



**LIVRET  
DU  
SPORTIF**

**CREPS de NANCY**  
1 avenue Foch  
54271 Essey-lès-Nancy CEDEX

**Tél. : 03.83.18.10.20**  
**Fax : 03.83.18.10.25**  
[cr054@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:cr054@creps-lorraine.sports.gouv.fr)

**Le CREPS de Nancy te souhaite  
la bienvenue et le meilleur pour  
la saison 2025/2026 !**

# *Le mot de la directrice*

Je suis ravie de vous accueillir au sein du CREPS de Nancy, établissement public du Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative.

Notre établissement est particulièrement attaché à ce que chacun s'y épanouisse et y trouve sa place : sportifs de haut-niveau que vous êtes, mais également stagiaires de la formation professionnelle et tous les agents qui y travaillent chaque jour pour contribuer à votre réussite.

En intégrant le CREPS de Nancy, vous intégrez donc un collectif plus vaste que le pôle auquel vous appartenez, un collectif fondé sur la co-responsabilité et la confiance.

Vous êtes engagés dans un projet sportif ambitieux dont l'aboutissement dépend d'abord de vous mais également de nous tous, équipes du CREPS. Nous sommes fiers de vous accompagner et de contribuer à la construction de votre réussite. Nous espérons qu'au-delà des efforts que vous consentirez dans l'année qui s'ouvre, vous vivrez ici, avec nous, une expérience avant tout humaine et chaleureuse.

En ma qualité de directrice, je suis, lors de votre séjour au sein du CREPS, responsable de votre bien-être. Cette responsabilité m'oblige et je tiens à vous affirmer ici mon entière disponibilité pour vous écouter et vous accompagner.

Point de repère à la bonne compréhension du fonctionnement quotidien du CREPS, ce livret d'accueil est conçu comme un outil au service de votre projet. Il vous permettra de prendre la mesure des conditions mises en place pour le bon déroulement de cette année qui s'ouvre.

Je vous souhaite une année pleine d'émotions et de réussites en tous genres.

Nelly DEFAYE

# *Le mot du responsable du département du sport de haut niveau*

Ta fédération ou ta ligue/comité ont décelé en toi un fort potentiel sportif et t'ont proposé une inscription dans une structure te permettant de suivre un double cursus sportif et scolaire ou universitaire dans les conditions les plus favorables tout en devenant un citoyen exemplaire et respectueux.

Cette recherche de l'excellence dans tous les domaines va te demander un engagement important et le centre de Ressources et de performance sportive (CREPS), de Nancy ainsi que tes entraîneurs vont t'accompagner tout au long de ta présence au sein de la structure.

Une des forces du fonctionnement au sein du CREPS de Nancy est la coordination importante qui existe entre tous les acteurs de ta vie quotidienne, que ce soit le service médical, le service de restauration et d'entretien, le service du Département du Sport de Haut Niveau et les entraîneurs, tous travaillent en étroite collaboration pour te permettre la réussite de tes projets.

Aussi le CREPS de Nancy est heureux de t'accueillir en son sein et de te présenter ce livret d'accueil qui reprend l'ensemble des informations utiles à ton séjour et au bon fonctionnement de la structure.

