

# FORMATION SPORT SANTÉ



MAISON SPORT SANTÉ  
CHU RENNES

CHU  
Rennes

## MALADIES CHRONIQUES

### Pour s'inscrire

Du lundi 24 au 26 mars ET  
du lundi 7 au 9 avril 2025



40 heures sur  
2x3jours



RENNES

Maison Départementale des Sports

Informations :

[formation.illeetvilaine@franceolympique.com](mailto:formation.illeetvilaine@franceolympique.com)

06 75 21 25 30



## Objectifs de la formation :

Développer les compétences des encadrants sportifs bretons afin qu'ils puissent proposer des activités de sport-santé adaptées à des personnes en situation de maladie chronique.

Favoriser le développement de l'offre Sport Santé dans les structures sportives bretonnes.



## Objectifs spécifiques

### CONTENU

- ▶ Le contexte général du sport santé : environnement institutionnel et réglementaire
- ▶ Les recommandations de bonnes pratiques d'hygiène de vie favorables à la santé (alimentation, prévention des addictions...)
- ▶ Les notions générales de physiopathologie de l'exercice physique et de l'entraînement



### CONTENU

- ▶ Réaliser un bilan éducatif et motivationnel individualisé pour chaque patient et en évaluer les impacts.
- ▶ Concevoir et animer un programme avec des séances d'activité physique adaptée au patient
- ▶ Connaître les principales caractéristiques des pathologies chroniques concernées.



### CONTENU

- ▶ Maîtriser les principes et modalités pratiques de mise en place d'une action sport santé
- ▶ Recherche de financements



Cette formation permet de référencer l'activité proposée sur le site Bretagne-sport-santé.

La formation est accessible à tous les encadrants sportifs (professionnels ou bénévoles) bretons, titulaires et à jour de la formation PSC1.

Un questionnaire de positionnement identifiant le niveau du stagiaire sera transmis et demandé en amont de la formation.

**Tarifs : 800 € avec prise en charge par un OPCO / 400€ sans PEC OPCO**