

Module interdisciplinaire J+S

Prévention des dépendances en milieu sportif



Programme de la formation

En 2013, la formation a été rattachée au Module interdisciplinaire J+S « Prévention des toxicomanies ». Elle s'étend sur une journée : la partie pratique a lieu le matin, la partie théorique l'après-midi. La journée débute à 8h45 et se termine à 16h45 environ.

Le programme complet de la journée se présente ainsi :

LAUSANNE – Centre sportif de Dorigny	
08.45 – 09.00	Accueil – Infos J+S
09.00 – 12.00	<p>Partie pratique</p> <p>Mises en situation et discussions autour des thèmes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fédérer les participants • Responsabiliser - Confiance et Estime de Soi - Respect • Et si on stimulait vos points forts ? • Accompagner son sportif à prendre sa juste place • Cool Down et Feedback <p>Retour sur les attentes des participants - discussion</p>
12.00 – 13.30	Repas
13.30 – 16.30	<p>Partie théorique</p> <p>Présentation d'éléments théoriques et discussions sur les thèmes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimentation et sport • Prévention de la consommation d'alcool • Prévention de la consommation de tabac/ cannabis/ snus <p>Présentation des ressources à disposition des clubs</p>
16.30 – 16.45	Evaluation de la formation
16.45	Clôture de la formation

En 2015, 3 formations ont eu lieu entre mai et novembre. Au total, 68 moniteurs issus de disciplines diverses ont suivi la formation. De manière générale, la satisfaction des participant-e-s quant au contenu de la formation et à son utilité dans leur pratique est très bonne.