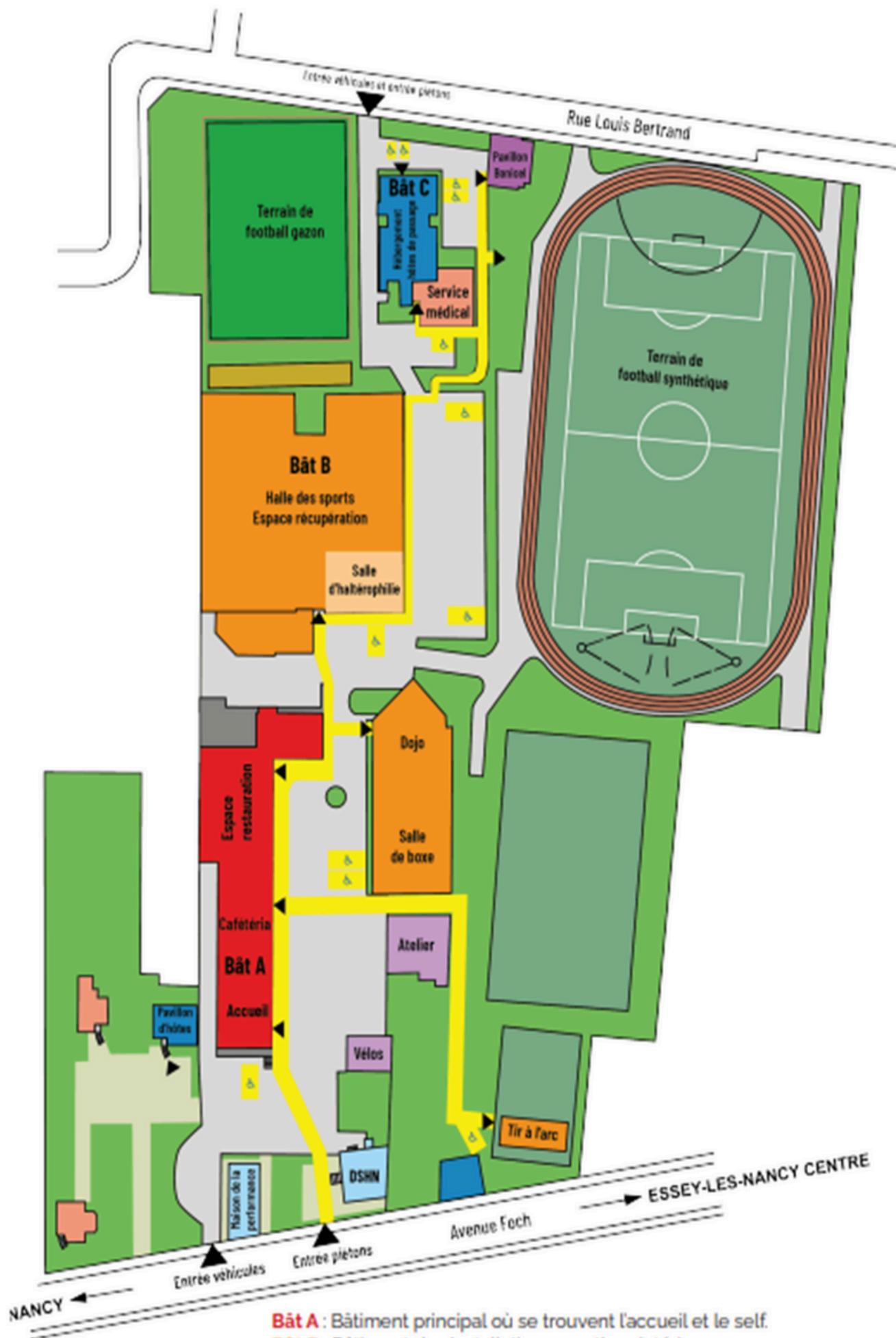
Thierry LECERF

# TES INTERLOCUTEURS

DEPARTEMENT DU SPORT DE HAUT NIVEAU (DSHN)

Responsable du département Thierry LECERF 03 83 18 10 21	CHNHP chargé du suivi socio-professionnel et coordinateur de la recherche Pierre LEGENDRE 07 71 10 74 28
Responsable Projet de Vie du Sportif et formation professionnelle du SHN Céline MARTENS 03 83 18 10 30	CHNHP chargé de l'optimisation de la performance Norbert BRIGE 03 83 18 10 40
Responsable du suivi scolaire - CPE Sébastien GOLL 03 83 18 51 98	Préparation Physique – Réathlétisation Réfèrent Sport Data Hub José RUIZ
Secrétariat Simone KANY 03 83 18 10 28	Assistants d'Education 06 74 57 06 59

Médecins Patrice LAURENT, Guillaume MARCHAL 03 83 18 10 23	Diététicienne Lucie LOGE Valentin DIAMANTINI
Infirmière Anouchka CADOT 03 83 18 10 23	Kinésithérapeutes Éric DESSAINT André PARENT Jérôme THIBULT Pierre Jean PELTIER Thibaut LECOMTE
Psychologues Karine DUCLOS, Armelle FAVRE, Julien RALITE	Réathlétisation Thibaut LECOMTE José RUIZ Norbert BRIGE Thierry LECERF Céline MARTENS



**Bât A :** Bâtiment principal où se trouvent l'accueil et le self.

**Bât B :** Bâtiment des installations sportives intérieures.

**Bât C :** L'internat pour les stages extérieurs et passagers.

**Pour accéder à ces bâtiments, suivez le parcours jaune du plan du CREPS**

**Le pavillon d'hôtes :** Bâtiment à gauche du bâtiment principal.

# TES OUTILS D'INFORMATION

Le site du CREPS DE NANCY permet de retrouver l'ensemble des informations dans la rubrique « haut niveau »

Codes WIFI CREPS : Wifi-Athlete 8H8j.Zl>4iKu

Le Portail du Suivi Quotidien du Sportif (PSQS) permet de réaliser :

- mon inscription
- de consulter mon profil
- mon suivi quotidien
- mes évaluations périodiques « tableaux de bord »

J'ai accès via l'identifiant et le mot de passe obtenu lors de mon inscription. Ce mot de passe est personnalisable à tout moment en cliquant sur « mot de passe oublié ».

Tout au long de l'année, des informations me seront envoyées **par mail** via des enregistrements sur le portail PSQS. Les mails générés me parviendront par [webmaster@infoshn.fr](mailto:webmaster@infoshn.fr) ou [noreply@france.sports](mailto:noreply@france.sports). Je pense à vérifier tous les jours.

Si je suis mineur, mes parents seront automatiquement en copie de ces mails.

