

SESSION DE FORMATION INITIALE

« *Prise en charge des porteurs de pathologies chroniques par les activités physiques et sportives* »

VENREDI

8h45-9h00 : Café d'accueil

9h00-9h20 : Tour de salle, présentation des participants

9h20-10h30 : Présentation du réseau et de l'opérateur régional sport & santé effORMip

Pause : 10h30-10h45

10h45-12h15 : Bases physiologiques de la prescription de l'activité physique

REPAS : 12h15-14h00

14h00-15h00 : Aspects pratiques de la prescription de l'activité physique

15h00-16h00 : Diabète de type 2 + *cas pratique*

Pause : 16h-16h15

16h15-17h00 : Obésité-surpoids et Activités Physiques

17h-18h00 : Fibromyalgie et Activités Physiques

SOIREE LIBRE

SAMEDI

8h45-10h00 : Découverte d'une activité et tests d'évaluation de la condition physique

10h00-11h00 : Ostéoporose-Arthrose et Activités Physiques

Pause : 11h-11h15

11h15-12h00 : Sensibilisation Handicaps et Activités Physiques

REPAS : 12h-13h30

13h30-14h30 : Counselling et motivation à la pratique de l'activité physique

14h30-15h30 : Jeux de rôles-cas pratiques

15h30-16h00 : Questionnaire d'évaluation, bilan de la formation

FIN DE LA FORMATION 16h