FILIÈRE SÉNIOR 2023-2024

Opération collective AFDAS

BIEN VIEILLIR

Taux de réussite
Pas de session précédemment

Appréciation des participants
Pas de session précédemment

La formation « Bien Vieillir » permettra à l'animateur sportif de renforcer ses connaissances et ses compétences dans l'animation de séances séniors au sein des clubs EPGV et dans l'animation d'ateliers du Bien Vieillir en lien avec les partenaires territoriaux.

Dates	Lieu de formation	Durée	Effectif maximum	Inscription avant
Du 26 au 28/02/24 *Samedi 08/06/24*	*Meyreuil (13)*	*28h00*	*20 stagiaires*	*Vendredi 22/12/23*

Public

- Titulaire du diplôme fédéral Animateur 1er degré Seniors en Salle.
- Titulaire du CQP ALS option AGEE.
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs.
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS).

Pré-requis

- Être licencié à la FFEPGV - Saison 2023 2024.
- Être titulaire du PSC 1 (Prévention et Secours Civiques Niveau 1).
- Être titulaire du Module Culture Fédérale (module en E-learning).
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS).
  => https://eaps.sports.gouv.fr.

Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à cette formation.
Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Moyens techniques et pédagogiques

- Travail individuel et par groupe à l'aide des outils de formation fournis.
- Alternance apports théoriques et pratiques.
- Mise en situation de vieillissement (problèmes de vue, d'audition, empêchements articulaires...).
- Animations pédagogiques auprès d'un public réel.

Objectifs de la formation

- Connaître l'environnement fédéral et les politiques publiques du vieillissement.
- S'intégrer dans l'approche systémique du Bien Vieillir.
- Acquérir des connaissances sur le vieillissement usuel des grandes fonctions.
- Concevoir, animer et évaluer des séances « Bien Vieillir » et/ou des ateliers de prévention du Bien Vieillir.
- Savoir adapter la pratique au regard des capacités des pratiquants.
- Faciliter l'accompagnement individuel de chaque participant.
- Assurer la sécurité des pratiquants.

Contenus de la formation

- Les partenariats territoriaux : lien inter-régimes, conférences des financeurs, mutuelles ...
- Les approches multidimensionnelles du Bien Vieillir : l'alimentation, les bienfaits de l'APS, l'éducation à la santé.
- Les aspects socio-démographiques, notions de vieillissement : les différentes typologies de seniors (actifs, fragiles, dépendants), niveau d'autonomie fonctionnelle.
- Le vieillissement des grandes fonctions.
- Les motivations et l'environnement socio-économique.
- Les démarches pédagogiques pour la construction de séances Bien Vieillir ou d'ateliers du Bien Vieillir.
- Les constructions de cycles pédagogiques - Individualisation des situations pédagogiques
- La programmation au vu des recommandations d'activité physique pour les seniors, des capacités des pratiquants et de leur état de santé - Entrée par les piliers de l'autonomie (cardio, RM, souplesse, HM), intensité, diversité et lien social.
- Le choix des APS : supports, traitement didactique.
- Les transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne.
- L'aménagement du milieu.
- Les aspects sécuritaires.

Outils de formation

- Diaporamas contenus théoriques Bien Vieillir.
- Mallette pédagogique Bien Vieillir - 120 fiches pratiques.
- Tests de condition physique « Pass'Sport Santé Senior » (guide pédagogique).
- Fiches séquences d'animation RM, Souplesse, HM, CM, Cardio.
- Kit simulateur de vieillissement.
- Livret « ma séance GV à la maison » ...

Modalités de validation

- Feuille de présence
- Fiche d'émargements
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Evaluation formative : questionnaires, mises en situation pratique, animation de séquences.

Modalités de certification

- **Pour y accéder :**
  - avoir animé un minimum de 10 séances auprès d'un public sénior.
- **Épreuves évaluation :**
  - présentation d'une étude de cas / analyse de situations professionnelles.
  - Epreuve de démonstration technique sur le maîtrise des postures.
  - Epreuve de connaissances sous forme d'un QCM.

Durée et déroulé de la formation

- Formation en centre : **21h**.
- Mise en Situation Professionnelle en structure : Animation de 10 séances auprès d'un public sénior : **14h**.
- Retour et certification en centre : **7h**.

Formateurs et/ou Intervenants

- Directeur de Formation FFEPGV.
- Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités.
- Intervenant expert.

Diplôme remis

Certificat fédéral "**Bien Vieillir** ".

Bénéfices métiers

- Les compétences indispensables dans l'animation du public Senior.
- Le lien avec nos partenaires de prévention santé.
- L'optimisation d'animation de séances pour un public avançant en âge.
- L'assurance de l'aspect sécuritaire de la prise en charge d'un public senior.

Points forts

- L'enrichissement des savoir-faire pour adapter la séance EPGV pour un public en reprise d'activité.
- Des apports d'outils pour la construction de votre séance.
- Des échanges de pratiques avec des formateurs experts et des professionnels de santé pour la construction de votre projet d'animation.
- La valorisation de vos savoir-faire au travers des mises en situation sur public réel.

Pour aller plus loin

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre la formation :

- **Bien vieillir - Equilibre.**

FRAIS DE FORMATION

Pour les animateurs sportifs salariés EPGV

- Frais d'inscription : 0€
- Supports pédagogiques : 0€
- Frais pédagogiques : 0€ - **Opération collective AFDAS**
- Frais de transport : **Opération collective AFDAS**
- Frais d'hébergement (nuit + petit-dej.) : **Opération collective AFDAS**
- Frais de restauration (midi et soir) **: non** pris en charge par le COREG EPGV PACA

FRAIS DE FORMATION

Pour les animateurs sportifs non salariés EPGV

- Frais d'inscription : 30€
- Supports pédagogiques : 15€
- Frais pédagogiques : 1 120€
- Frais de transport **non** pris en charge par le COREG EPGV PACA.
- Frais annexes (hébergement, restauration) **non** pris en charge par le COREG EPGV PACA.

Comment s'inscrire à cette formation

- **Positionnement :** En allant sur le site Internet du Comité Régional EPGV PACA : www.coregepgvpaca.fr, dans la rubrique FORMATION : choisir la formation qui m'intéresse et s'inscrire directement en ligne.

  Je m'inscris

- **Besoin de plus d'informations :** vous souhaitez obtenir plus d'informations, posez nous vos questions ou prenez un rendez-vous téléphonique avec un formateur, en allant sur le site Internet du Comité Régional EPGV PACA : www.coregepgvpaca.fr, dans la rubrique FORMATION : choisir la formation qui m'intéresse et cliquez sur :

  Besoin d'infos

- **Après votre inscription en ligne :** Vous recevrez votre dossier d'inscription par Email contenant le devis de formation, le contrat ou la convention de formation, le plan individuel de formation ainsi que la fiche d'inscription. Seuls les dossiers complets seront acceptés. Ils seront enregistrés par ordre d'arrivée en fonction du nombre limite de places.

- **Pour les personnes avec prise en charge AFDAS :** Le dossier d'inscription sera adressé par Email aux dirigeants de l'association (copie au stagiaire) pour saisir la demande d'aide financière en ligne. En cas de difficultés pour la saisie de prise en charge professionnelle sur votre espace AFDAS, votre Comité régional EPGV PACA est à votre service pour vous aider dans votre démarche.

Renseignements et Inscriptions

COREG EPGV PACA

04.42.95.02.11

paca@comite-epgv.fr

www.coregepgvpaca.fr

Adresse postale :

8 rue du Grand Logis

13770 VENELLES