



## Module fédéral SPORT BIEN-ÊTRE

### Objectifs

L'activité physique joue un rôle essentiel pour la santé physique et mentale, le bien-être et la qualité de vie. Elle contribue également à la prévention de nombreuses maladies chroniques mais aussi à leur prise en charge. C'est un outil préventif essentiel qui permet notamment de maintenir l'autonomie lors de l'avancée en âge.

Dans le cadre d'un idéal de « bien-être », la pétanque et le jeu provençal contribuent à se sentir « bien dans sa tête » et « bien dans son corps » tout en étant adaptée au plus grand nombre. Nos disciplines peuvent être également perçues en tant qu'outils pédagogiques permettant le développement de compétences transversales, notamment dans le cadre de l'apprentissage, dans le maintien d'activités cognitives et de lien social.

Cette formation, initiée par la commission fédérale Sport Santé et mise en œuvre par la Direction Technique Nationale et le Centre National de Formation, vise à l'acquisition des savoir-faire permettant de concevoir et de proposer des séances de pétanque et de jeu provençal à visées bien -être, adaptées au public, au sein de nos associations ou d'autres structures notamment sanitaires et sociales.

### Programme :

- Assurer l'éducation pour la santé et le bien-être et évaluer la situation initiale du pratiquant
- Concevoir, planifier, mettre en œuvre et évaluer un programme d'activités physiques adaptées
- Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique

### Equipe pédagogique :

Christelle MARTELET (Elue fédérale, médecin fédéral, membre de la commission Sport Santé)

Matthieu GARDENAT (CTFR Normandie, Master II STAPS/DEJEPS pétanque, certifié APSPM)

Thomas GOURLAY (CTFR Bretagne, Licence STAPS/DEJEPS pétanque, certifié APSPM)

William ROUX (Responsable du CNF, Master I STAPS/DEJEPS Pétanque, certifié APSPM)

Charles-Baptiste AGOSTINI (DTNA en charge du Sport santé, professeur de sport)

### Dates/horaires :

Du 13 mars (9 heures) au 15 mars 2026 (12 heures)

**Lieu :**

CREPS de Dijon

*NB : La formation se déroule en présentiel. Cependant, des contenus seront accessibles sur notre plateforme de formation à distance et à visionner en préambule à la formation.*

**Public :**

Mixte

**Prérequis :**

Educateur fédéral titulaire (a minima) du Brevet Fédéral 1degré

**Nombre de places :**

12

**Couts :**

- Frais pédagogiques (à la charge du stagiaire ou du Club/Comité) : 50 euros
- Frais hébergement/restauration : pris en charge par la FFPJP
- Frais de déplacements : à la charge des participants/club/comité

**Inscription :**

Les personnes intéressées doivent faire acte de candidature auprès de la DTN via l'adresse mail [dtn@petanque.fr](mailto:dtn@petanque.fr)

Un formulaire d'inscription leur sera adressé.

L'inscription ne sera prise en compte qu'après la réception de la totalité des pièces demandées.

**Validation :**

Une attestation de formation sera délivrée par le CNF à l'issue de la formation.