

# FEMMES ENCEINTES ET POST PARTUM : LES BASES

2 JOURNÉES

14 HEURES

100% PRÉSENTIEL

## Description et objectifs opérationnels

La période de grossesse doit, dans la mesure du possible, rester une période active où l'activité physique à toute sa place.

Pour la femme enceinte pratiquer une activité physique dans les bonnes conditions est un incontournable pour son bien-être psychologique et physique .

L'éducateur sportif doit donc être en mesure d'acquérir des connaissances et des compétences utiles à sa prise en charge. En post-partum l'éducateur saura proposer et conseiller une reprise d'activité adaptée.

### Objectifs de la formation :

Acquérir des connaissances théoriques sur les pathologies courantes

Acquérir des connaissances théoriques sur les femmes enceintes et la période post-natale

Prendre en compte les interdits et proposer des adaptations

Acquérir des compétences à l'encadrement de ce public

## Publics visés

Toute personne détenant un diplôme permettant l'enseignement contre rémunération (CQP, BP, DE...)

## Pré-requis

Aucun pré-requis

## Modalités pédagogiques

Matériels et salle dédiés à la pratique

Livret de formation

Auto-évaluation des participants

# Programme de la formation

- Vous apprendrez à intégrer vos pratiquants
- Vous proposerez des progressions et des adaptations en lien avec vos activités
- Vous proposerez des séances et des objectifs adaptés
- Vous identifierez les publics à risque
- Vous saurez vous positionner en collaboration avec les différents acteurs de la santé en lien avec la grossesse

## Supports pédagogiques

Suivi de cours  
Etude de cas  
Alternance théorie pratique  
Powerpoint

## Documents remis

Livret de formation

## Modalités d'évaluation

QCM  
Auto-positionnement  
Prise en charge animation

## Formateur

Kinésithérapeute et éducateur(trice) sportif(ve)

## Equipement(s) et/ou matériel(s) à apporter pour suivre la formation

Matériel pour prise de notes  
Tenue adaptée à la pratique d'activité physique

## Effectifs

Intra-entreprise

Inter-entreprise

Individuel

## Durée, dates et coût de la formation

2 jour  
14 heures

15 et 16  
MARS 2021

360 €

## Dispositif(s) de financement

Pour les salarié(e)s, formation éligible au Plan Conventionnel du Sport\* et au Plan de Développement des Compétences.

\*Pour les entreprises adhérentes à l'AFDAS

Autofinancement

Possibilité de prise en charge (totale ou partielle) pour les travailleurs indépendants.

## Accessibilité de la formation



Locaux



Formation (étude du parcours avec le référent handicap)

**Référent handicap : Justine LENROUILLY**

justinelenrouilly@craf2s.fr  
06.40.65.83.28

## Lieu(x) de formation

Salle SENGHOR, CRAF2S  
Campus Effiscience  
Colombelles 14460

## S'INSCRIRE EN FORMATION !

02.31.15.69.19  
competences@craf2s.fr

CRAF2S

SIRET : 52037450500037

Organisme déclaré sous le n°25140235814 auprès du Préfet de Région Normandie

Campus Effiscience - 1-3 rue Léopold Sédar Senghor - 14460 COLOMBELLES

02.31.15.69.19 contact@craf2s.fr

[craf2s.fr](http://craf2s.fr)