



- Formation -

CATALOGUE DE FORMATION

2022 - 2023



www.nimessportsante.fr

Enregistré sous le numéro 76 30 04184 30, auprès de la DIRECCTE OCCITANIE
cet enregistrement de vaut pas agrément de l'Etat

PRÉSENTATION DE NIMES SPORT SANTÉ -----

Nîmes Sport Santé (N2S) est une association spécialisée en santé publique connue et reconnue pour son implication dans les champs du **SPORT**, du **HANDICAP**, et de la **SANTE**.

Elle a pour mission principale d'améliorer la santé et contribuer au bien-être physique, mental et social des personnes par la pratique d'activités physiques adaptées.

Au travers de ses 8 pôles d'activités, l'association tente de répondre aux préoccupations sanitaires actuelles, par la mise en place d'ateliers, de programmes, dispositifs stages, et journées de sensibilisation ou formation.

N2S, c'est aujourd'hui :

- Un conseil d'administration composé de 9 personnes
- Une équipe pluridisciplinaire de 7 professionnels
- Un comité d'experts sport-santé
- Une expérience de plus de 18 ans dans le sport-santé
- Un organisme de formation
- Un label CLUB SPORT SANTE BIEN-ÊTRE

N2S a eu la reconnaissance de Maison Sport Santé le 14 janvier 2020 par le Ministère des Sports, Le Ministère des Solidarités et de la Santé.



NOTRE VISION DE SPORT SANTÉ -----

Nîmes Sport Santé considère que l'activité physique et sportive associée à une bonne hygiène de vie générale (alimentation, etc.) est un outil efficace pour la santé, si elle est pratiquée de façon adaptée, progressive, sécurisée, et régulière.

Le Sport Santé est une démarche globale, qui utilise les activités physiques et/ou sportives comme outils préventifs ou thérapeutiques assurant les bienfaits de la pratique sur l'état de santé du pratiquant.

Pour N2S, le Sport Santé c'est ...

- un dispositif qui utilise le sport comme un moyen et non une finalité, le sport est un outil au bénéfice de la santé
- une démarche d'individualisation, d'évaluation, de conseils, de préconisations, d'accompagnement, d'adaptation, et de suivi
- un encadrement qualifié, diplômé, qui assurera une pratique en toute sécurité
- une approche globale, holistique dans laquelle l'utilisateur, le pratiquant est au centre de la prise en charge

CATALOGUE DE FORMATION -----

RÉSERVÉ AUX ASSOCIATIONS / CLUBS DE SPORT / INDEPENDANTS

- MONTER UN PROJET SPORT-SANTÉ DANS SA STRUCTURE
- LA PRESCRIPTION DU SPORT SUR ORDONNANCE
- ACCUEILLIR ET ACCOMPAGNER LA PERSONNE MALADE CHRONIQUE DANS SA PRATIQUE D'ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE

RÉSERVÉ AU SECTEUR MEDICO-SOCIAL

- LUTTE CONTRE LA SÉDENTARITÉ ET DÉVELOPPEMENT DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ■
- LES RECOMMANDATIONS EN TERMES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ■
- DEVELOPPER DES ACTIONS SPORT-SANTÉ AU SEIN DE SA STRUCTURE ■
- STRUCTURER UN PROJET EN ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE ADAPTÉE ■

RÉSERVÉ AUX ENTREPRISES

- LE SPORT-SANTÉ, LEVIER DE BIEN-ÊTRE ET DE PERFORMANCE

FORMATIONS DE N2S -----

LES FORMATEURS

CHRISTOPHE MARTINEZ - Directeur de N2S

Master Réhabilitation par les APA – UFR STAPS Montpellier
Master 1 Politiques Sociales – Avignon
Certificat d’aptitude aux fonctions d’encadrement et de responsable d’unité d’intervention sociale (CAFERUIS)
Maître de Conférences Associé à l’Université de Nîmes
Conseiller Technique Fédéral - Fédération Française du Sport Adapté
Cadre Technique - Fédération Française Sports Pour Tous
Administrateur Ligue Occitanie du Sport d’Entreprise
Instructeur en marche nordique – Fédération de Nordic Walking
Formé à l’Education Thérapeutique du Patient

