

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET PATHOLOGIES CHRONIQUES



DURÉE

2 jours (14h)

Pour connaître les dates et lieux des prochaines sessions, [cliquez ici](#)

PRÉ-REQUIS

Aucune connaissance spécifique dans le domaine de l'activité physique adaptée aux pathologies chroniques n'est requise.

NATURE DE LA FORMATION

Acquisition et développement des compétences.

TARIF

560 € en présentiel

500 € à distance

TVA non applicable, Art. 261-4-4 du CGI

Des dispositifs de prise en charge existent (salariés, indépendants, demandeurs d'emploi...), veuillez nous contacter pour en savoir plus.

Réduction de tarif dans le cadre d'un financement personnel.

PRÉAMBULE

Touchant près de 15 millions de personnes en France, les maladies chroniques constituent un véritable défi pour le système de santé tant au niveau de son financement que de l'organisation des soins.

Si la pratique d'activités physiques ou sportives contribue au maintien de la santé chez le sujet sain dans le cadre de la prévention primaire, elle contribue également chez les personnes vivant avec une pathologie chronique à améliorer l'état de santé et à prévenir l'aggravation et/ou la récurrence de ces maladies chroniques (préventions secondaire et tertiaire). En présence d'une pathologie chronique, l'activité physique est indispensable pour repousser le seuil de dépendance, et très souvent, elle fait pleinement partie du traitement : c'est une véritable thérapeutique non médicamenteuse.

La formation a pour objectif de vous transmettre les connaissances et outils nécessaires pour encadrer de manière sécuritaire et individualisée la pratique physique et/ou sportive de personnes porteuses de pathologies chroniques (présentant un niveau de limitation fonctionnelle minime à modéré).



PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation s'adresse aux professionnels des activités physiques (enseignants en APA, éducateurs sportifs, masseurs-kinésithérapeutes...) souhaitant se former à l'encadrement d'une activité physique et/ou sportive auprès de personnes porteuses de pathologies chroniques afin d'accompagner de manière sécuritaire et individualisée la pratique de ce public.

Peuvent encadrer des activités physiques/sportives les personnes détenant un diplôme permettant l'enseignement contre rémunération : enseignant APA, éducateur/coach sportif... (Art. L212.1 du Code du Sport).



OBJECTIFS ET CONTENU

A l'issue de la formation vous serez capable de :

Comprendre la physiologie fondamentale des principales maladies chroniques [JOUR 1]

- Définition des termes maladie chronique et affection de longue durée (ALD)
- Physiopathologie : définition et épidémiologie (pathologies cardiovasculaires, cancer, pathologies respiratoires, pathologies rhumatologiques, diabète, maladies neurodégénératives et dépression)

Comprendre le rôle de l'activité physique pour les personnes porteuses d'une pathologie chronique [JOUR 1]

- Définition des termes clés : Sédentarité, In.activité physique, sport santé, données épidémiologiques sur sédentarité et AP
- Identifier le rôle des différents acteurs (EAPA, éducateurs sportifs, corps médical) pour une prise en charge pluridisciplinaire

Maîtriser les principes sécuritaires et fondamentaux pour prendre en charge un public atteint d'une maladie chronique [JOUR 2]

- Les principales recommandations et contre-indications par pathologies
- Connaître les outils indispensables pour encadrer la pratique (questionnaire de santé, évaluation de condition physique...)

Savoir adopter une posture bienveillante et motivationnelle [JOUR 2]

- Situer la place de l'activité physique adaptée dans l'Education Thérapeutique du Patient
- Connaître les déterminants de la motivation
- Comprendre les étapes du changement et savoir adapter sa posture en fonction
- Accompagner la personne vers des changements réalistes et réalisables

PRINCIPES ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Un questionnaire préformation est envoyé aux participants en amont de l'action : il permet d'identifier leurs attentes et de réaliser un positionnement pédagogique grâce à une auto-évaluation initiale des acquis.

Au cours de la formation, la formatrice utilisera :

- Des apports théoriques avec utilisation de la pédagogie active et une documentation pédagogique complète ;
- Des études de cas pratiques ;
- Des mises en situation pédagogiques ;
- Plusieurs temps d'échanges ouverts sur les questionnements et projets des participants.

La formation peut être réalisée en présentiel mais également en visioconférence, c'est-à-dire une séquence interactive synchrone, avec présence constante de la formatrice. Le stagiaire peut solliciter le/la formateur(trice) sur tous les sujets dont il a besoin, en lien avec le contenu de la formation ou bien en lien avec son projet professionnel.

Pour les sessions réalisées en visio-conférence, le mail de convocation transmis 14 jours avant le début de l'action, décrit les modalités de connexion à la plateforme de visio-conférence et indique le lien de connexion pour suivre l'action de formation. Une assistance technique du référent pédagogique est à la disposition du stagiaire pour toute difficulté (réponse sous 48H - jours ouvrés).

SUIVI ET ÉVALUATION DES ACQUIS DE FORMATION

- Une feuille d'émargement pour chaque ½ journée de formation suivie ou un relevé de connexion pour les formations réalisées à distance ;
- Une évaluation des acquis sous forme de questionnaire ;
- Un questionnaire post-formation pour mesurer la montée en compétences et évaluer la satisfaction à chaud ;
- Remise d'une attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature, la durée de la formation et les résultats de l'évaluation des acquis ;
- Une évaluation « à froid » 6 mois après la formation, pour en mesurer l'efficacité opérationnelle.



FORMATRICE

Coralie RUSQUES

Master 2 STAPS Activité Physique
Adaptée à la Prévention et Santé
Publique
Diplôme Universitaire d'Education
Thérapeutique du Patient



06 46 79 13 85

polefc@capformationssport.fr

www.capformationssport.com