

Diplôme d'Université Éducation Sanitaire du Citoyen



Devenez ambassadeur de santé
auprès de vos publics et de vos proches

Accessible à toutes et tous

OBJECTIF

Vous former aux fondamentaux de la prévention en santé afin de vous aider à mettre en place des actions en matière d'éducation à la santé dans votre sphère privée ou dans le cadre professionnel (association, école, quartier, entreprise...).

Que vous soyez simple citoyen intéressé par la thématique, bénévole, salarié, agent de la fonction publique...

Devenez acteur en prévention santé

Cette formation permet de rendre accessibles les connaissances fondamentales en santé publique. **Vous développerez un regard critique et renforcerez votre légitimité à informer votre entourage et vos publics sur le sujet.**

Les enseignements portent sur des thématiques clés qui vous permettront d'avoir une approche globale et transversale :

- > les déterminants de la santé et le fonctionnement du système de santé français et ses acteurs,
- > les comportements modifiables des individus impactant leur capital santé : activité physique et sédentarité, nutrition et lutte contre l'obésité, les comportements favorables à adopter dès l'enfance pour vieillir en bonne santé, informer des risques liés aux addictions.....
- > l'éducation à la santé en milieu scolaire,
- > les gestes qui sauvent.

Construisez des projets de prévention, éducation et promotion de la santé

L'acquisition de ces savoirs et les échanges avec les intervenants et stagiaires permettent de faciliter **la création de projets citoyens et de vous constituer un réseau.**

Quelques exemples d'actions menées par nos diplômés :

- > organisation de marches familiales en milieu urbain pour les publics issus de zones prioritaires,
- > sensibilisation d'élèves de primaire à l'utilisation des écrans et leurs dangers,
- > prévention des chutes chez les personnes âgées,
- > prévention de l'isolement chez les étudiants pour éviter le burn-out,
- > organisation de cours de fitness gratuits pour tous en milieu extérieur,
- > création d'activités sportives adaptées aux contraintes des jeunes mamans,
- > temps d'information ludiques sur les bienfaits du sommeil auprès des apprentis.

Pour en savoir plus, téléchargez la fiche de la formation sur notre site internet :
<https://www.univ-brest.fr/medecine/menu/Faculte/prevention-sante-brest> > Formations

RENSEIGNEMENTS :

Catherine Bouget, coordinatrice pédagogique
ucps@univ-brest.fr - 02 98 01 64 93