Pour tous retour d'informations, il faudra écrire à [hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr)



# STRUCTURES SPORTIVES ET ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

## RESPONSABLES

POLE France et Espoirs AVIRON Yannick SCHULTE	POLE Espoirs FOOTBALL Jean Robert FAUCHER
POLE France BOXE MASCULIN Mohamed TALEB	POLE Espoirs CANOE KAYAK sprint Etienne BAUDU Pierre AUBERTIN
POLE France TIR à l'ARC Gilles TOPANDE	Club AVENIR Badminton Julien JACQUOT
CFCP GNVB Jean François PENIN,	POLE France et Espoirs ATHLETISME Eddy RIVA
PRE CFC + CFCP PRO VNVB Jérémy FUNDERE	POLE Espoirs BASKET BALL Bertrand TERNARD
DRA GAM Boris NOACK	SPORT ETUDES AVIRON Charlotte CULTY et SPORT ETUDES RUBGY Laurent MONESTIER

## ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES PARTENAIRES ET UNIVERSITAIRE

COLLEGE JEAN MOULIN 14 rue Jean Moulin 54510 TOMBLAINE	LYCEE DES METIERS MARIE MARVINGT 8 rue Jean Moulin 54510 TOMBLAINE
LYCEE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE ARTHUR VAROQUAUX 10 rue Jean Moulin 54510 TOMBLAINE	Université de LORRAINE 34 Cours Léopold 54000 NANCY

# PROJET DE VIE

J'ai choisi d'intégrer le CREPS de NANCY pour m'entraîner dans une structure sportive validée par ma fédération et/ou par ma ligue/comité. Mon objectif est d'atteindre le plus haut niveau sportif tout en conciliant ma scolarité et mon épanouissement personnel.

## MA VIE DE SPORTIF

J'intègre une structure, un cadre de vie avec des règles et des organisations. Je vais devoir gérer de front mon triple projet dans une organisation collective.

Cette organisation porte sur de nombreux aspects :

**La quantité d'entraînement** : 10 à 25 heures d'entraînements par semaine

**Le rythme de mes journées** va s'intensifier.

Entre le petit déjeuner et le coucher, mon emploi du temps va être très rythmé et je vais devoir optimiser mon temps mais aussi prendre le temps de me reposer.

**La vie en collectivité** : de l'internat, aux études du soir en passant par les entraînements, mes temps de vie passés au CREPS seront partagés avec d'autres sportifs.

**L'autonomie** : je vais devoir apprendre à gérer mon temps, mes affaires de cours, d'entraînement, solliciter les adultes qui vont m'entourer pour anticiper mes besoins.

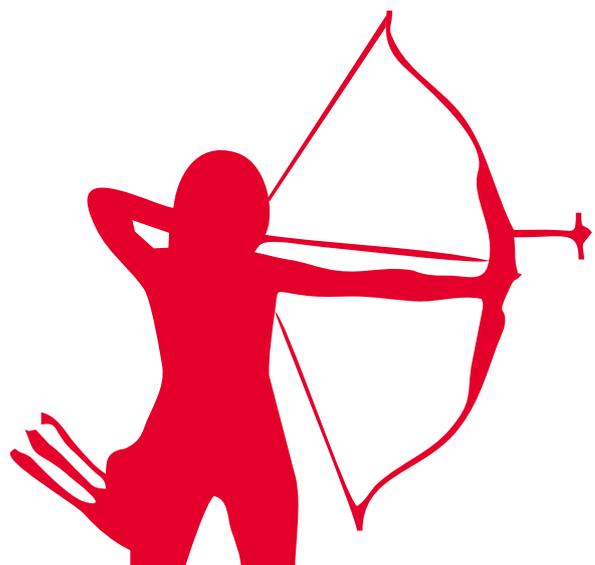
Pour cela, je vais être accompagné par les personnes ressources du CREPS et mon encadrement sportif. Tous seront investis dans leur domaine respectif pour m'aider à réaliser mon projet **mais aucun ne travaillera à ma place, ne s'entraînera à ma place, ne respectera les règles d'alimentation et de sommeil à ma place. Je suis le principal acteur de mon projet car il m'appartient.**

## LES ACTEURS ET PERSONNES RESSOURCES

Un nombre important d'acteurs est présent autour de moi.

Ils organisent régulièrement des temps d'échanges relatifs à l'avancée de la réalisation de mon projet de vie :

Responsable et entraîneurs des structures, responsable de la vie quotidienne et de l'internat, CPE, professeurs, surveillants, médecins, infirmière, kinésithérapeutes, psychologues, diététicien(ne), cuisiniers, préparateurs physiques, préparateurs mentaux, réathlétiseurs....



