



# ADDICTIONS MILIEU SPORTIF

**Ce projet expérimental a pour objectif d'aider jeunes et professionnels face à différentes consommations (tabac, alcool, drogue) parfois favorisées par le côté convivial et l'influence du collectif.**

Les bienfaits du sport sont aujourd'hui reconnus, aussi bien sur l'état physique que mental. Il contribue au bien-être général et permet de développer des liens sociaux notamment au sein des clubs sportifs. Fort des valeurs éducatives transmises dès le plus jeune âge, le milieu sportif apparaît comme un levier essentiel de prévention et de promotion de la santé.

Pour prévenir ces comportements, différentes aptitudes et capacités personnelles sont à développer : **ce sont les compétences psycho-sociales.** Cette approche globale, déjà utilisée en milieu scolaire, consiste à travailler par exemple sur :

**la gestion des émotions et du stress**

**la capacité d'analyse et de prise de décision**

**la communication et les relations avec les autres**

**la conscience de soi, de son corps, de ses limites**

Le renforcement de ces compétences permet d'adapter son comportement à chaque situation rencontrée, au sein du milieu sportif mais plus globalement dans la vie de tous les jours.





## Concrètement, le projet c'est :

La signature d'une charte d'engagement. Elle permettra de faire adhérer le club à cette démarche santé et valoriser son engagement pour le bien-être des licenciés et des personnes fréquentant le club en agissant sur son environnement.



Une formation à destination des éducateurs sportifs permettant de travailler avec les jeunes sur de nombreuses compétences de vie pour les rendre acteurs de leur santé.



Un accompagnement personnalisé pour la mise en œuvre d'actions de promotion de la santé lors de vos séances sportives.



## Ce projet vous intéresse ?



Si vous souhaitez participer, merci de contacter :  
**Instance régionale d'éducation et de promotion à la santé Bourgogne-Franche-Comté**

Ireps BFC - Antenne 70

4 cours François Villon - 70000 Vesoul

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

Tél.: 03 84 76 16 30

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

Projet réalisé avec le soutien financier de :



Partenaires du projet :

