



ADDICTIONS  
MILIEU  
SPORTIF

# Formation

## Prévenir les conduites addictives en milieu sportif

Projet réalisé avec le  
soutien financier de :

Partenaires régionaux et départementaux :



Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
de Côte-d'Or



RÉGION BOURGOGNE-  
FRANCHE-COMTÉ

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 matchs 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.



## 3 modules pédagogiques

### Module 1 : Les addictions : représentations, concepts, ...

En ligne à l'échelle régionale



**Jeudi 21 septembre 2023**

**14h – 16h30**

### Module 2 : Les concepts en santé et les stratégies d'intervention efficaces pour prévenir les conduites addictives

En ligne à l'échelle régionale



**Jeudi 28 septembre 2023**

**14h – 16h30**

### Module 3 : Cas pratiques

En présentiel, locaux de l'ARS ( 2 place des savoirs à Dijon), salle C000



**Côte-d'Or : Jeudi 05 octobre 2023 - 9h à 17h**

#### Public

Cadres techniques, éducateurs, professeurs d'EPS, services civiques, bénévoles, etc.

**Participation obligatoire aux trois modules**

#### Intervenants

Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé BFC

Association Addictions France





## Prérequis

Ordinateur et une connexion internet pour les modules 1 et 2

## Coût pédagogique

Sans coût pédagogique  
Formation financée par l'Agence Régionale de Santé BFC

## Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel et distanciel  
Démarche participative  
Méthodes actives permettant à la fois des productions de groupe et une réflexivité individuelle : temps de travail en sous-groupe, mises en situation, échanges de pratique...

## Validation de la formation

Émargement par demi-journée  
Recueil des attentes en amont de la formation  
Évaluation des acquis par questionnaire en fin de formation et quelques mois après  
Évaluation de la satisfaction en fin de formation

## Inscription en ligne

Formulaire en ligne

Pour accéder au bulletin d'inscription  
[Cliquez ici](#)

## Renseignements pédagogiques

Hélène Prou  
Chargé de projets, Ireps BFC  
03 80 66 87 67  
[h.prou@ireps-bfc.org](mailto:h.prou@ireps-bfc.org)

Projet réalisé avec le soutien financier de :



Partenaires régionaux et départementaux :



Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



Direction des services départementaux de l'éducation nationale de Côte-d'Or



RÉGION BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