

### Compétences visées

*Animer en sécurité des activités physiques en psychiatrie et en santé mentale auprès de personnes vivant avec un trouble psychique.*

### Objectifs et contenus

#### **Acquérir ou enrichir le cadre interventionnel d'une activité physique : concepts, clinique et pédagogie**

- L'activité physique comme pilier du maintien en santé et vecteur de l'altérité.
- La différenciation entre Sport Codifié et Activités Physiques Santé.
- Le cadre et la réglementation des activités physiques pour des soignants : compétences, limites de l'intervention, responsabilité professionnelle au regard de son diplôme et de son statut.
- La prescription des Activités Physiques Santé en fonction des personnes accompagnées.
- Les grands principes de la physiologie et de la psychologie de l'effort auprès d'une personne souffrant de troubles psychiques.
- Les ressources physiologiques, cognitives, relationnelles, émotionnelles d'une personne souffrant de troubles psychiques : endurance, plaisir, *coping*, affirmation de soi, maîtrise de soi, *empowerment*, attention, concentration...
- Le groupe et l'activité, supports thérapeutiques : Aire Transitionnelle d'Expérience, co-étayage, proxémie, périmètre de vie, interactions, coopération...
- La posture pédagogique et thérapeutique du soignant : créativité, adaptabilité, sécurité.
- L'animation d'un groupe de patients et la création d'ateliers avec mise en pratique réaliste et adaptée aux personnes.

#### **Analyser les processus interactionnels et la posture soignante lors d'une activité physique**

- L'étayage groupal et le portage du groupe.
- L'éthique de l'intervention soignante : jeu et performance, protection et vulnérabilité, autonomie et choix décisionnel sécurisé, sentiment d'efficacité personnelle et de réussite.
- L'analyse réflexive de pratique : à partir de mises en situations professionnelles vécues et l'expérimentation de séances pendant la formation.
- La communication avec l'équipe soignante : écrits soignants, évaluation de l'activité.
- La co-animation et avec les enseignants en APA.

#### **Élaborer un atelier à partir d'une fiche-projet**

- La fiche-projet : philosophie, objectifs, animateurs, groupe, matériels, temporalité, évaluation, budget.
- L'adaptabilité des activités en fonction des personnes vivant avec un trouble psychique.

### Méthodes

- Apports cognitifs et législatifs.
- Exercices d'application.
- Création et expérimentation de séances d'Activités Physiques.
- Analyse de Pratiques.

## Personnes concernées

Tout professionnel exerçant en psychiatrie et dans le secteur médicosocial.

## Valeur ajoutée

Cette formation permet à chaque professionnel de s'initier et/ou de se perfectionner à l'animation d'Activités Physiques Santé auprès de patients ou résidents présentant des troubles psychiques. Elle s'appuie sur la praticité des apports théoriques par l'expérimentation d'ateliers pendant le temps de formation et leur transfert dans la pratique soignante ou éducative. Elle est construite en conformité avec les recommandations de l'OMS, la stratégie nationale Sport Santé 2019-2024, le plan Santé Mentale.

## Pré-requis

Aucun

## À noter

### Cette formation s'appuie sur les recommandations et référentiels suivants

- Recommandations mondiales en matière d'activité physique pour la santé (OMS).
- Recommandations issues de la Stratégie National Sport Santé.

## Formation Inter & Intra

### Lyon - Octobre 2024

>> Du 01-10-2024 au 04-10-2024

#### Intervenant :

BOURELLE Jean-Michel

- Master 2 en Éthique de la santé et communication
- Master 2 Droits des patients
- Infirmier de secteur psychiatrique
- Cadre de santé : Management de proximité en Unités de soins Intra et Extra-Hospitalières
- Formateur en IFSI
- DU de Formateur d'adulte
- Éducateur sportif
- Responsable du domaine Psychiatrie et Santé Mentale
- Voir son profil [LinkedIn](#)

#### Prix

Tarif Inter **1440 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**

### Lyon - Septembre 2025

>> Du 08-09-2025 au 11-09-2025

#### Intervenant :

BOURELLE Jean-Michel

- Master 2 en Éthique de la santé et communication
- Master 2 Droits des patients
- Infirmier de secteur psychiatrique
- Cadre de santé : Management de proximité en Unités de soins Intra et Extra-Hospitalières
- Formateur en IFSI
- DU de Formateur d'adulte
- Éducateur sportif
- Responsable du domaine Psychiatrie et Santé Mentale
- Voir son profil [LinkedIn](#)

#### Prix

Tarif Inter **1440 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**