



FILIÈRE SENIOR FORMATION BIEN VIEILLIR ÉQUILIBRE



DURÉE

28 heures

> Formation

21 heures en centre

> Retour d'alternance

7 heures en centre



DATE DE LA FORMATION

du 22 au 24 mars
et 16 juin 2018



LIEU DE LA FORMATION

Aix-en-Provence (13)



DATE LIMITE D'INSCRIPTION

8 mars 2018



NOMBRE DE PARTICIPANTS

20 stagiaires

> POUR QUI ?

- titulaire du diplôme « animateur 1^{er} degré Adulte ou Senior Salle »
- titulaire du CQP ALS
- titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS...)

> PRÉ-REQUIS

- être licencié à la FFEPGV
- être titulaire du PSC1 (Premiers Secours Civiques niveau 1)
- être titulaire du module « Culture Fédérale »

> OBJECTIFS

- acquérir les connaissances liées au vieillissement de la fonction d'équilibration
- connaître les politiques de prévention des chutes du national au local
- évaluer les potentialités des participants par la mise en place de tests
- conduire des séances de Gymnastique Volontaire Bien Vieillir et des ateliers du Bien Vieillir
- s'approprier l'outil de recueil et d'analyse en ligne I-Programme EPGV

> CONTENUS

- les aspects socio-démographiques du senior - les données épidémiologiques de la chute (causes et conséquences)
- le vieillissement des fonctions musculaires et d'équilibration
- les facteurs de risques de chute (facteurs individuels et extrinsèques)
- la séance GV senior optimisant les différentes potentialités
- les démarches pédagogiques pour la construction des séances GV Equilibre (tests, mise en situation, évaluation et progression)
- la construction de cycles pédagogiques sur la thématique : vers un programme GV Equilibre
- les tests d'équilibre : définition, procédure de mise en œuvre, évaluation
- le choix des APS supports, traitement didactique
- les conseils d'hygiène de vie (sommeil, aménagement de l'habitat, médicaments, environnement)

> ENCADREMENT

- formateurs FFEPGV inscrits sur la liste nationale des habilités « Bien Vieillir - Equilibre »
- intervenants extérieurs experts

> VALIDATION DE LA FORMATION

- **Diplôme remis :**
certification fédérale « Bien Vieillir - Equilibre »

FILIÈRE SENIOR FORMATION BIEN VIEILLIR ÉQUILIBRE



TARIFS ET FINANCEMENT

FRAIS D'INSCRIPTION	30,00 €
SUPPORTS PÉDAGOGIQUES	12,95 €
FRAIS PÉDAGOGIQUES	18,00 € / h
AIDE RÉGIONALE À LA FORMATION*	OUI 11,00 € / h
AIDE DÉPARTEMENTALE	NON
FRAIS D'HÉBERGEMENT ET DE RESTAURATION	à la charge du stagiaire
RÉSERVATIONS GROUPÉES	NON

* Aide régionale si auto-financement par le stagiaire



RESTAURATION ET HÉBERGEMENT

EXTERNE	-
DEMI-PENSION (DÉJEUNERS MIDI)	12,00 €
PENSION COMPLETE (NUITÉE* + 3 REPAS)	40,00 €

* Nuitée en chambre double



RENSEIGNEMENTS ET CONTACTS

COREG EPGV PACA
EUROPARC SAINTE-VICTOIRE
10 ROUTE DE VAL BRILLANT
BÂT 10 - 13590 MEYREUIL
tel : 04.42.95.02.11
Email : paca@epgv.fr
www.coregepgvpaca.fr

➤ POINTS FORTS

- un environnement de travail sur l'ensemble du territoire français
- un complément de formation pour enrichir son savoir-faire au sein de séances Gymnastique Volontaire Seniors
- formation basée sur une animation sur public réel (contrat d'alternance) avec retour d'expériences
- accompagnement formatif avec apports de méthodes et de savoirs

➤ POUR ALLER PLUS LOIN

- nous vous conseillons de suivre, après cette formation, les formations Gymmémoire® ou Acti' March'®

➤ BÉNÉFICE MÉTIER

- Acquérir une expertise fédérale dans l'animation du public senior actif
- Animer des séances GV Equilibre au sein des associations FFEPGV
- Optimiser l'animation des séances GV seniors
- animer des ateliers du Bien Vieillir

➤ MODALITÉS D'INSCRIPTION

- **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 au positionnement téléphonique avec un formateur en cliquant sur :



CETTE FORMATION M'INTÉRESSE ! JE SOUHAITE M'INSCRIRE

- **Après le positionnement :**
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.

Le dossier complet accompagné des pièces administratives sera à retourner avant la date limite d'inscription.

- **Pour les personnes avec prise en charge UNIFORMATION :**
Le dossier d'inscription devra être remis aux dirigeants de l'association pour saisir la demande d'aide financière sur l'espace « adhérent » du site Internet **UNIFORMATION**

En cas de difficultés pour la saisie, votre Comité Départemental EPGV est à votre service pour vous aider dans votre démarche.