SARAH PABION – Enseignante coordinatrice en APA de N2S

MASTER APA Santé – UFR STAPS Grenoble
Formée à l’Education Thérapeutique du Patient
Cadre Technique auprès de la Fédération Française Sports Pour Tous
Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique
Formé à l’Education Thérapeutique du Patient
En cours de formation à l’entretien motivationnel

 MONTER UN PROJET SPORT-SANTÉ DANS SA STRUCTURE

Contenu

Les bienfaits de l'Activité Physique sur la santé et les risques liés à la sédentarité

Pourquoi monter un projet sport-santé dans sa structure ?

Connaissance du sport-santé (histoire, définitions, contenu, etc.)

Les plans et dispositifs de promotion de la santé par l'activité physique et sportive

Le financement des actions sport-santé

Les freins et leviers à la mise en place du sport-santé dans sa structure

La prescription du sport sur ordonnance (*les bases*)

Public visé

Salariés / Bénévoles / Dirigeants / Indépendants

Prérequis

Connaissant de l'environnement associatif et sportif avec un minimum de 6 mois d'expérience dans le secteur d'activité.

Durée


1 journée / 7 heures

Intervenants

Enseignants en Activité Physique Adaptée

Dates

5 Décembre 2022

 LA PRESCRIPTION DU SPORT SUR ORDONNANCE

Contenu

Pourquoi prescrire de l'Activité Physique ? (*état de santé de la population, effets de l'activité physique sur la santé, risques liés à la sédentarité, etc.*)

La prescription du sport sur ordonnance (*côté législatif*)

La prescription, de quoi parle-t-on ?

Les freins et leviers à la prescription

Le public cible et ses besoins spécifiques

L'existant : *dispositif, programmes, structures, etc.*

Comment accueillir la personne orientée par son médecin ?

Public visé

Salariés / Bénévoles / Dirigeants / Indépendants

Prérequis

Connaissant de l'environnement associatif et sportif avec un minimum de 6 mois d'expérience dans le secteur d'activité.

Durée

1/2 journée / 4 heures

Intervenants

Enseignants en Activité Physique Adaptée

Dates

**■ ACCUEILLIR ET ACCOMPAGNER LA PERSONNE MALADE CHRONIQUE DANS SA PRATIQUE D'ACTIVITE PHYSIQUE
ET SPORTIVE**

Module 1 : **Diabète et obésité**

Module 2 : **Pathologie cardiaque et hypertension**

Contenu

Bases en physiopathologie des maladies chroniques

Les recommandations et les restrictions en termes de pratique

L'entretien motivationnel

L'évaluation de la condition physique

L'adaptation de sa pratique

La question de la pratique autonome

Public visé

Salariés / Bénévoles / Dirigeants

Connaissant l'environnement associatif et sportif avec un minimum de 6 mois d'expérience dans le secteur d'activité

Durée

1 journée / 7 heures

Intervenants

Médecins

Enseignants en Activité Physique Adaptée

Dates

1^{er} trimestre 2023

RÉSERVÉ AU SECTEUR MEDICO-SOCIAL

- LUTTE CONTRE LA SÉDENTARITÉ ET DÉVELOPPEMENT DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
- DEVELOPPER DES ACTIONS SPORT-SANTÉ AU SEIN DE SA STRUCTURE
- STRUCTURER UN PROJET EN ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE ADAPTÉE

Plus d'informations sur demande

RÉSERVÉ AUX ENTREPRISES

- LE SPORT-SANTÉ, LEVIER DE BIEN-ÊTRE ET DE PERFORMANCE

Plus d'informations sur demande

Nos formations **vous intéressent,**

Vous avez des **questions,**

Vous souhaitez **plus de renseignements sur le contenu...**

Contactez-nous au

