

# **PROGRAMME PROVISOIRE**

## **Journée Régionale Sport-Santé**

### **Construire un projet sportif pour un public sédentaire**

#### ***Du mieux-être à la performance***

**8h45 : Accueil**

**9h30 : Ouverture par les officiels**

**10h -10h10 : Présentation du programme**

**10h10 – 10h40 : INTRODUCTION**

- **Définition de la sédentarité**

Dr Olivier COSTE, Médecin Conseiller DRJSCS LR-MP

### **PARTIE 1**

**10h40 – 12h40**

**10h40-11h10**

- **Comment changer les comportements d'une personne sédentaire (20')**

Intervenant : Mathieu GOURLAN, Ingénieur de Recherche à Epidaure – Pôle Prévention ICM

- **10' de questions-échanges avec le public**

**11h10-11h40**

- **Promouvoir l'activité physique : présentation du projet ICAPS**

*Intervenant : Florence ROSTAN, Chargée de mission Service Prévention-Promotion de la santé de Santé Publique France*

- **10' de questions-échanges avec le public**

**11h40-12h10**

- **Mener des actions concertées : l'importance de la mise en réseau des acteurs**

*Intervenant : CODES 30*

- **10' de questions-échanges avec le public**

**12h10 -12h40 TABLE RONDE**

**L'intégration des clubs dans un dispositif global de promotion de l'Activité Physique**

*Ensemble des intervenants de la Partie 1*

1 témoignage d'une pratiquante

1 éducateur sportif réseau CODES 30

DR. Jackie BENOIST (évaluation du retour à l'activité sportive et risque liés à la pratique sportive) :  
CROS LR

**12H40 – 14H10 : REPAS**

**PARTIE 2**

**14h10-14h20 : Gymnastique digestive**

*(Chantal MAY, EPGV 30)*

**14h20-15h35 TABLE RONDE : L'adaptation de l'offre sportive**

Intervenants :

**Approche Sociologique**

*Intervenant à déterminer*

**Prévention**

Mathieu GOURLAN, Ingénieur de Recherche à Epidaure – Pôle Prévention ICM

**Association proposant plusieurs activités**

*Association « Ma Vie »*

**Comité Régional ou Ligue**

Léo Lagrange (programme 2<sup>ème</sup> souffle)

Stéphane ARIAS, Directeur Régional UNSS

**Educateurs(trices) / Entraîneur(e)s**

Cathy GALLIERE-MARCASTEL, Roller 34 club Montpellier

William BONNET, coach athlé-santé (30)

**15h35-16h50 TABLE RONDE : Une stratégie d'intégration privilégiant une pratique sportive encadrée**

**Réappropriation du corps**

Educateur en danse thérapie

**Démarche projet**

Programme Ping Santé : Philippe MOLODZOFF, CTN DRJSCS LR-MP

Programme EPGV (outils d'évaluations): Evelyne PRALONG, conseillère de formation EPGV LR

Programme Onco'sport (entretien initial) : Marie-Morgane LEBERRE

Projet « Acteurs et Actions en Activités Physiques & Santé » (3APS) : Pierre-Louis BERNARD, coordonnateur

**16h40-17h CONCLUSION**