

Mardi 12 mars 2019

- 8h00 **ACCUEIL**
- 8h30 **Rôle d'un E3S**  
Julie GUSTIN, Educateur Sportif Sport Santé (E3S)  
**Rôle d'un EMS**  
Julie GUSTIN, Educateur Médico-Sportif (EMS)
- 10h00 **Pause**  
10h15 **Sensibilisation « Gestes de 1<sup>er</sup> secours »**  
Anthony AUBERT, Office d'Animation Des Crêtes Préardennaises (OACP)
- 11h45 **PAUSE DEJEUNER**
- 13h15 **Evaluation de la condition physique adaptée - Théorie**  
Richard GRUNENBAUM, Conseiller Technique Régional  
Comité Régional Sport Pour Tous
- 14h45 **Pause**  
15h00 **Evaluation de la condition physique adaptée - Pratique**  
Richard GRUNENBAUM, Conseiller Technique Régional  
Comité Régional Sport Pour Tous
- 16h30 **Evaluation de la première journée**  
17h00 **FIN DE LA JOURNEE**

Jeudi 14 mars 2019

- 8h00 **ACCUEIL**
- 8h30 **Publics sédentaires et « risques sportifs »**  
**Les nouvelles recommandations en prévention primaire (PNNS)**  
Dr Sylvie BIDOT-MAURANT, Médecin CDOS Ardennes
- 10h00 **Pause**  
10h15 **Comment définir le Sport Santé et comment s'organise-t-il ?**  
**Cursus Sport Santé Régional et réseaux des Educateurs Sport Santé**  
Guillaume DELIOT, Chef de projets Développement Territorial au Réseau Sport-Santé Bien-Etre (RSSBE)
- 11h45 **PAUSE DEJEUNER**
- 13h15 **Les activités Gymniques**  
Stéphane VERRAUX, Educateur Sportif Sport Santé (E3S)
- 14h30 **Une activité en plein air : marche nordique**  
Guillaume FERT, Educateur Sportif Sport-Santé (E3S)
- 15h45 **Pause**  
16h00 **« Je me sens bien dans mon assiette »**  
Dr Sylvie BIDOT-MAURANT, Médecin CDOS Ardennes
- 17h30 **Evaluation du stage et des stagiaires, remise des attestations**
- 18h00 **FIN DE LA JOURNEE**

Programme sous réserve de modifications



# Formation SPORT SANTE



## Niveau 1 : Prévention Primaire



Les 12 & 14 Mars 2019

Maison des Sports - Route de La Moncelle  
08140 BAZEILLES  
Tél : 03.24.56.03.86  
Mail : [cdos.crib.ardennes@orange.fr](mailto:cdos.crib.ardennes@orange.fr)  
Site : [www.cdos-ardennes.fr](http://www.cdos-ardennes.fr)



# **FORMULAIRE D'INSCRIPTION**

**Date limite de retour : 24/02/19**

CDOS des Ardennes  
Maison Départementale des Sports – Route de La Moncelle  
08140 BAZEILLES  
**Tél** : 03.24.56.03.86  
**Email** : cdos.crib.ardennes@orange.fr

## **PARTICIPANT :**

**Nom :**  
**Prénom :**  
**Date de Naissance :**  
**Adresse :**  
**Code Postal :**                      **Ville :**  
**Tél. :**                                      **Portable :**  
**Mail :**

## **ASSOCIATION :**

**Nom :**  
**Discipline :**  
**Tél :**                                      **Mail :**

**Prévoir tenue de sport extérieur & intérieur**

**PRESENCE OBLIGATOIRE AUX 4 DEMI-JOURNEES POUR  
OBTENIR L'ATTESTATION DE FORMATION**

Frais par personne : 70 € (repas compris)

*Programme sous réserve de modifications*

## **Objectif général**

L'objectif de l'Action Départementale de Développement des Activités Physiques pour Tous (ADDAPT) vise à favoriser l'orientation des publics sédentaires ardennais de tout âge, porteurs ou non de pathologie chronique, vers une Activité Physique et/ou Sportive Régulière, Adaptée, Sécurisante et Progressive (APS RASP) dans une association.

Basée sur un travail partenarial entre le mouvement sportif, le mouvement médical, les usagers en lien avec le Réseau Sport-Santé Bien-Être vise à :

- **proposer un accompagnement aux dirigeants bénévoles** pour la conception, la mise en place et l'évaluation d'actions sport santé bien-être permanentes et événementielles (information, formation et orientation dans les réseaux) ;
- **proposer des formations sport santé bien-être aux éducateurs/animateurs/entraîneurs**

## **Objectif spécifique des formations**

Permettre aux encadrants du mouvement sportif (animateurs, entraîneurs, éducateurs) d'acquérir des savoirs, des savoirs faire et des savoir être pour améliorer la santé et la qualité de vie des publics sédentaires dans le cadre de la promotion pour la santé par les activités physiques et sportives régulières, adaptées, sécurisantes et progressives (APS RASP).

### **Niveau 1 : Formation prévention primaire tronc commun (Organisé par le CDOS 08 et ses partenaires)**

Apport de contenu théorique, technique et transversal, sur la reprise d'activité chez les publics sédentaires non porteurs de pathologie dans une APS RASP et introduction à la notion d'acteur relais dans l'éducation pour la santé (messages de prévention, partenariats, financements).

### **Niveau 2 : Formation niveau tertiaire tronc commun (Organisé par le CROS et ses partenaires)**

Apport de contenu théorique, technique et transversal, sur l'accueil des publics porteur de pathologie chronique dans une APS RASP et introduction à la notion d'acteur relais dans l'éducation pour la santé (messages de prévention, partenariats, financements).

