

## PRENDRE EN CHARGE LES PRATIQUANTS POST COVID-19 (Covid-19 / Sédentarité)

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Être capable de proposer un programme de remise à l'activité physique adaptée pour des personnes ayant présenté une affection covid-19 ou une longue période de sédentarité.

### PUBLIC CONCERNÉ

Éducateur sportif, bénévole

### PRÉ-REQUIS

S'inscrire dans une démarche sport santé et avoir pour projet d'accroître le recours aux activités physiques et sportives comme thérapie non médicamenteuse.

### DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

- Durée : 7 heures
- De 9h30 à 17h30 le 29/05/2021
- Effectif : de 6 à 15 pers.
- Coût de la formation :  
Autofinancement : **90€**  
Prise en charge OPCO,  
**nous consulter.**

### LIEU DE LA FORMATION

CROS Île-de-France  
1 rue des Carrières  
94250 Gentilly

### CONTENU DE LA FORMATION

- Reprise de l'activité physique après un arrêt prolongé (suite de confinement)
- Intérêt du reconditionnement à l'effort puis de l'activité physique pour les patients ayant eu la covid-19 (cardio respiratoire, amélioration de l'immunité)
- Comment l'Activité Physique Adaptée s'intègre aux programmes de rééducation des patients après la covid-19 et comment on prend le relais en ville.

### MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Questionnaire d'étude des besoins envoyé avant la formation. Apport théorique, questions/réponses et mise en situation.

### PROFIL DU FORMATEUR

**Dr Sabrina Halaimia** : Médecine physique et réadaptation au Centre Hospitalier de Gonesse.

**Emeline Wasmer** : Enseignante en Activité Physique Adaptée.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

Questionnaire d'évaluation pédagogique en entrée et en sortie de formation.

### MOYENS TECHNIQUES

Salle de formation avec vidéoprojecteur et paperboard.

**S'inscrire**