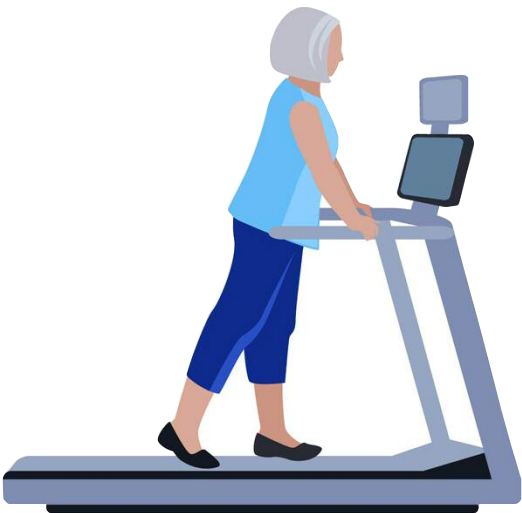


Liens Enseignants APA et Kinésithérapeutes



Intervenant

Programme MKDE - APA



Grégory CADERBY

Master APA

Enseignant Université Réunion
Formateur ETP

Chercheur associé APA
Laboratoire IRISSE

Fondateur Vital Sport Santé



Vital Sport Santé: <https://vitalsportsante.fr>

« Après avoir obtenu ma Licence STAPS APAS à l'Université de La Réunion, je poursuis mon cursus universitaire avec un Master STAPS APAS obtenu à l'Université de Nanterre.

J'exerce ensuite en tant qu'Enseignant en APA au centre Ylang Ylang en unité de réadaptation cardio respiratoire pendant 8 ans.

En parallèle, j'exerce en tant qu'enseignant vacataire à l'Université de La Réunion pour les étudiants STAPS APAS et formateur pour l'IREPS Réunion en Education Thérapeutique du Patient.

Passionné par la recherche et la promotion de l'APA, j'intègre le laboratoire de recherche IRISSE en tant que chercheur associé et mène des travaux scientifiques au sein de mes différentes structures.

Je fonde en 2017 Vital Sport Santé, une entreprise de services en APA auprès de particuliers et professionnels.

*Faire face aux méfaits de la sédentarité
se créer des alliés, se rassembler
et faire bouger nos patients pour leur santé.*

QUI SUIS-JE ?



- Enseignant en Activité Physique Adaptée
- Enseignant vacataire à l'université de La Réunion
- Formateur pour l'IREPS, le CREPS, le CNAM
- Chercheur associé au Laboratoire IRISSE – Université de La Réunion
- Fondateur de Vital Sport Santé
- Président du Comité Régional Ile de La Réunion pour la Société Française des Professionnels en Activité Physique Adaptée

LE CONCEPT D'APA...POUR LES EAPA

- Né au Québec : évolution de la discipline « éducation physique »
- Introduit en Europe en 1979 lors du congrès de l'IFAPA par Mr De Potter
- Reconnu en France en 1992 comme champ appartenant à la 74^e section du Conseil national des Universités (CNU) et le ministère de l'enseignement supérieur

LE CONCEPT D'APA...POUR LES EAPA

- L'Activité Physique Adaptée correspond à une intervention professionnelle qui relève d'une formation universitaire spécifique (filières APA et Santé des UFR STAPS, niveau licence minimum)
- Mobilise des connaissances scientifiques pluridisciplinaires pour évaluer les ressources et les besoins spécifiques des populations et concevoir des dispositifs et des projets d'intervention qui mobilisent des compétences d'enseignement des activités physiques, sportives ou artistiques

QUI EST L'ENSEIGNANT APA ?

