

CERTIFICAT INTER UNIVERSITES EN ACTIVITE PHYSIQUE SANTE ET THERAPIE PAR L'EXERCICE 2025

Introduction au certificat

Jour	Horaire	Lieu	Thème	Intervenant
Lundi 6/01/2025	17:30-19:00	Sur TEAMS	Introduction à la formation : présentation de la formation et des intervenants, paysage de l'activité physique santé à l'échelle nationale et internationale, réglementations actuelles et discussion. Questions/réponses.	M.Klass et V.Faoro (présentation générale de formation, objectifs et évaluation), A.Mouton (paysage de l'APS),chaque coordinateur présente son module

1. Bases physiologiques adaptées à l'activité physique (Responsable académique : Marc Francaux)

Jour	Hororaire	Lieu	Thème	Intervenant
Samedi 11/01/2025	8:30-10:00	UCLouvain	Structure du muscle squelettique, son fonctionnement et son contrôle	Marc Francaux
	10:00-11:30	UCLouvain	Métabolisme et bioénergétique	Marc Francaux
	11:30-12:30	UCLouvain	Nutrition adaptée à l'exercice	Louise Deldicque
	13:30-15:30	UCLouvain	Adaptations physiologiques à l'entraînement d'endurance	Marc Francaux
	15:30-17:30	UCLouvain	Adaptations physiologiques à l'entraînement de force	Robert Hardwick

2. Module général en activité physique santé - Partie I (Responsables académiques : Malgorzata Klass et Alexandre Mouton)

Jour	Hororaire	Lieu	Thème	Intervenant	
Jeudi 23/01/2025	9:00-9h30	ULB Erasme	Introduction	M. Klass	
	9:30-10:30		Evaluation des facteurs de risque et bilan de pratique d'activités physiques (théorie et pratique)	M. Klass et V.Faoro ou B.Célie ou C.Scoubeau	
	10:30-11:30		Evaluations physiques et fonctionnelles (théorie)	M. Klass	
	11:30-12:30		Evaluation de la composition corporelle (theorie)	M. Klass	
	12:30-13:30	Pause : Manger léger			
	13:30-15:00	ULB Erasme	Evaluations physiques et fonctionnelles (pratique en tenue sport)	M. Klass	
	15:00-17:30 (en deux groupes)	ULB Erasme, bat N, locaux N4.113 et N4.212 (labos de biométrie et physiocardio)	Evaluation de la composition corporelle (pratique : sous-vêtements ad hoc) Aptitude aérobie (test et interprétation d'ergospirométries)	M. Klass V. Faoro ou B.Celie ou C.Scoubeau	
Vendredi 24/01/2025	8:30-12:00	ULB Erasme	Principes de base du reconditionnement physique adapté : effets négatifs de la sédentarité sur les différents systèmes, recommandations, bienfaits pour la santé de l'activité physique en fonction du type entrainement, progression, fixation d'objectifs + Présentation du sport sur ordonnance, microdéfis,...	V.Faoro, M.Klass et C.Renard	
	12:00-13:00	Pause : Manger léger			
	13:00-15:30	ULB Erasme, bat.N, niveau 1, salle MCP	Renforcement musculaire et élaboration de programmes personnalisés (Pratique en tenue de sport et essui)	S.Stragier	
	15:30-18:30	ULB Erasme, bat.N, niveau 1, salle MCP et salle parquet	Méthodes « en vogue » : pilates, crossfit, kettlebell, yoga, sangles de suspension, ballon d'exercice, etc. (Pratique en tenue de sport et essui)	E.Dubuisson	

3. Urgences de terrain (Responsable académique : Jean-Francois Kaux)

Jour	Hororaire	Lieu	Thème	Intervenant
Vendredi 21/02/2025	8:30-10:30	Uliège	Urgences locomotrices	J.-F. Kaux
	10:45-12:45	Uliège	Urgences vitales	A. Ancion

2. Module général en activité physique santé - Partie II (Responsables académiques : Malgorzata Klass et Alexandre Mouton)

Jour	Hororaire	Lieu	Thème	Intervenant
Samedi 22/02/2025	8:30-10:00	Uliège	Principes didactiques généraux et spécifiques à la prise en charge de groupes en activité physique santé (Th.)	JP Weerts / A. Mouton
	10:30-12:00	Uliège	Mises en situation d'enseignement des activités physique santé (Pratique en tenue de sport)	L. Le Boulangé & F. Bodson
	13:00-14:30	Uliège	Principes de promotion de l'activité physique et de la littératie physique en activité physique santé (Th.)	F. Decock / A.Mouton
	15:00-17:30	Uliège	Suivi et promotion de l'activité physique et de la littératie physique en activité physique santé (Pr.)	L. Le Boulangé & A. Beselinck

4. Public souffrant de surcharge pondérale et/ou de facteurs de risques métaboliques (Responsable académique : Vitalie Faoro)

