



CU

# ACCAPSS

## Accompagner le Changement de Comportement en Activité Physique et Sédentarité à des fins de Santé

Pour **améliorer de manière globale et durable les comportements d'activité physique et de sédentarité**, l'ampleur de la tâche est immense et le chemin est ardu. L'engagement de l'ensemble des acteurs de santé est nécessaire. Ce CU s'attache à donner des outils aux professionnels de terrain qui souhaitent accompagner les patients /usagers dans cette démarche.

Après une mise à jour sur les concepts et les enjeux autour des notions d'activité physique et de sédentarité, ce CU vous propose une excursion détaillée au cœur des modèles théoriques du changement de comportement de santé dans l'objectif de renforcer vos compétences d'acteur de santé. À partir de vos attentes et en s'appuyant sur l'intelligence collective, l'analyse de vos expériences engagera une réflexion sur l'amélioration des pratiques de chacun.

### Objectifs

- Connaître les enjeux de santé en rapport avec l'activité physique et la sédentarité
- Maîtriser les modèles théoriques de changement de comportement de santé
- Construire, expérimenter et analyser l'accompagnement des patients / usagers vers un changement de comportement d'activité physique et sédentarité en s'appuyant sur les concepts théoriques
- Comprendre la dynamique de santé publique en lien avec l'activité physique et la sédentarité pour ajuster sa propre posture d'acteur de santé publique
- Analyser et améliorer sa pratique professionnelle en initiant une réflexion sur le cadre éthique de la promotion et prévention en santé.

## Public

Tout soignant en situation d'accompagner des patients / usagers au changement de comportement sur l'activité physique et la sédentarité à des fins de santé.

20 étudiants - 2 encadrants

## Tarifs

450€ en autofinancement, 900€ si prise en charge employeur

Financements possibles : FIFPL, employeurs

## Programme

6 ECTS : 3h CM - 16h TD - 11h e-learning - 3h évaluation orale - 20h travail personnel

### JOUR 1 : mardi 7 novembre 2023

Représentations et enjeux de santé en lien avec l'activité physique et la sédentarité

### JOUR 2 : mardi 5 décembre 2023

Outils d'évaluation et d'analyse des comportements d'activité physique – Présentation des modèles théoriques de changement de comportement de santé

### JOUR 3 : mardi 30 janvier 2024

Outils d'accompagnement et de communication avec les patients / usagers – Cas fictifs et simulation

### JOUR 4 : mardi 14 mai 2024

Évaluation orale et temps convivial

## Qui sommes-nous ?

### Sophie Rey – Maxime Guillet

Kinésithérapeutes enseignants au Département de kinésithérapie de l'Université Grenoble Alpes, nous sommes responsables des UE « Activité physique et santé », « Motivation à l'activité physique » en formation initiale et de l'UE « Accompagner le changement de comportement en activité physique et sédentarité à des fins de santé » en Master 2 formation continue.

Nous accompagnons en tant que directeurs de projets de recherche les étudiants kinésithérapeutes sur les thématiques de promotion de la santé, adhésion à l'activité physique et sédentarité. Enfin, nous sommes également membres du groupe d'experts sur la spécificité APA et sport santé auprès du Collège de la Masso-Kinésithérapie.

### Responsables pédagogiques

Sophie Rey et Maxime Guillet

[fc-kinesitherapie@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:fc-kinesitherapie@univ-grenoble-alpes.fr)

### Scolarité

Eve-Marie Omnès

04 76 18 79 90

[scolarite-kinefc@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:scolarite-kinefc@univ-grenoble-alpes.fr)