



OdA Bewegung und Gesundheit

Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz

Notice relative à l'examen Mode de vie CI 5

Dans le cadre du CI 5, les examens portant sur le mode de vie auront lieu en parallèle du CI régulier.

Voici les informations les plus importantes à ce sujet.

Examen Mode de vie

Déroulement:

- 1 minute pour l'accueil
- L'apprenti(e) tire un cas au sort (parmi dix) et le remet à l'expert. Ce dernier joue le rôle de la personne décrite dans le cas. Le deuxième expert tient le procès-verbal.
- Puis l'entretien de conseil incluant l'anamnèse débute.
- 5 minutes de prise de notes sur l'état de santé à l'aide d'un questionnaire (format préétabli, **distribué, vide, dans le CI 4, à titre informatif**).
- 5 minutes de conseils sur le mode de vie (y c. recommandations d'entraînement).
- 3 minutes de conseils nutritionnels.
- 1 minute pour conclure l'entretien et prendre congé.
- L'expert en charge du procès-verbal gère le temps imparti.

Les critères suivants sont notés:

1. Anamnèse; prise de notes à l'aide d'un questionnaire de santé et demande de précisions (contre-indications problématiques, prise en compte du milieu social, professionnel et familial).
2. Conseils sur le mode de vie (aider à revoir son mode de vie: sommeil, repos, habitudes, réduction de l'exposition aux rayonnements, recommandations en matière d'activité physique).
3. Conseils nutritionnels (donner des recommandations en matière d'alimentation et aider à avoir un mode de vie équilibré).
4. Application des compétences sociales.

À prendre avec soi:

- du matériel d'écriture pour la préparation de l'examen (bloc-notes/papier et stylos)