



ADDICTIONS
MILIEU
SPORTIF

Formation

Prévenir les conduites addictives en milieu sportif

Le sport est reconnu pour son caractère protecteur et ses bienfaits aussi bien sur l'état physique (renforcement musculaire, souplesse, endurance) que mental (joie, bonne humeur, estime de soi, etc.). Il permet au travers des séances d'entraînement et des compétitions de créer des liens sociaux, de favoriser les échanges et la convivialité. Toutefois, les objectifs à atteindre (individuels et/ou collectifs), les enjeux d'une saison sportive, les contextes de convivialité dans certaines disciplines sportives, ... sont autant de situations potentiellement propices aux conduites à risque (tabac, alcool, cannabis, produits dopants, protoxyde d'azote, jeux, paris sportifs, réseaux sociaux, ...) chez certains jeunes licenciés.

Des stratégies reconnues pour prévenir efficacement ces consommations existent telles que :

- **Le développement des facteurs de protection individuels et sociaux ou compétences psychosociales** : avoir une bonne estime de soi, savoir gérer son stress et ses émotions avant et pendant les matches ou encore savoir analyser et prendre des décisions sans l'influence du groupe ou de l'entourage, etc. Développer ces compétences en milieu sportif permettrait aux pratiquants d'être acteur de leur santé, d'améliorer leur pratique sportive et leur bien-être. À ce titre, au sein des clubs les éducateurs, cadres techniques, bénévoles... ont un rôle à jouer dans le développement et/ou le renforcement de ces facteurs de protection au travers des séances d'entraînement, la préparation d'avant match, lors des temps de convivialité, etc.
- **La création d'environnements favorables** : au sein des clubs, il s'agira d'initier une démarche de santé visant à prévenir ces consommations.

OBJECTIF GÉNÉRAL

Renforcer les connaissances et les capacités des cadres techniques, éducateurs, bénévoles, etc. afin qu'ils puissent intégrer le développement des facteurs de protection individuels et sociaux lors d'activités au sein des clubs : séances d'entraînement, compétitions, ateliers éducatifs, etc. pour le bien-être des licenciés.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Appréhender la santé, le bien-être des jeunes et les déterminants ;
- Expliquer les conduites addictives ;
- Décrire les facteurs de protection individuels et sociaux et expliquer leurs intérêts dans la prévention des conduites addictives ;
- Repérer et orienter les jeunes en difficulté face aux conduites addictives.

CONTENU

La santé, le bien-être des jeunes et ses déterminants ;
Les conduites addictives des jeunes en milieu sportif ;
Les méthodes et outils d'intervention pour renforcer les facteurs de protection des jeunes ;
Les méthodes de repérage et d'orientation des jeunes en difficultés.

Une approche expérientielle et participative basée sur les pratiques sportives, les besoins des jeunes licenciés et attentes des clubs sera privilégiée.



 **PUBLIC**

Cadres techniques, éducateurs, professeurs d'EPS, volontaires en service civique, bénévoles, parents, etc.

 **DATES**

28 février et 1^{er} mars 2023

 **DURÉE**

9h – 12h30 et 13h30-17h

 **Lieu**

Pôle Bartholdi

10 Rue de Londres, 90000
Belfort

 **INTERVENANT·E·S**

Mélanie Muru, chargée de projets – Ireps antenne NFC
Jean-Marc Grandmougin, chargé de prévention – Association Addictions France

 **COÛT PÉDAGOGIQUE**

Gratuit (formation réalisée avec le soutien financier de l'ARS BFC)





Inscription et renseignements



Inscription en ligne avant le 15 février 2023:

[Cliquer ici !](#)



Mélanie Muru

m.muru@ireps-bfc.org

03 84 54 09 32


**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-Franche-Comté



RÉGION BOURGOGNE-
FRANCHE-COMTÉ