



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 des contextes dans certaines disciplines sportives peuvent être favorables aux consommations d'alcool, de tabac et de cannabis de la part de jeunes licenciés et des personnes fréquentant les clubs sportifs. Des stratégies reconnues comme efficaces pour prévenir efficacement ces consommations existent comme :

- **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 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 santé visant à prévenir ces consommations

## OBJECTIF GÉNÉRAL

Renforcer les connaissances et les compétences des éducateurs sportifs, cadres techniques, bénévoles, etc. afin qu'ils puissent intégrer le développement des facteurs de protection individuels et sociaux dans lors d'activités au sein des clubs : séances d'entraînement, compétition, ateliers éducatifs, etc.

## OBJECTIF PÉDAGOGIQUES

Comprendre l'intérêt des facteurs de protection individuels et sociaux dans une démarche éducative  
Identifier et savoir mettre en œuvre des techniques visant le développement de ces facteurs de protection auprès des jeunes licenciés  
Pouvoir repérer et orienter les jeunes licenciés en difficulté face à ces consommations vers les structures relais.

## CONTENU

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.





**Nom, prénom :** .....

**Fonction :** .....

**Tél.** ..... **Fax** .....

**Courriel :** ..... **@** .....

**STRUCTURE :** .....

**Responsable formation :** .....

**Adresse :** .....

**Tél.** ..... **Fax** .....

**Courriel :** ..... **@** .....





## **PUBLIC**

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

## **DURÉE**

Une journée

## **DATE ET LIEU :**

À préciser

## **COÛT PÉDAGOGIQUE :**

Gratuit (action réalisée avec le financement de l'ARS BFC)

## **INTERVENANTS**

**Charlène MOINDROT**, Formatrice - Assistante Sociale en Addictologie

**Bérénice BRES**, Chargée de projet et d'ingénierie en Éducation et Promotion de la Santé

## **RENSEIGNEMENTS PÉDAGOGIQUES**

Bérénice BRES

[b.bres@ireps-bfc.org](mailto:b.bres@ireps-bfc.org)

03 80 66 87 66

## **INSCRIPTIONS**



### **IREPS Bourgogne- Franche-Comté**

N° agrément : 26.21.02060.21

📍 2 Place des Savoirs

Immeuble le Diapason | 21000 Dijon

✉ [antenne70@ireps-bfc.org](mailto:antenne70@ireps-bfc.org)

📞 03 80 66 73 48

🌐 [www.ireps-bfc.org](http://www.ireps-bfc.org)

Avec le soutien financier de l'ARS BFC et en partenariat avec la DDCS 21, le CDOS 21, l'ANPAA 21 et la Sedap

