

CŒUR ET TRAVAIL

EXERCICE PHYSIQUE ET SÉDENTARITÉ

LIEU

ESPACE TRINITÉ : 3, rue de la Trinité– Paris 9^{ème}

Métros : Trinité (ligne 12) – Opéra (lignes 3 et 8) Chaussée d'Antin (lignes 7 et 9)

Bus : 26, 32, 43, 68 et 81 – Parking : Rue Jean-Baptiste Pigalle – Paris 9^{ème}

DATES ET HORAIRES

Vendredi 21 mars 2025

Déjeuners pris en commun

9 h00 à 12 h30 et 14 h00 à 17 h30 (soit quatorze heures pour les deux jours)

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Médecins du travail et de prévention - Aucun pré-requis

OBJECTIF

Connaitre les liens entre activité physique et santé.

Savoir coordonner des actions de prévention par l'activité physique en milieu de travail

PROGRAMME

Matin

Accueil et présentation du stage

Évolution e l'activité physique des populations occidentales

Activité physique en prévention

Activité physique chez les porteurs de maladie chronique

Mécanisme d'action de l'activité physique

Après-midi

Prescription de l'activité physique par le médecin.

Activité physique en entreprise, les outils

Guide l'ONAPS, comment l'utiliser

Exemples d'expérience en milieu professionnel

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Exposés théoriques, débats interactifs, études de cas pratiques

SANCTION DE LA FORMATION

Réalisation d'un pré et post-test par QCM. Bilan de fin de formation avec l'intervenant. Evaluation de la formation à la fois sur la forme et le contenu.

INTERVENANTS

Dr Sophie DURAND, cardiologue – service de réadaptation cardiaque – Pôle santé d'Ennery (95)

Pr François CARRE, cardiologue su sport RENNES

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE

Pr François CARRE