Il propose des cycles d'enseignement à base de situations motrices qui utilisent des activités physiques, sportives ou artistiques dans des conditions techniques, matérielles, réglementaires et motivationnelles adaptées à la situation et à la sécurité du pratiquant, dans un objectif de réadaptation, d'éducation, de prévention et/ou d'insertion sociale



CAS CLINIQUE

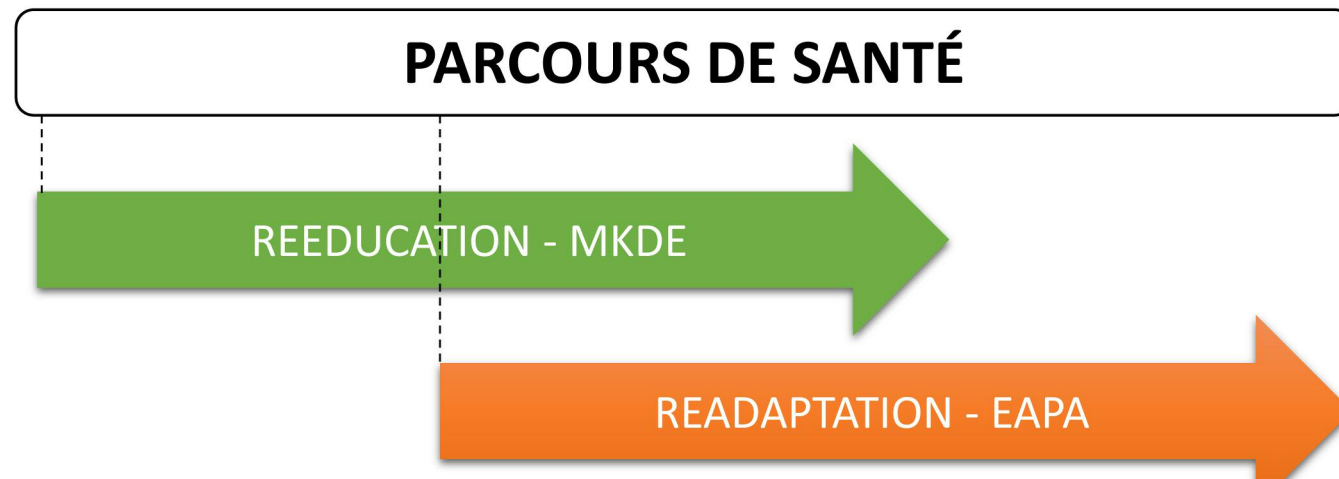
Me A, 58 ans

- Cadre chez EDF
- Motif d'accompagnement : IDM, pontage le 25/05/2022, en surpoids, stressée, diabétique de type2 et antécédent d'AVC chez la mère jeune
- FE à 50%
- Traitement BASIC

CAS CLINIQUE

Me A, 58 ans

- Cadre chez EDF
- Motif d'accompagnement : IDM, pontage le 25/05/2022, en surpoids, stressée, diabétique de type 2 et antécédent d'AVC chez la mère jeune
- FE à 50%
- Traitement BASIC

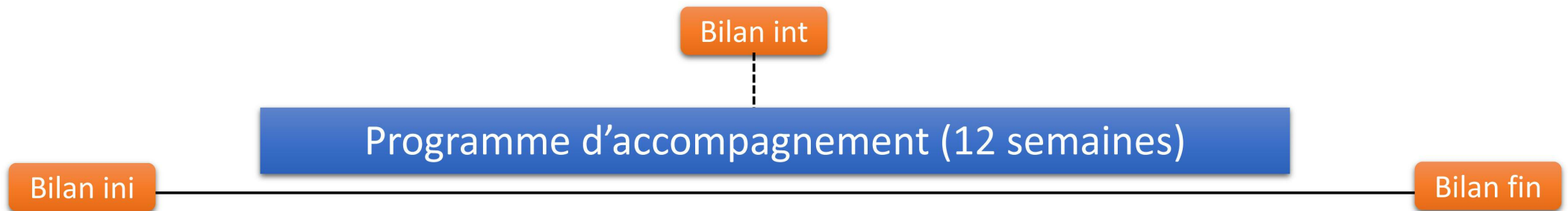


CAS CLINIQUE

Limitations Métiers	Limitations			
	Aucune limitation	Limitation minimale	Limitation modérée	Limitation sévère
Masseurs kinésithérapeutes	+/-	+	++	+++
Ergothérapeutes et psychomotriciens (dans leurs champs de compétences respectifs)	(si besoin déterminé)	(si besoin déterminé)	++	+++
Enseignants en APA	+/-	++	+++	++
Éducateurs sportifs	+++	+++	+	non concernés
Titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualification professionnelle inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+(1)	non concernés
Titulaires d'un diplôme fédéral inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+(1)	non concernés

(1) : concernés à condition d'intervenir dans un cadre pluridisciplinaire.

