

LES BASES DE L'ACTIVITE PHYSIQUE : Prise en charge et prévention en santé et bien-être ^{BAP}

Mise à jour le 12 juillet 2021

Objectifs

Actualiser ses connaissances et fournir des pistes pour une prise en charge en Activité Physique et en Santé.

Public Visé

Personnel des établissements de santé, du secteur médico-social, du secteur médical et paramédical, de la médecine du travail et du secteur associatif

Pré Requis

Aucun

Objectifs pédagogiques

Comprendre l'Activité Physique, pour faciliter une prise en charge et une prévention efficace
Prise en charge par l'Activité Physique
Mettre en place des actions de prévention par l'Activité Physique
Connaitre les méfaits de la sédentarité, et trouver des pistes pour lutter contre

Méthodes et moyens pédagogiques

Vidéo-projection
Support écrit ou informatique
Exposés participatifs
Exercices d'application

Qualification Intervenant(e)(s)

Educateur médico-sportif

Parcours pédagogique

- Définition de l'Activité Physique et la sédentarité
- Bénéfices et rôle de l'Activité Physique sur la santé et le Bien-être
- Repères et recommandations
- Trucs et astuces pour la mise en pratique
- Approche motivationnelle : outils et posture éducative
- Outils pratiques (questionnaires, tests, ...)
- Présentation des institutions en « Activité Physique » et des dispositifs existant.

Méthodes et modalités d'évaluation

Formation en présentiel, réalisable en distanciel

Un test de connaissances et de positionnement sera réalisé au début et à la fin de la formation.

Un questionnaire de satisfaction sera administré à l'issue de la formation

Une évaluation à froid sera envoyée 3 mois après la formation

Modalités d'Accessibilité

Inscription au plus tard 4 semaines avant le début de la formation

Modalité d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap : nous consulter

Dates, horaires et lieux : retrouvez toutes les informations sur notre site internet

<https://pasteur-lille.fr/expertises/formations/>

Durée

7.00 Heures

1 Jour

Effectif

De 3 à 15 Personnes

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : **395.00 HT**

Intra (Par Jour) : **Nous consulter**



Contactez-nous !

SERVICE FORMATION

Tél. : 0320877271

Mail : formation@pasteur-lille.fr