

SPORT SANTÉ

Soigner l'hypertension artérielle par la pratique physique

Objectifs de la formation :

- Acquérir les connaissances et les compétences pour proposer des pratiques physiques adaptées à des personnes à risque ou atteintes d'hypertension artérielle.
- Construire un programme pertinent d'activité ou de retour à l'activité et animer des ateliers motivants, ludiques pour répondre aux besoins de santé, aux attentes de bien-être de ces personnes.

Public concerné : *toute personne intéressée par la thématique*

- Dirigeant.e, salarié.e, bénévole
- Educateurs sportifs Sport Santé

Pré-requis : Aucun.

Méthodes pédagogiques :

Informations en distanciel (si possible) ; exposés ; ateliers pratiques ; échanges entre participants à partir de leurs expériences.

Moyens d'évaluation :

Un questionnaire de satisfaction sera remis à chaque stagiaire à la fin de la formation ; une attestation de formation, sur demande, lui sera également envoyée.

Durée : 1 journée (7 heures)

Programme :

- Rappels sur l'hypertension artérielle ;
- Évaluation du patient ;
- Intérêts et limites de la pratique physique ;
- Activités et modalités de pratique en fonction de la maladie ;
- Conseils nutritionnels à apporter en complément de la pratique ;
- Relations avec les autres professionnels impliqués dans le parcours de soin du patient.
- Liens à développer.

Tarifs* :

Bénévole : 125€

Salarié : 250€ *Votre OPCA peut prendre en charge votre formation [Cliquez ici](#)*

Remise à partir de plusieurs formations :
10% pour 2 ; 15% pour 3 ; 20% pour 4 ; 30% pour 5 et plus.

Intervenants :

- Spécialiste hypertension artérielle

Informations et renseignements :

Emile Benizeau
emile.benizeau@crosif.fr

Tél. : 01 49 85 84 99

S'inscrire

<http://www.crosif.fr/formations/>