# MES TEMPS DE VIE

## **\*Ma Journée-type, exemple du mardi**

<b>07h00</b>	Réveil et petit-déjeuner
<b>08h00 à 10h00</b>	Formation scolaire ou universitaire
<b>10h30 à 12h00</b>	Entraînement
<b>12h00 à 13h00</b>	Repas
<b>13h30 à 16h30</b>	Formation scolaire ou universitaire
<b>16h30 à 18h30</b>	Entraînement
<b>18h30 à 19h45</b>	Séances kinés, repos
<b>19h00 à 19h45</b>	Repas
<b>à partir de 20h00</b>	Etudes ou cours délocalisés
<b>à partir de 21h45</b>	Coucher

**\*Cet emploi du temps est susceptible d'être différent en fonction de ma discipline sportive ou de ma formation**

# PROJET SPORTIF

Détecté puis recruté en premier lieu sur mes qualités sportives, mes responsables sportifs restent mes référents au quotidien de mon projet sportif et concourent avec le CREPS à mettre en place les conditions nécessaires à ma réussite sportive.

## ACTEUR D'UN PROJET PARTAGE

Je suis l'acteur principal de mon projet sportif qui est avant tout construit avec mes entraîneurs et conjointement avec ma famille et l'équipe du CREPS afin de me permettre de concilier mon double cursus sportif et scolaire.

### ENTRAINEURS :

- Je suis encadré par des entraîneurs formés, diplômés et reconnus par ma fédération.
- Mon entraîneur accompagne ma progression et m'évalue à chaque trimestre sur des critères (résultats, évolution, investissement...) en mettant une appréciation via le tableau de bord du PSQS.

### SPORTIFS :

- Je me fixe des objectifs réalistes concertés avec mon encadrement.
- Je me donne les moyens de réussir en m'investissant sur chaque séance d'entraînement.
- J'apporte tout ce dont j'ai besoin pour mes entraînements : tenue adaptée à mon sport et aux conditions, tenue de rechange, boisson....
- Je sais analyser mes performances aussi bien les réussites que les échecs.
- Je suis à l'écoute de mes entraîneurs et je mets en œuvre au quotidien les conseils prodigués.

## MES CONDITIONS D'ENTRAÎNEMENT

Le CREPS met à disposition :

- Des installations spécifiques d'entraînement de qualité,
- Des installations et du matériel de préparation physique adapté : salles de musculation, salle cardio-training
- Des installations dédiées à la récupération : sauna, hammam, balnéo, bain froid,

Ces installations ou matériels sont conformes aux normes de sécurité et entretenues régulièrement

Je prends soin de ces installations ou du matériel prêté en adoptant une attitude responsable :

- Je range le matériel, les poids de musculation et je décharge les appareils utilisés
- Je prends une tenue propre et une serviette pour mes séances en salle de musculation
- Je trie et jette mes déchets dans les poubelles prévues à cet effet
- Pour des raisons de sécurité, je ne suis jamais seul dans les installations sportives suivantes :  
salle de musculation, cardio, espace balnéo

# Je suis interne

Tout est organisé dans ma vie quotidienne pour que je sois dans les meilleures conditions possibles afin de réussir **mon projet de vie**. Je suis accompagné(e) par **l'équipe des AED** (Assistants d'Education) **et le responsable de la vie interne**.

- une équipe d'AED est présente **7jours/7 week-end et vacances compris**,
  - accompagnement par les AED pour **les examens médicaux extérieurs**,
  - **pointage nominatif trois fois par jour** :  
pdj à 07h00, à l'étude à 20h00 et au coucher à 21h45 (collégiens) 22h00 (lycéens). Après ces horaires, je reste dans ma chambre,
  - les sportifs « post bac » font l'objet de ce pointage uniquement pour des raisons de sécurité,
  - pour éviter les dérives constatées par une utilisation intempestive, les téléphones portables des collégiens seront systématiquement récupérés par les AED lors de l'appel de 21h45 et restitués au lever.
- Ces dispositions pourront être étendues aux lycéens sur demande parentale ou par les membres du DSHN.

## Occupation des chambres :

- je suis **pensionnaire** et non locataire de ma chambre qui m'est affectée uniquement par le responsable de la vie interne
- les AED sont autorisés à entrer dans les chambres **à tout moment**,
- je ne peux en aucun cas changer de chambre sans en avoir demandé l'autorisation au responsable de la vie interne
- je ne peux **déplacer le mobilier sans autorisation** du responsable de la vie interne, mais je peux mettre des affiches murales,
- je ne peux utiliser dans ma chambre des appareils électroménagers (bouilloire, grille-pain...) ainsi que des aérosols (spray, déodorant qui risquent de déclencher l'alarme incendie),
- les chambres sont accessibles en journée, le week-end voire en période de vacances (en fonction de l'option choisie
- toute dégradation sera **facturée**
- possibilité d'utilisation d'**une bagagerie** durant les vacances
- je ferme à clé **systématiquement** à chaque fois que je sors de ma chambre
- la perte de ma clé (ou de mon badge) entraînera une facturation
- je ne fais monter **personne dans ma chambre** sans demander l'autorisation au responsable de la vie interne. La mixité est interdite dans les chambres
- j'ai accès à l'ascenseur **uniquement quand je suis blessé** (clé fournie par le responsable de la vie interne)
- le ménage dans ma chambre est effectué régulièrement par le personnel de service, aussi je ne laisse rien traîner au sol
- ma chambre est destinée pour le repos et la détente, aucun débordement, chahut ne pourra être accepté (le DSHN peut décider l'interdiction des chambres sur le temps de midi si les règles ne sont pas respectées).

