

Les Activités Physiques Adaptées

Justification

Les activités physiques adaptées sont considérées aujourd'hui comme une thérapie à part entière. Elles apportent du bénéfice tant sur le plan préventif que curatif pour les pathologies chroniques : maladies cardio vasculaires, diabète, obésité, cancer....

Pour lutter contre la sédentarité et l'inactivité il est recommandé pratiquer l'équivalent d'au moins 30 minutes de marche rapide par jour au minimum 5 fois par semaine pour les adultes et l'équivalent d'au moins 60 minutes par jour pour les enfants et adolescents.

Les professionnels de santé sont au premier pour le conseil et la prescription des activités physiques adaptées.

Public et prérequis

Médecins généralistes, Kinésithérapeutes, podologues, Infirmiers

Durée de la formation

3H en soirée de 19H30 à 22H30

Accueil des personnes en situation de handicap

Cette formation est conçue pour être adaptable et accessible aux personnes en situation de handicap. Le participant concerné pourra contacter le référent de la formation dont les coordonnées lui seront fournies lors de son inscription. Il pourra être accompagné par la référente handicap de l'association dont les coordonnées pourront lui être communiquées.

Tarifs

Prise en charge par l'ANDPC
A partir de 50 euros en l'absence de forfait.

Objectifs de la formation

. Objectif principal :

Présenter les activités physiques adaptées (APA) aux Professionnels de santé libéraux

. Objectifs spécifiques :

- Connaître les indications et le public cible des APA

- Rédiger correctement la prescription des APA
- Proposer des APA adaptées aux patients à partir de l'offre locale

Déroulé de la formation

A partir de l'expérience de patients présentées sous la forme de cas cliniques, les participants travailleront en sous groupe dans un premier temps puis en plénière.

Les experts répondront à leurs questions puis feront une synthèse sous la forme d'un diaporama.

Seront revus, les modalités de prescriptions et les différents moyens d'accès aux activités physiques adaptées.

Les associations locales proposant ce type d'activités seront présentées.

Méthodes pédagogiques

- Echanges de pratiques, travail en sous-groupes et synthèse en plénière
- Apport de connaissances théoriques et pratiques via un diaporama
- Séquences de simulation
- Cas cliniques

Modalités d'évaluation

- Recueil de pratiques en amont de la formation
- Recueil des attentes en début de formation
- Séquence évaluative en cours de formation
- Feuille d'évaluation en fin de journée
- Post test