



HAUTE - VIENNE

Organisme de formation :
74870142887

Limoges le 6 septembre 2018

Madame, Monsieur,

Le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Haute Vienne et sa commission médicale organisent deux sessions de sport santé à compter :

- du mardi 6 novembre 2018 jusqu'au mardi 26 mars 2019 de 18h30 à 20h30 (2 séances 18h-21 heures)
- ou du mardi 20 novembre 2018 au jeudi 20 décembre 2018, temps de formation répartis sur 7 journées

Cette formation gratuite pour les bénévoles des associations adhérentes du CDOS 87, est destinée aux encadrants d'activité physique et sportive qui souhaitent s'engager dans des actions sport santé. Pour les associations non adhérentes au CDOS 87, le coût de la formation est de 386 euros par stagiaire. Pour les salariés des associations, une prise en charge du coût par l'OPCA « uniformation » est attribuée via notre organisme en tant que formation collective (aucune démarche à faire pour l'employeur).

Dans le cadre du développement du sport et dans une démarche de santé publique, cette formation est un apport complémentaire pour aider vos encadrants à adapter et à sécuriser la pratique pour tout public (de l'enfant aux seniors, y compris pour des personnes présentant des facteurs de risque).

Ces temps de formation pour une totalité de 38 heures sont composés d'apports théoriques par des professionnels de santé et du sport santé, de temps d'échanges d'expérience, de mise en pratique et de témoignages d'acteurs du sport santé.

Cette formation se déroulera à la maison municipale des sports au 35 boulevard de Beaublanc à Limoges.

Vous trouverez ci-joint le programme de formation et le formulaire d'inscription à nous retourner avant le 25 septembre 2018 pour toute inscription.

Restant à votre disposition pour toutes informations complémentaires que vous jugeriez utiles, je vous prie d'agréer mes salutations les meilleures.

François MARCELAUD

Président du CDOS 87



FORMATION SPORT SANTE

Saison 2018/2019

Cette formation est dispensée par des professionnels de santé et des professionnels du sport, elle est composée d'apports théoriques, de temps d'échanges d'expérience et de témoignages d'acteurs du sport santé.

Les conditions : Etre encadrants sportifs titulaires de diplômes d'Etat ou de diplômes fédéraux

Son objectif : Apport d'informations complémentaires pour adapter le déroulement d'une séance à un public spécifique et création d'un réseau d'échanges entre professionnels

Sa durée : 38 heures, du 20 novembre au 20 décembre 2018 sur 7 journées

Ou du 20 novembre 2018 au 20 décembre 2018

Le lieu : Au Comité Départemental Olympique et Sportif Maison Municipale des Sports - 35 boulevard de Beaublanc – 87100 Limoges

La commission médicale du CDOS vous propose un canevas pour le contenu de vos interventions :

- **Activité physique et effet global sur la santé** : 3 heures

Le contenu : Qu'est-ce que le sport santé ? les bienfaits de l'activité physique sur la santé - Effet global de l'activité physique sur un porteur de maladie chronique – Témoignages et échanges avec des éducateurs sportifs engagés dans le sport santé - Politique du sport santé et code du sport

- **Approche psychologique des personnes atteintes de maladie chronique** : 2 heures

Le contenu : La psychologie d'un malade atteint d'une maladie chronique.

- **Pathologies (chroniques) et activités physiques** :

- Pathologies cardiovasculaires : 2 h
- Pathologies cancéreuses : 2 h
- Pathologies pneumologiques : 2 h
- musculo-squelettiques : 2h
- Neuropathies : 2h
- Pathologies psychiques : 2h
- Pathologies métaboliques (obésité – diabète) : 2 h

Le contenu : Activités physiques et pathologies : les spécificités – les limites – les précautions.

- **Activité physique adaptée à différentes populations (sédentaires – types de maladie – âge)** : spécificités – précautions - limites

- Vieillesse – sénior : 2 h
- Enfant – adolescent : 2 h

Le contenu : Rappel de la physiologie de l'appareil – descriptif des pathologies les plus fréquentes par système – les effets positifs de l'activité physique sur les pathologies – Limites et précautions que les maladies imposent – les signes d'alerte (avant et pendant l'exercice) qui imposent un arrêt temporaire ou définitif de l'activité physique.

- Alimentation et activité physique : 2h

Le contenu : Equilibre alimentaire

- Dénutrition, obésité et activité physique : 2h

Le contenu : De quoi s'agit-il ? les risques et les conséquences

- Compléments et suppléments alimentaires : 2 h

Le contenu : Effets et risques de ces produits sur la physiologie de l'effort et sur la santé

- Conduites addictives : 2h

Le contenu : Lutter contre toutes les formes d'addictions pouvant conduire au dopage

-Sommeil et activité physique : 2h

Le contenu : Physiologie, mécanisme et fonctions du sommeil – Hygiène de vie - Sommeil de l'adolescent - Quelques pathologies du sommeil

- Physiologie et pathologies du pied : 2 h

Le contenu : Rôle du pied dans l'équilibre et la dynamique. Différentes pathologies articulaires et infectieuses.

