

PROGRAMME FORMATION



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ET OBÉSITÉ



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION



Suivez notre actualité
sur Facebook
Facebook/Form-AP

11 avenue Archimède, 33600 PESSAC

07 63 41 58 11

contact@form-ap.com

FORM-AP.COM

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75 33 10296 33, auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine
Association Form'AP, 11 avenue Archimède, 33600 PESSAC
Siret : 820 629 053 00027, Code APE : 8551Z

CONTEXTE

Dans la population adulte, le poids corporel augmente avec l'âge jusqu'à environ 65 ans, puis diminue. Le surpoids et l'obésité sont dus à des déséquilibres alimentaires quantitatifs, mais aussi qualitatifs et à d'autres facteurs contribuant à la prise de poids : activité physique (AP) insuffisante, sédentarité, manque de sommeil, facteurs génétiques, etc... Les patients obèses sont plus susceptibles de développer des maladies métaboliques, cardiovasculaires et certains cancers. L'APA a un rôle essentiel dans la gestion du poids et dans la prévention de la santé chez les sujets obèses. Ainsi, même sans perte de poids associée (IMC inchangé), la pratique de l'AP conventionnelle permet une diminution de la graisse intra-abdominale et du tour de taille, une augmentation de la masse musculaire, une amélioration de la condition physique et une réduction des facteurs de risques cardiovasculaires couramment associés (hypertension, dyslipidémie, diabète de type 2).

LE PROGRAMME

APPORTS THÉORIQUES CONCERNANT LA L'OBÉSITÉ ET LES CONSÉQUENCES SUR LA VIE QUOTIDIENNE

- ⇒ Les chiffres
- ⇒ L'étiologie
- ⇒ Les maladies associées
- ⇒ Les conséquences
- ⇒ Les accompagnements / les traitements
- ⇒ Les différents stades avant et après chirurgie

DÉMARCHE APA POUR CE PUBLIC

- ⇒ Evaluer, identifier les besoins et définir les objectifs prioritaires
- ⇒ Identifier les contenus les plus appropriés à la population
- ⇒ Echanger autour de contenus d'activités physiques et sportives

ÉTUDES DE CAS

- ⇒ Réfléchir et échanger entre professionnels pour trouver des contenus et adaptations en activité physique suivant une situation précise

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES ET COMPÉTENCES VISÉES

- ⇒ Identifier et caractériser les pathologies les plus fréquentes en rhumatologie
- ⇒ Acquérir des connaissances théoriques sur les conséquences des pathologies sur la qualité de vie des patients
- ⇒ Apprendre à identifier les besoins et définir des objectifs de travail qui en découlent
- ⇒ Améliorer des connaissances concernant l'adaptation de l'Activité Physique ou Sportive pour ce public

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Formation en **distanciel synchrone sur plateforme de visioconférence** combinant une pédagogie active d'appropriation des apports théoriques et une étude de cas.

SUIVI ET ÉVALUATION

- ⇒ Questionnaire de satisfaction
- ⇒ Questionnaire d'atteinte des objectifs
- ⇒ Questionnaire sur le positionnement

L'ENCADREMENT

- ⇒ Professeure Sophie HERPE, médecin au sein de l'HDJ du service Nutrition du SSR Les Lauriers
- ⇒ Enseignants APA de l'association Form'AP



Samedi 26 Novembre 2022



Inscriptions sur le site internet avant le 20 Novembre :

<http://form-ap.com/inscription-formation/>

QUEL PUBLIC ?

Enseignants APA

PRÉ-REQUIS

Être titulaire de la Licence STAPS APA-S ou étudiant en cours de cursus (diplôme ou attestation à envoyer pour l'inscription)

LES MODALITÉS



6H30

SUR 1 JOURNÉE

9H30 - 12H30
13H30 - 17H



150€

net par stagiaire si inscription par l'employeur

70€

si inscription individuelle

50€

si inscription étudiante