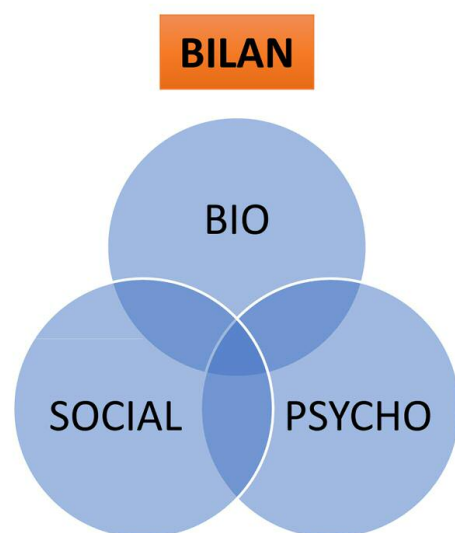
PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT



Participer au processus de changement des habitudes de vie du pratiquant

Coopérer et communiquer avec l'ensemble des acteurs (professionnels, entourage, institutions) pour assurer une cohérence et une continuité du projet personnalisé de la patiente

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT



Evaluation de la condition physique

TM6

Test de force membres inférieurs & membres supérieurs

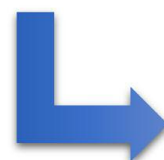
Tests de souplesse membres supérieurs & inférieurs

Entretien individuel

Évalue la sphère psycho-social-cognitive
Evaluation du niveau d'AP / QDV / Stress /
Motivation

Négociation d'un objectif « sport & santé »

MKDE & EAPA



UN PROFIL

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT

CONCEPTION

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT APA

PEC MKDE

BILAN INITIAL

RECO SCIENTIFIQUES

Texte établi par le groupe de travail
« Activité physique et Diabète »
de la SFD, décembre 2011.
Martine Duclos¹, Jean-Michel Oppert²,
Bénédicte Vergès², Vincent Coliche⁴,
Jean-François Gautier⁵,
Charles-Yannick Guezennec⁶,
Gérard Reach⁷, Georges Strauch⁸,
pour le groupe de travail
« Activité physique et Diabète »
de la Société francophone
du diabète (SFD)

**Activité physique
et diabète de type 2**

Référentiel de la Société francophone du diabète (SFD), 2011

*Physical activity and type 2 diabetes mellitus
Expert consensus, SFD, 2011*

**P6 Bénéfices d'un programme d'activité physique adaptée
sur les capacités physiques fonctionnelles des diabétiques
de type 2 obèses : étude pilote**

E. Benamo¹, I. Alboaie², A. Vinet²

¹ Service d'endocrinologie-maladies métaboliques, Hôpital Henri-Duffaut, Avignon ;

² Laboratoire Pharm-Écologie cardiovasculaire EA 4278, Université d'Avignon, Avignon.

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT

PROGRAMMATION

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT APA

Les objectifs du programme et les objectifs du participants

La durée

Le nombre de séance

La durée des séances

La fréquence des séances

Les APSA proposées

Les lieux de pratique

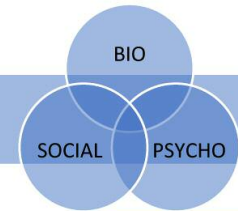
Le matériels à disposition

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT

PLANNIFICATION

REEDUCATION - MKDE

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT APA



CYCLE 1 : S1 à S8

Composante endurance +

Composante force ++

Composante souplesse / équilibre +

Composante psycho social +++

2 séances d'une heure par semaine

Compétences recherchés :

Les règles d'or

Travailler sur la notion de ressenti et de plaisir

CYCLE 2 : S9 À S16

Composante endurance +++

Composante force +

Composante souplesse / équilibre ++

Composante psycho social +++

2 séances d'une heure par semaine

Compétences recherchés :

