

ADMINISTRATION

Responsable :

Docteur Patrick BACQUAERT, Médecin-Chef de l'IRBMS
CV consultable sur www.irbms.com

Secrétariat :

IRBMS
Maison du Sport – 367, rue Jules Guesde – 59650 VILLENEUVE D'ASCQ
Tél. : 03.20.05.68.32 Fax : 03.20.40.21.43
Courriel : contact@medecinedusport.fr

FRAIS D'INSCRIPTIONS

Formation, interventions, documents pédagogiques, organisation des examens, repas le midi sur place.

Prise en charge particulier et individuelle : 1.550,00 euros

Prise en charge par organisme financier : 1.950,00 euros

FINANCEMENT

- Règlement possible en 2 fois, dont 60% avant la 1^{ère} séance
Et/ou
- Employeur (Structures Sportives, Comités, Ligues, Fédérations, Mairies, formation Continue...)
Et/ou
- Pôle Emploi (sous conditions, reconversion, aide à la reprise d'un emploi, aide pour la formation), le Conseil Régional et/ou Général, par les Directions Régionales Jeunesse et Sports (haut niveau), AGEFOS, DIF, OPCA, employeur, mission locale, PLIE, Fongecif

PARTENAIRES SOLLICITES



OBJECTIF **SAPHYRMÉ**
SANTÉ PAR UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE ET MÉDICALISÉE

NOUVEAU
FORMATION
INTERPROFESSIONNELLE

ALIMENTATION, ACTIVITES PHYSIQUES ET BIEN-ETRE

contact@medecinedusport.fr
www.irbms.com

Capacité de Formation Interprofessionnelle 2010/2011

PUBLIC CONCERNE

- Professionnels de l'action médico sociale.
- Promotion de la santé : éducateurs spécialisés, chefs de projets, chargés de mission, ...
- Sport : entraîneurs, cadres techniques, éducateurs, étudiants Faculté des Sciences du Sport, Brevet d'Etat, ...
- Santé / soins : médecins, infirmières, cadre de santé, diététicien(ne) s, psychologues, kinésithérapeutes, ...
- Educateurs territoriaux : chef de service et personnels service santé, sport ayant un objectif commun

OBJECTIFS ET BUT

Acquérir, maîtriser, réfléchir, s'enrichir pour proposer des applications à la prévention et à la lutte contre la sédentarité par la pratique d'activités physiques en adaptant son alimentation.
Intégrer les contrats locaux de santé pour l'aménagement de l'offre territoriale.

DEBOUCHES

Devenir, après Validation des Acquis, éducateur Médico-sportif, éducateur APA, ou valoriser un diplôme afin d'intégrer le secteur médico social.
Cette Capacité permet d'obtenir une meilleure formation théorique et pratique pour développer des actions de santé publique en lien avec la problématique.

PRESENTATION

LIEU DE FORMATION : Villeneuve d'Ascq

Contenu de la Formation :

- 7 sessions d'une journée (60 heures) le Mardi ou Jeudi (dates à définir) dont 1 journées d'applications pratiques « Alimentation et Activités Physiques.
- Evaluation collective intermédiaire avec boîtier interactif
- Auto-Formation obligatoire de textes et documents : 50 heures
- 1 validation de stage obligatoire sur 3 mois en équivalent de 100 heures
- Réalisation obligatoire d'un mémoire et d'un stage, une évaluation théorique et une présentation de mémoire

Date limite d'inscription :

30 septembre 2010. Nombre de places limitées, en fonction de la date d'arrivée, profil, et délibération des jurys.

Pour en savoir plus : www.irbms.com

Formation agréée N° 31 59 05617 59

Prévisionnel pouvant subir des modifications en fonction des disponibilités des intervenants et des approches actualisées.