Jour	Horaires	Lieu	Thème	Intervenant
Jeudi 13/03/2025	9:00-11:00	ULB Erasme	Introduction; principes de prise en charge de l'obésité	V.Faoro/Bert Célie
	11:00-12:00		Programmation de l'activité physique dans l'obésité	V.Faoro/Bert Célie
	12:00-13:00		Pause	
	13:00-14:30	ULB Erasme	Prise en charge du diabète dans un contexte de remise en mouvement	C.Scoubeau
	14:30-16:00		Activité Physique adaptée chez le patient obèse et diabétique (Théorie)	C.Scoubeau/ V. Faoro
	16:00-17:00		Activité Physique adaptée chez le patient obèse et diabétique (Pratique en tenue de sport)	C.Scoubeau/ V. Faoro
Vendredi 14/03/2025	9:00 -10:00	ULB Erasme	Evaluation, contrôle des facteurs de risques, contre-indications à l'effort et sécurité chez les patients à risques métaboliques	V.Faoro/Bert Célie
	10:00-11:00		Particularités de l'activité physique chez l'enfant obèse	V.Faoro/Bert Célie
	11:00-12:00		Cas cliniques	V.Faoro/Bert Célie

5. Public Senior (Responsable académique : Malgorzata Klass)

Jour	Horaires	Lieu	Thème	Intervenant
Vendredi 14/03/2025	13:00-14:30	ULB Erasme	Modifications neuromusculaires aux cours du vieillissement	S. Baudry
	14:30-16:00		Activités dédiées à développer la force, la puissance et l'équilibre	S. Baudry
	16:00-18:00		Modifications cardio-respiratoires aux cours du vieillissement et activités dédiées à développer l'endurance	M. Klass
Samedi 15/03/2025	9.00-13.00	ULB Erasme, bat.B, local B1.004 puis salle parquet bat. N	Prise en charge des seniors « fragiles » et éventuellement institutionnalisés en maison de repos. Evaluation fonctionnelle du senior en maison de repos et activités (théorie et pratique en tenue confortable)	C. Berlemont
	13.00-14.00		Pause : Manger léger	
	14:00-17:00	ULB Erasme, bat.N, niveau 1, salle parquet	Maintien de la motricité générale: équilibre, coordination, mobilité... (pratique: tenue de sport + essui) + discussion de synthèse	M.Simon et M.Klass

6. Public avec limitations cardio-vasculaires (Responsable académique : William Poncin)

Jour	Horaires	Lieu	Thème	Intervenant
Jeudi 17/04/2025	08:30-10:30	UCLouvain Salle TP "B.0016"	Limitations et adaptations cardio-vasculaires à l'effort chez le sujet sain. Modifications des adaptations chez le sujet avec des limitations cardio-vasculaires.	David Vancraeynest
	10:30-12:30	UCLouvain Salle TP "B.0016"	Indications et contre-indications à l'effort et éléments sécuritaires de l'activité physique adaptée chez le sujet en état stable avec des limitations cardio-vasculaires	David Vancraeynest
	12:30-13:30		Pause	
	13:30-16:00	UCLouvain Salle TP "B.0016"	Activités physiques adaptées pour améliorer la survie, la qualité de vie et les différentes qualités physiques du sujet cardio-vasculaire	Michel Lamotte
	16:00-16:45	Salle TP "Bibli"	Evaluation fonctionnelle du sujet avec des limitations cardio-vasculaires : outils et mise en pratique	Michel Lamotte
	16:45-17:30	Salle TP "Bibli"	Cas cliniques	Michel Lamotte

7. Public ayant eu un cancer (Responsable académique : Didier Maquet)

Jour	Horaires	Lieu	Thème	Intervenant
Vendredi 18/04/2025	8:30-10:00	Uliège-salle ISEK	Cancer, ses traitements et ses effets	Guy Jerusalem/Christine Gennigens
	10:15-11:15	Uliège-salle ISEK	Cancer et aspects psychologiques	Martine Devos
	11:15-12:00	Uliège-salle ISEK	Recommandations en termes d'activités physiques	Didier Maquet
	12:00-12:45	Uliège-salle ISEK	Cancer et conseils diététiques	Anne-Marie Verbrugge
	14:00-15:30	Uliège-salle ISEK	Comment bien dialoguer avec une personne victime d'un cancer?	J. Foucart
	15:30 - 17:30	Uliège-salle ISEK	Activités physiques adaptées (Evaluation et entraînement)	C. Lehance/ Laurane Leboulengé

Evaluation globale (Responsables académiques : ensemble des académiques)

Jour	Horaires	Lieu	Thème	Intervenant
Samedi 17 mai en matinée	9-11h	En ligne	Evaluation par QRM sur l'ensemble des modules	

Cas clinique intégratif et examen intégré (Responsables académiques : ensemble des académiques)				
Jour	Hororaire	Lieu	Thème	Intervenant
Dates et horaires à définir en juin en fonction du jury	individuel	En ligne	Défense cas clinique	