

19 NOVEMBRE 2021

9h00 - 17h00



CROS
GRAND EST



Colloque

2ème édition Grand Est



Activité Physique et Sportive en périnatalité

Comment pratiquer une activité physique et sportive raisonnée pendant et après la grossesse ?

Inscription en ligne



Maison Régionale des Sports
13 rue Jean Moulin
54 510 TOMBLAINE



Délégation Régionale Académique
à la Jeunesse, à l'Engagement
et aux Sports



Activité Physique et Sportive en périnatalité

"Place au mouvement"



08h30 | Accueil des participants

09h00 | Ouverture de la journée

09h30 | Apports théoriques

- Point sur les dernières données scientifiques concernant l'APS en périnatalité ;
- Collège des sages-femmes :
 - => présentation des recommandations
 - => compétences des sages-femmes en matière d'APS en périnatalité

10h00 | Pause

10h30 | Présentation et choix de deux ateliers

Ateliers pratiques Démonstration et réalisation d'une séance personnalisée	Ateliers théoriques
<p>1 Activité physique et grossesse : que peut-on faire en pratique ?</p> <p>2 Activité physique en postpartum : quand et comment reprendre et/ou poursuivre l'APS après l'accouchement ?</p> <p>3 Activité physique comme moyen de préparation à la naissance et à la parentalité => atelier à destination des éducateurs sportifs</p>	<p>4 Activité Physique et Sportive de proximité :</p> <ul style="list-style-type: none">• savoir identifier l'offre de proximité (professionnels de la périnatalité)• savoir répondre à la demande (éducateurs sportifs) <p>5 Conseils en périnatalité :</p> <ul style="list-style-type: none">• savoir accompagner une femme enceinte par l'activité physique

12h30 | Déjeuner

14h00 | Choix de deux nouveaux ateliers

16h00 | Échanges avec les participants et clôture de la journée

17h00 |



Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports

