique et fonctionnel.
- ➔ Interactions éventuelles de l'activité physique avec les principaux traitements.
- ➔ Définition de programmes d'activité physique adaptée.
- ➔ Risques spécifiques liés à la pratique d'APS .

OBJECTIF

mise en place de programmes collectifs d'activité physique adaptés à chacune des pathologies.

Cette formation est organisée avec le soutien financier de l'ARS.

Calendrier et inscription

1^{er} semestre

Module TC : 3 jours à Rennes : 15, 16, 17 juin 2015

Module TC : 3 jours à Brest : 22, 23, 24 juin 2015

2^{ème} semestre (*lieu à définir*)

Module TC : 3 jours : 28, 29, 30 septembre 2015

(*Saint Brieuc ou Ploufragan*)

Modules Spécifiques de 3 jours :

module 2 : 12, 13 et 14 octobre 2015

module 4 : 30 novembre, 1^{er} et 2 décembre 2015

module 6 : Evaluations (*retours d'expériences, réseaux*)



**Inscriptions
Informations
Programme**

contact@campus-sport-bretagne.fr

Tél : 02 99 16 34 16

www.campus-sport-bretagne.fr

Campus de l'excellence sportive de Bretagne
24, rue des Marettes – B.P. 90243
35802 Dinard Cedex

Participation aux frais pédagogiques:

100 € par module pour les professionnels

Gratuit pour les bénévoles