PROGRAMME	
Session 1	Présentation de la formation Choix des stages et des mémoires Tour d'horizon de quelques plans de prévention en France et en Europe Approche et connaissance des bienfaits de la pratique et du bien bouger Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique Mise en application pratique : comment surveiller la tension artérielle Travaux pratiques : IMC et tour de taille et utilisation du podomètre
Session 2	Comment bouger ? A vos marques prêt, bougez !! Les sites « Internet » et plus généralement les outils multimédias Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique Mise en application pratique : Etude d'affiche de promotion Travaux pratique : La connaissance de la fréquence cardiaque la spirométrie
Session 3	Alimentation gagnante des activités physiques L'apport hydrique connaissance des eaux Connaître les boissons de l'effort. Utile ou non ? danger ou aide ? Que proposer ? soupe chaude ou froide, jus de fruits ? Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique Mise en application pratique : Partage de recettes de trucs et astuces
Session 4	Equilibre alimentaire : Notion de nutrition santé Les mauvaises conduites alimentaires Comment adapter l'alimentation des personnes présentant un facteur de risque Les pathologies et les indications d'activités Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique Mise en application : Un outil de lutte contre la sédentarité, étude collective
Session 5	Enjeux de santé publique : Les pathologies chroniques et les indications d'activités APA ou comment encadrer les personnes présentant un facteur de risque ? Norme ISO 26.000 de responsabilité sociétale des entreprises Activité physique et dépendance ou contre la dépendance Les maladies neuro-dégénératives, ostéoporose Mise en application pratique prévention des chutes La place des activités physiques virtuelles avec consoles Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique
Session 6	Le bien être pour une meilleure santé : Psychologie et Préparation mentale: des approches pour améliorer la santé, favoriser une alimentation équilibrée et entamer ou poursuivre une activité physique. Evaluation de l'aspect psychologique et des besoins par l'utilisation d'entretiens et de tests. L'estime de soi: un concept pour comprendre le rapport au corps et à soi. Mise en place d'outils spécifiques pour développer le bien être et favoriser la mise en activité physique: relaxation, fixation d'objectif adaptée, imagerie mentale... Proposition d'activités adaptées au mieux vivre : relaxation, sophro etc... Elaboration collective et interactive d'une bibliographie et lecture critique
Session 7 (pratique)	Stage pratique bien-être, alimentation et activités physiques avec un chef pour la cuisine dans un lieu adapté. Atelier du goût selon l'âge et le public Mise en application pratique : le marché des saisons Elaboration collective et interactive d'une bibliographie, revue finale. Comment aborder le développement durable dans les propositions de pratique ? La consommation d'énergie du moteur humain, l'équilibre apports /dépenses. Revue des problèmes liés aux stages et à la réalisation des mémoires



Bulletin d'inscription Formation 2010/2011			
Merci de remplir ce bulletin et de nous le retourner accompagné de votre règlement à : IRBMS, Maison du Sport, 367, rue Jules Guesde, 59650 Villeneuve d'Ascq			
Nom :	<input type="text"/>	Prénom :	<input type="text"/>
Profession :	<input type="text"/>		
Adresse :	<input type="text"/>		
Code Postal :	<input type="text"/>	Ville :	<input type="text"/>
Téléphone :	<input type="text"/>	Courriel :	<input type="text"/>
Merci de nous indiquer dans quel but souhaitez-vous vous inscrire à cette capacité :			
<input type="text"/>			
<input type="text"/>			
> Souhaite s'inscrire à la Capacité de Formation Interprofessionnelle			
- S'inscrit à titre particulier ou individuel (1.550,00 €)	<input type="checkbox"/>		
- S'inscrit par le biais d'une prise en charge par un organisme financier (1.950,00 €)	<input type="checkbox"/>		
Organisme financeur :	<input type="text"/>		
- Règle l'intégralité de la formation	<input type="checkbox"/>		
- Souhaite bénéficier du règlement en 2 fois	<input type="checkbox"/>		
Ci-joint un chèque de :	<input type="text"/>	Euros, libellé à l'ordre de l'IRBMS, correspondant	
<input type="checkbox"/>	A la totalité du coût	<input type="checkbox"/>	A 60% du coût
> Date et Signature :	<input type="text"/>	<input type="text"/>	



Bulletin d'inscription Formation 2010/2011			
Merci de remplir ce bulletin et de nous le retourner accompagné de votre règlement à : IRBMS, Maison du Sport, 367, rue Jules Guesde, 59650 Villeneuve d'Ascq			
Nom :	<input type="text"/>	Prénom :	<input type="text"/>
Profession :	<input type="text"/>		
Adresse :	<input type="text"/>		
Code Postal :	<input type="text"/>	Ville :	<input type="text"/>
Téléphone :	<input type="text"/>	Courriel :	<input type="text"/>
Merci de nous indiquer dans quel but souhaitez-vous vous inscrire à cette capacité :			
<input type="text"/>			
<input type="text"/>			
> Souhaite s'inscrire à la Capacité de Formation Interprofessionnelle			
- S'inscrit à titre particulier ou individuel (1.550,00 €)	<input type="checkbox"/>		
- S'inscrit par le biais d'une prise en charge par un organisme financier (1.950,00 €)	<input type="checkbox"/>		
Organisme financeur :	<input type="text"/>		
- Règle l'intégralité de la formation	<input type="checkbox"/>		
- Souhaite bénéficier du règlement en 2 fois	<input type="checkbox"/>		
Ci-joint un chèque de :	<input type="text"/>	Euros, libellé à l'ordre de l'IRBMS, correspondant	
<input type="checkbox"/>	A la totalité du coût	<input type="checkbox"/>	A 60% du coût
> Date et Signature :	<input type="text"/>	<input type="text"/>	