



Formation certifiante

BIEN VIEILLIR ÉQUILIBRE

28 heures de formation



- 21 heures en centre
- Animation de 10 séances auprès d'un public senior (14h)
- 7 heures de certification

23 au 25 octobre 2023



Certification : 11 juillet 2024

Public :

- Titulaire du diplôme fédéral "Animateur 1er degré Adulte ou 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

Nombre de participants :

20 places



Accessibilité

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

Descriptif de la formation

La formation « Bien Vieillir - Équilibre » permet de renforcer ses connaissances, d'acquérir une expertise dans l'animation de séances EPGV, de prévention des chutes au sein des clubs EPGV, et dans l'animation d'ateliers Équilibre en lien avec les partenaires de prévention santé.

Objectifs

- ✦ Connaître les politiques de prévention des chutes du national au local
- ✦ S'intégrer dans l'approche écosystémique du Bien Vieillir liée à l'équilibre
- ✦ Acquérir les connaissances liées au vieillissement usuel de la fonction d'équilibration
- ✦ Concevoir, animer et évaluer des séances EPGV Bien Vieillir Équilibre et/ou des ateliers Équilibre
- ✦ Évaluer les potentialités des participants par la mise en place de tests
- ✦ Assurer la sécurité des pratiquants

Contenus

- ✦ Les partenaires locaux et la dynamique de prévention territoriale
- ✦ L'approche multidimensionnelle du Bien Vieillir : l'aménagement de l'habitat, les médicaments, l'équilibre
- ✦ Les épidémiologies de la chute (causes et conséquences)
- ✦ Le vieillissement de la fonction d'équilibration Les partenariats territoriaux : lien Intér-régimes, conférence des financeurs, mutuelles...
- ✦ Les facteurs de risques de chute (facteurs intrinsèques et extrinsèques)
- ✦ Les démarches pédagogiques pour la construction de séances Bien Vieillir Équilibre ou d'ateliers équilibre (tests, conception, mise en situation, progression, évaluation) - La construction de cycles pédagogiques - Individualisation des situations pédagogiques
- ✦ Le choix des Activités Physiques et Sportives supports, traitement didactique
- ✦ Les transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne
- ✦ Les tests d'équilibre : les protocoles des tests, procédure de mise en œuvre, évaluation
- ✦ La prise en compte du protocole équilibre en lien avec les partenaires
- ✦ L'aménagement du milieu
- ✦ Les aspects sécuritaires : précautions à prendre lors des passages au sol, les postures, les franchissements d'obstacles, les prothèses, les appareillages...
- ✦ Les aspects sécuritaires liés à l'activité

Pré-requis

- ✦ Être licencié à la FFEPGV
- ✦ Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- ✦ Être titulaire de la formation "Culture fédérale"
- ✦ Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- ✦ Avoir une expérience de 2 ans minimum auprès du public senior



Formation certifiante

BIEN VIEILLIR ÉQUILIBRE

Clôture des inscriptions :

02 octobre 2023

Coût de la formation :



Frais de dossier : 20 €

Frais pédagogiques : 1 120 €

Frais d'héb./restauration : 116 €

Restauration le midi

uniquement : 48 €

Lieu :



**Centre Sportif de Normandie à
Houlgate (14)**

Diplôme remis :

**Certificat fédéral « Bien
Vieillir équilibre »**

Outils de formation :

- Mallette pédagogique
Équilibre - 40 fiches
pratiques
- Tests d'équilibre (11 tests
référence)
 - Kit simulateur de
vieillesse
- Livret d'accompagnement
de la Web série
(interrégimes)
 - Les supports de
communication Bien Vieillir



Contact :

Service Formation

02 31 28 78 71

normandie@comite-epgv.fr

Moyens techniques et pédagogiques

- ✦ Travail individuel et par groupe à l'aide des outils de formation fournis
- ✦ Alternance d'apports théoriques et pratiques
- ✦ Approche de la situation de vieillissement (problèmes de vue, d'audition, empêchements articulaires...) par l'utilisation du kit simulateur de vieillissement
- ✦ Animations pédagogiques auprès d'un public senior
- ✦ Utilisation des supports de communication du Bien Vieillir équilibre (outils internes et externes)
- ✦ Connaissances des applications d'évaluation en vigueur sur les territoires (ex: Web report)

Encadrement

Directrice de formation : Christine BRACCO (Formatrice en région Bretagne)

Moyens de validation

- ✦ Feuilles de présence
- ✦ Fiche d'émargement
- ✦ Formulaires d'évaluation de la formation
- ✦ Evaluation formative :
 - Quiz / Questionnaires
 - Mises en situation pratique
 - Animation de séquences

Moyens de certification

- ✦ Pour y accéder :
 - Avoir animé un minimum de 10 séances auprès d'un public senior ou dans le cadre d'un atelier équilibre
- ✦ Epreuves d'évaluation :
 - Présentation d'une étude de cas / Analyse de situations professionnelles
- ✦ Epreuve de connaissance sous forme d'un QCM

Points forts

- ✦ Approfondissement des connaissances et des savoir-faire dans le domaine de la prévention des chutes
- ✦ Observation de séances et mise en situation d'animation sur un public réel
- ✦ Échanges et analyses d'expériences
- ✦ Accompagnement formatif avec apport de méthodes et d'outils