- Conditions concrètes de pratique de l'activité physique adaptée : 3 heures

- Evaluation initiale des capacités physiques et motivationnelles des pratiquants
- Suivi des pratiquants (présentation d'un outil de suivi)

Le contenu : Apport méthodologique et d'outils de suivi, échanges d'expérience

Pour toutes informations pour les détails logistiques, veuillez contacter Myriam PINOL au 0555792087



Cette formation est dispensée par des professionnels de santé et des professionnels du sport, elle est un apport complémentaire pour le développement du sport santé.

Cette formation s'adresse aux encadrants sportifs titulaires de diplômes d'état ou de diplômes fédéraux.

Nom de la structure :

Coordonnées :

Mail :

Personnes intéressées par la formation :

NOM	Prénom	Préciser les dates de la formation choisie : - du 6 novembre 2018 au 26 mars 2019 ou - du 20 novembre au 20 décembre 2018	Salarié ou bénévole de la structure sportive	Adresse mail et téléphone	Diplômes sportifs (+ fournir une copie des diplômes)

Pour toutes informations complémentaires sur la formation, vous pouvez joindre Myriam PINOL au 05.55.79.20.87

FORMATION SPORT SANTE du 6 novembre 2018 au 26 mars 2019

Lieu : Maison Municipale des sports - 35 boulevard de Beaublanc



CDOS
HAUTE - VIENNE

Date	Horaire	Thématique	Intervenant
mardi 6 novembre 2018	18h00 – 21h00	Activité physique et effet global sur la santé	Dr CHEIPE – DR FERIAL – Mme LE HENAFF - Mme LABROUSSE - Mme DAVANIER
jeudi 15 novembre 2018	18h30 - 20 h30	Approche psychologique des patients atteints de maladie	Mme GRIZON
mardi 20 novembre 2018	18h30 - 20 h30	Pathologies pneumologiques	Pr MELLONI
mardi 27 novembre 2018	18h30 - 20 h30	Neuropathies	Dr BORDES
mardi 4 décembre 2018	18h30 - 20 h30	Pathologies cardiovasculaires	Pr VIROT
mardi 11 décembre 2018	18h30 - 20 h30	Pathologies musculo-squelettiques	Dr BORDES
mardi 18 décembre 2018	18h30 - 20 h30	Pathologies cancéreuses	Pr TUBIANA - MATHIEU
mardi 8 janvier 2019	18h30 - 20 h30	Pathologies psychiques	Dr CHARLES
mardi 15 janvier 2019	18h30 - 20 h30	Pathologies métaboliques (obésité – diabète)	Dr FOURCADE
mardi 22 janvier 2019	18h30 - 20 h30	Activité physique adaptée à différentes populations Vieillessement – sénior	Dr SAUVAGE
lundi 28 janvier 2019	18h30 - 20 h30	Alimentation et activité physique	Mme FORT
mardi 5 février 2019	18h30 - 20 h30	Enfant – adolescent	Dr GHOUILLEM
mardi 12 février 2019	18h30 - 20 h30	Dénutrition, obésité et activité physique	Pr DESPORT
mardi 26 février 2019	18h30 - 20 h30	Compléments et suppléments alimentaires	Pr DESPORT
mardi 5 mars 2019	18h30 - 20 h30	Sommeil et Activités physiques	Dr KHALIL
mardi 12 mars 2019	18h30 - 20 h30	Physiologie et pathologie du pied	M. GRIZON
mardi 19 mars 2019	18h30 – 20h30	Conduites addictives	Dr VILLEGGER
mardi 26 mars 2019	18h00 – 21h00	Conditions de pratique de l'activité physique adaptée	M. ROULIERE – M. FREDON

FORMATION SPORT SANTE du 20 novembre 2018 au 20 décembre 2018

Dates	Horaires
mardi 20 novembre 2018	9h00 - 12h00 et 14h00 -16h00
vendredi 23 novembre 2018	8h15 -12h30 et 14h00 - 16h00
mardi 4 décembre 2018	8h15 -12h30 et 14h00 - 16h00
jeudi 6 décembre 2018	8h15 - 12h00 et 14h00 -16h00
mardi 11 décembre 2018	10h00 - 12h00 et 14h00 - 18h00
mardi 18 décembre 2018	10h00 - 12h00 et 14h00 - 16h00
Jeudi 20 décembre 2018	8h15 - 12h30 et 14h00 -17h00

Thématiques	Intervenants
Activité physique et effet global sur la santé	Dr CHEIPE – DR FERIAL – Mme LE HENAFF - Marion BERTIN - Mme DAVANIER
Pathologies psychiques	Dr CHARLES
Sommeil et Activité physique	Dr KHALIL
Approche psychologique des patients atteints de maladie chronique	Mme GRIZON
Pathologies musculo-squelettiques Neuropathies	Dr JEDDI
Pathologies métaboliques (obésité – diabète)	Dr FOURCADE
Physiologie et pathologie du pied	M.GRIZON
Pathologies pneumologiques	Pr MELLONI
Alimentation et activité physique	Mme FORT
Pathologies cancéreuses	Pr TUBIANA- MATHIEU
Dénutrition, obésité et activité physique - Compléments et suppléments alimentaires	Pr DESPORT
Pathologies cardiovasculaires	Pr VIROT
Conduites addictives	Dr VILLEGER
Activité physique adaptée à différentes populations	
Vieillessement - séniors	Dr SAUVAGE
Enfant et Adolescents	Dr GHOUILEM
Conditions de pratique de l'activité physique adaptée	M. ROULIERE – M. FREDON

