

# FORMATION SPORT SANTÉ



MAISON SPORT SANTÉ  
CHU RENNES

CHU  
Rennes

## MALADIES CHRONIQUES

► Pour s'inscrire

Du mercredi 2 au 4 octobre ET  
du mercredi 16 au 18 octobre



40 heures sur  
2x3jours



RENNES  
lieu à définir

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.

**Tarif : 400 €** (prise en charge possible par un OPCO) / **200€** si statut bénévole