Trouver son seuil de travail

Découvrir des outils

CYCLE 3 :

Composante endurance ++

Composante force +++

Composante souplesse / équilibre +

Composante psycho social ++

2 séances d'une heure par semaine +

1^e séance co

Compétences recherchés :

Travail sur l'autonomie


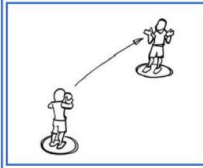
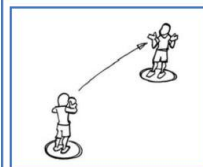
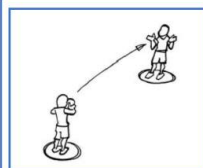

Exercices à domicile

Séance 3 – CYCLE 1 -BASKET

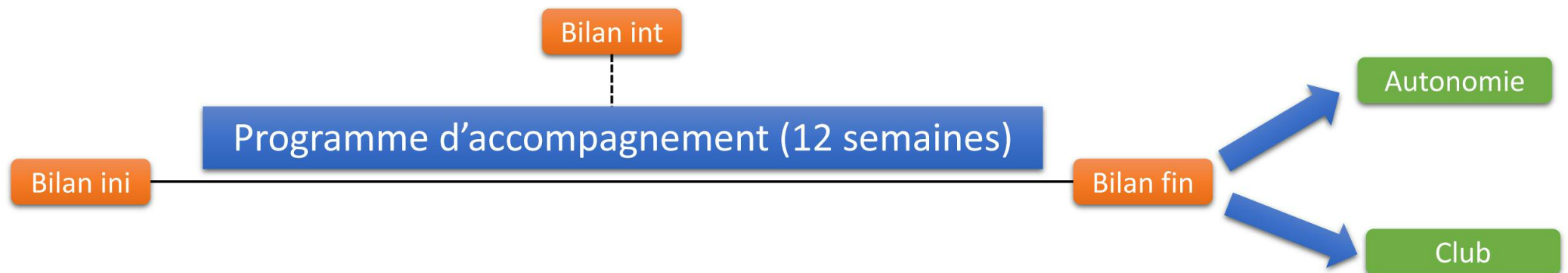
Objectifs : renforcer le SEP, travailler sur la force et l'endurance musculaire. Travailler la coordination

Compétences : faire intégrer l'échauffement et l'hydratation + muscles des MINF

Parcours de santé Etang Salé
Durée : 1H

Sit	Objectifs	Durée	Déroulement	Variables didac	Crit réussite	Tech péda
1	éveil du corps, prise de conscience du souffle	8 min			Suivre les mouvements sans s'arrêter	Travail en pleine conscience
2	Renforcement musculaire membres inférieurs	10 à 15 min	 Squat dyn x 15 x 2 : jambes serrées écartés épaules, sumo+ Passe : rebond, face à face, en cloche	+ : augmenter la distance Augmenter nombre de rep - : diminuer distance	Exécution du squat+ la passe	Travail sur le ressenti + tech de Bandura SEP
3	Renforcement musculaire membres inférieurs	10 à 15min	 Squat stato-dyn X 15 X2: jambes serrées, écartés épaules, sumo+ Passe : rebond, face à face, en cloche	+ : augmenter la distance Augmenter nombre de rep - : diminuer distance	Exécution du squat+ la passe	Travail sur le ressenti + tech de Bandura SEP : valoriser succès
4	Renforcement musculaire membres inférieurs	5 à 10 min	 Déplacement latéral crabe x2 AR + Passe : rebond, face à face, en cloche	+ : augmenter la distance Augmenter nombre de rep - : diminuer distance	Exécution du squat+ la passe	Travail sur le ressenti + tech de Bandura SEP : valoriser succès
5	Retour au calme	5 min			Suivre les mouvements sans s'arrêter	Travail en pleine conscience + ressenti des exercices et séances

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT



<https://www.youtube.com/watch?v=Of4zu5SbhKc>