

Rythmes de vie des 16-25 ans

14, 15 et 16 novembre 2018



OBJECTIFS

A l'issue de cette formation, les participant.e.s seront en capacité de :

- S'appropriier les concepts associés à la promotion de la santé
- Identifier les déterminants liés aux rythmes de vie (alimentation, activité physique, sommeil)
- Interroger leurs représentations sur les rythmes de vie des jeunes ainsi que leur posture professionnelle
- Initier un projet d'éducation pour la santé autour des rythmes de vie des 16-25 ans



PUBLICS et PRÉREQUIS

Tout.e professionnel.le souhaitant mettre en place un projet sur les rythmes de vie des 16-25 ans (Mission Locale, FJT, Centre de santé interuniversitaire, ...).

Les participant.e.s ont une idée de projet ou un projet existant



MODALITÉS

Formation en présentiel de 2,5 jours (17,5 heures)
12 participant.e.s. maximum
Démarche participative qui alterne des apports théoriques et des travaux de groupes.



FORMATRICES

Marion SAUCET et Elisa BEOLET, formatrices en promotion de la santé à l'IREPS ARA.



LIEU ET HORAIRES

Le Patio - salle 1
97 Galerie de l'Arlequin— 38100 GRENOBLE
Mercredi 14 et jeudi 15 novembre 2018
de 9h à 17h
Vendredi 16 novembre 2018
De 9h à 12h30



PROGRAMME

Prévisionnel

Jour 1

Introduction aux concepts de la promotion de la santé

- Démarches et valeurs de la promotion de la santé
- Déterminants de la santé

Points de repères sur les rythmes de vie

- Représentations des professionnel.le.s
- Apports théoriques

Jour 2

Enjeux associés aux rythmes de vie

- Freins et leviers chez les 16-25 ans
- Postures éducatives
- Environnements favorables

Jour 3 (Matinée)

Initiation à la méthodologie de projets

- Etapes de la méthodologie de projets
- Application aux projets des participant.e.s

Tarif : Gratuit

VALIDATION DE LA FORMATION

*Emargement et suivi de présence par demi journée.
Evaluation des acquis par questionnaire en fin de formation.
La présence aux 2 jours et demi de formation est obligatoire*

Soutien



INSCRIPTION

Je souhaite m'inscrire à la formation

RYTHMES DE VIE DES 16-25 ANS :
14, 15 et 16 novembre 2018 - Grenoble

Merci d'écrire lisiblement pour recevoir votre confirmation d'inscription par mail.

STAGIAIRE

NOM : Prénom :

Profession / fonction :

Adresse (si inscription à titre individuel) :

Tél :

Email :

ORGANISME / EMPLOYEUR

Nom ou raison sociale :

Adresse :

Nom et prénom du référent formation :

Tél :

Email :

RÈGLEMENT DE LA FORMATION

Si le contact de facturation est différent, la facture est à adresser à :

Nom :

Email :

Vous vous inscrivez en tant que :

- Salarié(e) bénéficiant d'un financement par l'employeur ou OPCA ou PACIF
- Personne en recherche d'emploi bénéficiant d'un financement public
- Personne en recherche d'emploi bénéficiant d'un financement OPCA
- Particulier à vos propres frais
- Bénévole
- Autres. Précisez :

Nombre de participants limité à 12 personnes (2 personnes maximum par structure).

Les frais d'hébergement, de restauration et de déplacement sont à la charge du participant.

Une convention de formation vous sera envoyée avant le début de la formation.

Elle sera à nous retourner signée.

Bulletin à retourner
par mail ou courrier
avant le 08 octobre 2018 à
IREPS ARA délégation Isère
23 avenue Albert 1er de Belgique
38000 Grenoble
Tél. 04 57 58 26 84
formation38@ireps-ara.org

Soutien



IREPS Auvergne-Rhône-Alpes Délégation Isère, 23 avenue Albert 1er de Belgique, 38000 Grenoble
Tél. 04 57 58 26 84 - www.ireps-ara.org

N° de SIRET : 323 390 161 00046 - N° de déclaration d'activité : 82 69 06 790 69

L'IREPS ARA conserve vos données personnelles (prénom, nom, email) pour la seule gestion de votre inscription et pour une durée de 36 mois maximum. Votre adresse mail pourra être utilisée pour vous envoyer les actualités de l'IREPS ARA, il sera possible à tout moment de vous désinscrire.

Vous disposez du droit d'accès aux données vous concernant : consultation, effacement, rectification et limitation du traitement.

Pour exercer ces droits, contactez l'IREPS ARA. Plus d'informations sur [le site de l'IREPS ARA à la rubrique Mentions légales.](#)