Je suis INTERNE, je suis enregistré(e) en présence toutes les nuits et à tous les repas du lundi au vendredi midi.

**Aussi, toute absence au CREPS, de jour comme de nuit, doit être signalée au DSHN dans les meilleurs délais, y compris par les majeurs POST BAC :**

systématiquement à [hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr)  
doublée à l'adresse mail des AED lors d'une information de dernière minute : [vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr)

Si je suis mineur.e, **les absences pour raisons familiales, personnelles** doivent être signalées le plus en amont possible au DSHN par mails et par mes responsables légaux.

Toujours préciser **le jour et l'horaire de départ et de retour**, afin de permettre de transférer les informations les plus précises possibles, y compris les présences/absences aux repas.

Merci d'utiliser le document « **autorisation de sortie exceptionnelle** » envoyé lors de votre préinscription.

**Seuls, les entraîneurs** enregistrent les **absences liées aux compétitions, matchs, tournois, stages**, etc...Si tu as une manifestation avec ton club nécessitant une absence au CREPS, tu le signales à ton entraîneur pour qu'il nous informe également de cet évènement.

Après une compétition ou un entraînement, si j'arrive après 22h15, la porte du bâtiment de l'internat sera fermée. Dans ce cas mon entraîneur (seul détenteur du code) devra m'accompagner pour ouvrir les portes vitrées.

Seuls les internes sont acceptés dans les différents secteurs. Si je suis DP, je peux bénéficier d'une autorisation d'occuper une chambre sur le temps de midi ou avant un cours délocalisé prévu en soirée. Je fais une demande auprès de la responsable de la vie interne....qui se réservera le droit de supprimer ce privilège si toutefois les règles ne sont pas respectées.



# ORGANISATION WEEK-END

J'habite trop loin et je ne peux pas rentrer tous les we, je peux rester au CREPS.

Je suis mineur(e) (collégien ou lycéen), je suis interrogé(e) **tous les lundis soir** sur mes présences repas et internat du week-end. (sauf pôle FB).

Les AED enregistrent mes présences/absences lors des appels.

Je suis majeur(e) (étudiant ou salarié) POST-BAC, je dois signaler ma présence en nuitée et aux différents repas, par mail à [hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr) et à l'adresse des AED : [vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr), au plus tard le mardi 18h00 pour le week-end à venir.

À défaut de mail de ma part, je suis considéré(e) absent(e) du CREPS.

Si l'entraîneur a informé d'un départ pour compétition, stage, entraînement, ou s'il organise une sortie, je peux donc enregistrer mes présences/absences **en conséquence**.

Si je souhaite manger en extérieur lors d'un des repas, dans ce cas je le précise dès le lundi soir lors des enregistrements.

**Aussi, de manière générale :**

**Rester en internat le week-end m'engage à respecter les présences que j'ai annoncées.**

Les enregistrements sont envoyés par le DSHN :

- au service ACCUEIL pour information et **organisation des services** : nombre de personnels à solliciter, denrées à commander, menus à élaborer, nombre de repas à préparer...
- aux entraîneurs et aux responsables légaux (pour les sportifs mineurs) pour vérification et corrections si nécessaire

Pour tous changements de présences/absences internat/repas survenant en cours de semaine, je préviens (majeur) ou le responsable légal (pour les mineurs) prévient le DSHN **au plus tard le jeudi**, pour des raisons évidentes d'organisation des services.

## RETOUR DU DIMANCHE SOIR :

- Si, je rentre d'un week-end famille le dimanche soir, le retour devra se faire **avant 22h00**  
**A mon arrivée, je me signale à l'AED afin qu'il enregistre ma présence**
- Si, de façon exceptionnelle (liée au transport par ex), je suis contraint de revenir le dimanche soir après cet horaire :  
Je, (mon responsable légal si je suis mineur(e) préviens(t) les AED à l'adresse suivante : [vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:vieinterne@creps-lorraine.sports.gouv.fr) ou sur le téléphone de service : 06 74 57 06 59,  
**A mon arrivée, je me signale à l'AED afin qu'il enregistre ma présence**

Le CREPS ferme à la période de NOEL (dates et organisation fournies ultérieurement), le retour au CREPS à l'issue des vacances se fera le 04 janvier 2026 à partir de 13h00 .

# RESTAURATION

L'espace restauration est ouvert 7 jours/7

	Du lundi au vendredi	Week-end et jours fériés	Vacances scolaires
Petit Déjeuner	07h00-08h00	07h45-09h00	07h45-09h00
Déjeuner	12h00-13h00	12h00-12h45	12h00-12h45
Dîner	19h00-19h45 Vendredi soir : 19h00-19h30	19h00-19h30	19h00-19h30



Je **badge obligatoirement avec ma carte self** à chaque repas pris.

