

## INFOS PRATIQUES DU TRONC COMMUN

### ▶ QUI ?

Toute personne désireuse d'animer ou d'entraîner une équipe de sportifs dans une des options décrites ultérieurement.

### ▶ OÙ et QUAND?

Le 27 février au Centre ADEPS de Jambes - Allée du stade, 3 - 5100 Namur

Le 5 mars au Centre ADEPS de Loverval - Allée des Sports, 12 - 6280 Loverval

### ▶ COMMENT ?

- Être âgé de minimum 18 ans le premier jour de cours ;
- Avoir réussi les examens des Cours Généraux de l'Adeps<sup>1</sup> ;
- Être affilié ou s'affilier à une fédération reconnue ou apporter la preuve d'être bien couvert par une assurance spécifique pour la formation et les stages ;
- Justifier d'un paiement de 60€ avant le début des cours.

Possibilité de congé éducation.

## INSCRIPTION

[www.handisport.be](http://www.handisport.be)  
[formation@handisport.be](mailto:formation@handisport.be)

[www.sportadapte.be](http://www.sportadapte.be)  
[formation@sportadapte.be](mailto:formation@sportadapte.be)

Le nombre de places est limité!

<sup>1</sup> L'Adeps peut accorder d'éventuelles dispenses, en fonction de vos diplômes (même étrangers), brevets, formations, expériences, ... Plus d'information sur le site [www.sport.cfwb.be](http://www.sport.cfwb.be)



**HANDISPORT**  
LIGUE  
FRANCOPHONE

Ligue Handisport Francophone  
Quai de Brabant, 20 - 6000 Charleroi  
Tél : 071/48.99.90 - Fax : 071/41.68.77  
Email : [info@handisport.be](mailto:info@handisport.be)  
Web : [www.handisport.be](http://www.handisport.be)



Fédération Multisports Adaptés  
Chaussée de Haecht, 579/40 - 1031 Bruxelles  
Rue de France, 35 - 5600 Philippeville  
Tél : 081/77.78.12  
Email : [info@sportadapte.be](mailto:info@sportadapte.be)  
Web : [www.sportadapte.be](http://www.sportadapte.be)

### Nos partenaires institutionnels



© Olivier Papegnies



LIGUE  
**HANDISPORT**  
FRANCOPHONE



## FORMATION MONITEUR SPORTIF INITIATEUR EN ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ADAPTÉES



Reconnue par l'Adeps, cette formation se compose d'un Tronc Commun et d'une des six options décrites ci-contre

Les cours vous apporteront les connaissances théoriques, méthodologiques et techniques nécessaires à l'encadrement d'activités sportives adaptées de loisirs dans des associations sportives. Elle aborde tous les types de déficiences : mentales, motrices et sensorielles.



## CONTENU DU TRONC COMMUN

- Paysage institutionnel handisport
- Notions sur les différentes déficiences
- Manutention
- Aspects sécuritaires spécifiques
- Manipulation de chaise

## DISPENSES

L'Adeps peut accorder d'éventuelles dispenses, en fonction de vos diplômes (même étrangers), brevets, formations, expériences, ...

Plus d'information sur le site [www.sport.cfwb.be](http://www.sport.cfwb.be)

## LES OPTIONS



### MULTISPORTS - MULTIHANDICAPS :

Cette formation vous apportera les compétences nécessaires pour préparer et animer, en toute sécurité, des activités physiques et sportives variées adaptées aux potentialités de personnes atteintes de différents handicaps.



### 5-A-SIDE :

Le 5-a-side, appelé aussi cécifoot, est un handisport pratiqué par des athlètes déficients visuels. Il s'inspire du football et il suit les règles de la FIFA, avec des aménagements pour tenir compte du handicap des joueurs. Le 5-a-side est devenu officiellement un sport paralympique en 2004.



### BOCCIA :

La boccia est un jeu de précision qui nécessite de l'adresse et une intense concentration. Similaire à la pétanque sur le plan stratégique, la boccia se joue à l'intérieur. L'objectif consiste à jeter, à frapper ou à utiliser un accessoire fonctionnel pour propulser des boules en cuir le plus près possible de la boule blanche.



### ESCRIME EN FAUTEUIL ROULANT :

Très proche de son homologue valide, l'escrime en fauteuil offre aux pratiquants une pratique quasiment identique. Des légères adaptations sont apportées, si bien que le bas du corps n'est pas une zone valable. Les fauteuils sont solidement amarrés sur «l'handifix», ce qui offre aux joueurs une grande sécurité dans les mouvements.



### GOALBALL :

Le Goalball est un sport destiné aux sportifs déficients visuels, il fait partie des sports paralympiques depuis 1988. L'objectif est de marquer le plus de buts possibles dans le camp adverse, avec un ballon sonore.



### HOCKEY :

Le hockey est pratiqué par des personnes déficientes mentales. Les règles ne diffèrent pas de celles du hockey valide. Le hockey n'est pas reconnu par l'IPC et n'est donc pas au programme des Jeux.



### SLEDGE HOCKEY :

Le sledge hockey est devenu officiellement un sport paralympique en 1994. Les joueurs se déplacent non sur des patins, mais sur des luges métalliques et utilisent deux petites crosses qui servent aussi bien à se déplacer qu'à frapper le palet.



### TENNIS :

Le tennis est adapté pour des handicaps moteurs touchant les membres inférieurs ou inférieurs et supérieurs (Quad). La principale adaptation des règles est le double rebond.



### TENNIS DE TABLE :

Ce sport est accessible aux personnes déficientes mentale ou moteur. Les règles du tennis de table sont respectées, et ce sport est paralympique depuis 1960.