En cas de perte, elle devra être remplacée le plus vite possible, **elle se sera facturée** au tarif en vigueur.

Si je ne peux présenter de carte, je passe en dernier dans la file d'attente.

Je viens me restaurer avec une tenue **décente et propre**.

Je ne viens pas manger avec ma tenue d'entraînement, et je retire ma casquette ou mon bonnet.

Je range mon téléphone portable quand je rentre en salle de restauration !

Tous les repas sont validés par un professionnel de la nutrition et réalisés avec des **produits frais** de qualité.

Un goûter est proposé tous les après-midis aux internes à partir de 15h20 au DSHN.

Tous les repas, y compris le petit déjeuner sont **obligatoires**.

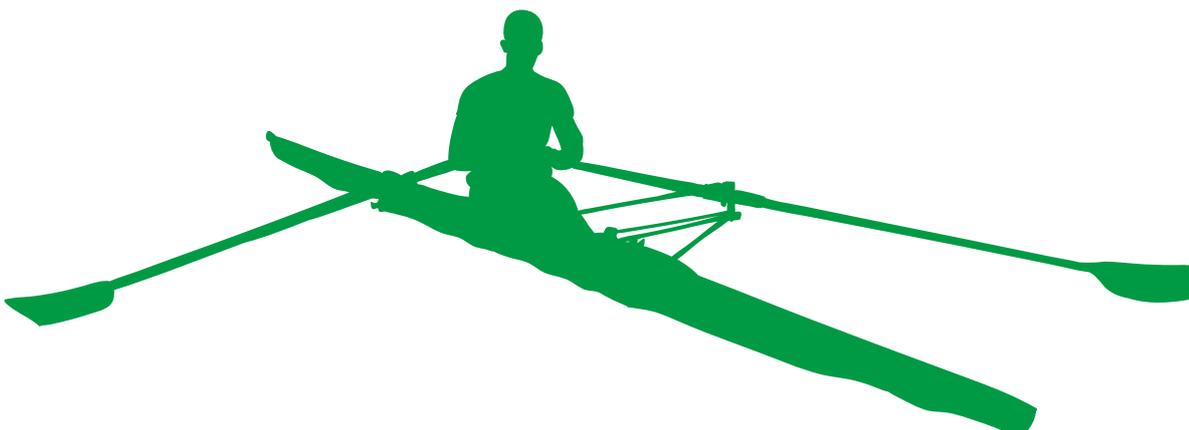
Pour des raisons sportives ou scolaires, sur demande de l'entraîneur ou du DSHN, je peux bénéficier de :

- petit déjeuner, déjeuner et dîners anticipés ou décalés et je n'oublie pas de badger avec ma carte self.
- "paniers repas"

Les demandes doivent être faites par l'entraîneur auprès du DSHN qui en informe la restauration.

Mes menus peuvent être adaptés, uniquement sur préconisations du service médical, et pour aucune autre raison.

A la fin du repas, je trie mes déchets alimentaires et non alimentaires avant de déposer mon plateau et cela en utilisant les différents espaces réservés.



# ANIMATIONS ET ENGAGEMENT CITOYEN

- Des **temps de convivialité**, d'échanges ou d'animations pourront être organisés tout au long de l'année par l'équipe du DSHN
- Des **espaces de détente** : une cafétéria avec distributeurs de boissons chaude et froide, télévision et 2 baby-foot
- Possibilité d'emprunter des jeux de société, des livres auprès des AED
- Des temps de concertation :

**Un conseil de la Vie du Sportif et du Stagiaire (CVSS)** se réunit au moins une fois par an en présence de l'équipe de direction du CREPS, des personnels du DSHN, du Département des formations, du représentant des sportifs et des stagiaires, des AED, du représentant des responsables de structures, et de personnalités extérieures invitées. Ce moment d'échanges permet d'être à l'écoute des sportifs et d'aborder les conditions de vie (hébergement, restauration, suivis) et d'entraînement des sportifs.

Il est force de propositions. Les représentants des sportifs pour l'année seront élus au cours du **1<sup>er</sup> trimestre**.



## De plus, j'ai accès à :

**Une laverie** (lave-linge et sèche-linge) au sous-sol du bâtiment A. Je dois suivre le mode d'emploi indiqué et apporter ma lessive et respecter la propreté des locaux (ne pas laisser de mouchoirs au sol, etc.....). L'usage de cet espace se fait sous la responsabilité du sportif, le CREPS décline toute responsabilité quant à la bonne utilisation des machines et la perte ou le vol d'affaires personnelles. Le CREPS se réserve le droit de fermer le local en cas de mauvaise utilisation.

Un centre de documentation et une salle multimédia.

# PROJET DE FORMATION OU D'INSERTION PROFESSIONNELLE

Je suis acteur de mon projet scolaire, universitaire ou d'entrée dans la vie active. Je dispose d'un choix de parcours de formation pour construire un parcours cohérent, adapté à mes motivations et à mon projet sportif.

Je suis accompagné(e) de manière individualisée tout au long de mon cursus. Je dispose d'outils et de personnes ressources pour m'aider dans la réussite de mon double cursus.

## LES CONDITIONS DE MON ACCOMPAGNEMENT DANS LE SECONDAIRE

Un accompagnement au choix des filières compatibles avec la pratique sportive de haut niveau,  
Un emploi du temps scolaire, ainsi que des examens aménagés en fonction des contraintes sportives identifiées par mon responsable de structure,  
Des cours délocalisés au CREPS en soirée, (à partir de 20h00),  
Des enseignements hybrides (une partie des enseignements en présentiel et l'autre en distanciel),  
Un dispositif de globalisation : EPS, arts plastiques, éducation musicale pour les collégiens et EPS pour les lycéens font l'objet d'un enseignement massé lors de la semaine de pré-rentrée,  
Un accompagnement à l'orientation,  
Des propositions de remédiations en cas de besoins identifiés.

Des temps d'études :

Je suis collégien interne : études obligatoires de 20h00 à 21h00 tous les soirs du lundi au jeudi, en salle de cours. dès 21h15, je me rends dans mon secteur d'hébergement.

Je suis lycéen interne : études obligatoires de 20h00 à 21h15 tous les soirs du lundi au jeudi dans ma chambre. A l'issue du temps d'étude, je ne suis pas autorisé.e à quitter le CREPS.

Les études se déroulent sous la responsabilité et la surveillance d'un AED.

L'organisation des études peut être modifiée en cours d'année sur la base de bilans réguliers validés par le CPE ; (ex libérer un créneau d'études un jour par semaine).

Des tutorats :

Des aides peuvent être assurées par des étudiants tout au long de l'année.

Je peux venir solliciter des séances de tutorat au DSHN. Je suis à l'heure, j'ai mes affaires, je respecte l'individualisation du travail pendant ces temps d'étude et de tutorat, je prépare ma séance en amont (questions, derniers devoirs....)

## LES CONDITIONS DE MON ACCOMPAGNEMENT POST BAC

Je réalise une demande de Statut d'Etudiant Sportif de Haut Niveau sur le site de l'université de Lorraine.  
Mon emploi du temps est aménagé à l'université : dispense partielle ou totale des TD (Travaux Dirigés) ; priorité dans le choix des groupes de TD, report d'examens oraux et/ou écrits...

# DES PERSONNELS DÉDIÉS

## Un CPE, mis à disposition par le Rectorat :

- assure la mise en oeuvre et le suivi des aménagements scolaires des sportifs de haut niveau inscrits dans le secondaire ainsi que le lien avec les établissements scolaires partenaires,
- émet un avis, avant mon entrée au CREPS, puis chaque année, sur mon projet scolaire et la possibilité de réussir mon double cursus,
- suit mon assiduité, ma ponctualité, mon comportement et mes résultats scolaires,
- réalise des bilans et des entretiens avec moi, ma famille et les équipes enseignantes,
- participe à mon conseil de classe ou missionne un collègue lorsqu'il ne peut s'y rendre,
- organise la communication autour du projet de formation entre les différents acteurs du double cursus.

## Un conseiller haut niveau et haute performance :

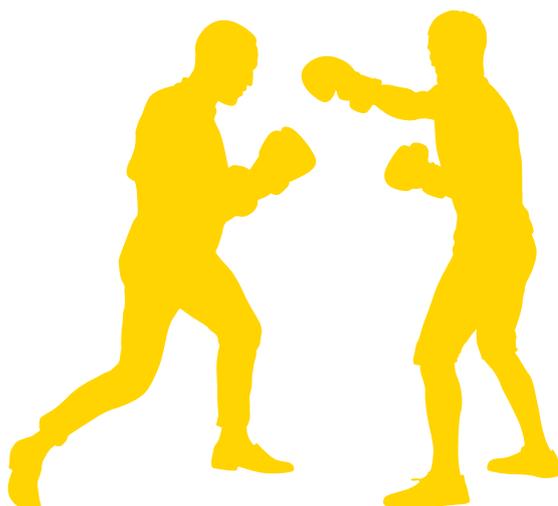
- assure le suivi des sportifs inscrits en post bac,
- suit mon assiduité, ma ponctualité et mes résultats,
- réalise des bilans et des entretiens avec moi et le responsable de l'école ou de l'université,
- organise la communication autour du projet scolaire entre les différents acteurs du double cursus.

Ma famille est impliquée dans le suivi de mon projet de formation et est en lien avec les différents acteurs de mon double cursus (entraîneurs, responsable HN..) :

- des codes de connexion aux logiciels de suivi scolaire te seront remis par les établissements scolaires,
- l'avis du responsable sportif devra être sollicité concernant ma participation à des sorties et/ou voyages scolaires

ainsi que sur les lieux de stage (cas des stages 3èmes, 2ndes et stages professionnels)

- ma famille devra informer le DSHN, par mail, de toute demande d'absence exceptionnelle en anticipant au maximum.



# SUIVI MEDICAL

Je suis suivi au CREPS, dans des locaux d'évaluation et de thérapie, par une équipe médicale spécialisée dans le domaine du sport. L'organisation de ce service répond aux exigences du sport de haut niveau en assurant ma surveillance médicale réglementaire (SMR) et mon accompagnement quotidien en lien avec l'entraîneur.

Des partenariats avec des centres d'imageries médicales, pharmacie , spécialistes, ... sont mis en place.

## ACCUEIL ET SOINS

Horaires d'ouverture du service médical :

Lundi

08h45 - 20h00

Mardi

08h45 - 20h00

Mercredi

16h00 - 20h00

Jeudi

08h45 - 20h00

Vendredi

08h45 - 15h00



Je suis pris en charge de manière individualisée :

- accueil et orientation dès 08h45 les matins (sauf mercredis),
- consultation par des médecins du sport,
- suivi infirmier des sportifs,
- soins de rééducation sportive, prise en charge de la blessure par une équipe de 6 kinésithérapeutes et d'ostéopathie,

C'est le médecin qui valide ma reprise de l'entraînement avec mon entraîneur

### Infos pratiques

Pour les absences en cours, je suis excusé sur le créneau du rdv fixé. En aucun cas, je décide de ne pas retourner en cours après une consultation. C'est le CPE du CREPS qui devra être consulté pour une telle décision.

Ma famille ou moi-même doivent signaler et déposer au service médical tout médicament ou ordonnance.

Je prends mes rendez-vous de consultations médicales auprès de l'infirmière. Si je dois consulter à l'extérieur du CREPS, je dois impérativement fournir un compte rendu de cette consultation au service médical

## MA SURVEILLANCE MEDICALE RÉGLEMENTAIRE (SMR)

Ce suivi est mis en place par le ministère en charge des sports.

Il rend obligatoire un ensemble d'examens et de tests médicaux pour tout sportif inscrit sur les listes ministérielles des sportifs de haut niveau ou espoirs et entrant dans une structure du Projet de Performance Fédéral (PPF) de la Fédération sportive concernée :

- examen clinique complet réalisé par un médecin du sport,
- un électrocardiogramme (ECG) de repos,
- un bilan psychologique,
- un bilan diététique

ATTENTION CERTAINES FÉDÉRATIONS PEUVENT DEMANDER D'AUTRES EXAMENS COMPLEMENTAIRES



## UN SUIVI COMPLEMENTAIRE SUR PRESCRIPTION MÉDICALE PRÉALABLE :

- suivi diététique et nutritionnel assuré par des professionnels de la nutrition,
- suivi psychologique assuré par 3 psychologues,
- prise en charge spécifique par un des réathlétiseurs, sur prescription du médecin et en collaboration étroite avec l'équipe de rééducation et l'entraîneur, lorsque je suis blessé

## UN ACCOMPAGNEMENT À LA PERFORMANCE

Préparation mentale : Sur demande des entraîneurs et soumis à validation du DSHN.

Suivi assuré par des psychologues diplômés.

L'objectif est d'améliorer les ressources mentales et de gérer les contraintes rencontrées à l'entraînement ou en compétitions telles que la fixation d'objectifs ou la gestion des moments importants.

Séances individuelles ou collectives avec les sportifs et les entraîneurs.

Evaluation physiologique : Sur demande des entraîneurs et soumis à validation du DSHN.

Evaluation assurée par les médecins du CREPS.

Le CREPS dispose d'un plateau technique d'exploration fonctionnelle permettant d'effectuer des tests physiologiques d'évaluation.

Profilage : Sur demande des entraîneurs et soumis à validation du DSHN.

Tests FMS, Isocinétisme, analyse biomécanique, ...

## DES ACTIONS DE SENSIBILISATION ET DE PREVENTION

- mises en place de ces actions par les personnels médicaux et du DSHN en lien avec les partenaires,
- actions réalisées lors de la semaine de prérentrée ou tout au long de l'année en lien avec les établissements scolaires partenaires,
- thématiques abordées : lutte contre le dopage, le bizutage, la discrimination, les violences sexuelles, etc...

Si je suis victime ou témoin d'une situation de violence physique, verbale, morale, sexuelle....., je me rapproche du personnel du DSHN et médical, ils sont disponibles et à ton écoute.

Je peux aussi appeler les numéros d'urgences :



## Rejoignez-nous

Suivez-nous et découvrez nos réseaux.



Facebook



Instagram



LinkedIn



[www.creps-nancy.fr](http://www.creps-nancy.fr)



[direction@creps-lorraine.sports.gouv.fr](mailto:direction@creps-lorraine.sports.gouv.fr)



03 83 18 10 20



1 Avenue Foch - CS 30020  
54271 ESSEY-LÈS-NANCY