

# FORMATION BIEN VIEILLIR



## POUR QUI ?

- Titulaire du diplôme «Animateur 1<sup>er</sup> degré Seniors en salle»
- Titulaire du CQP ALS option AGEE ou JSJO
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BPJEPS-STAPS-etc.) permettant l'encadrement de cette activité

Volume horaire total : 28h  
28h  
en centre de formation

## CENTRE DE FORMATION

Le Comité Régional d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire Centre-Val de Loire (COREG EPGV CVL) est un organisme de formation reconnu par l'Etat. Il s'appuie sur une Equipe Technique Régionale (ETR) composée des meilleurs formateurs dans leur domaine respectif. Tout en respectant votre projet de vie personnel :

- Nous vous guidons dans l'élaboration et la mise en oeuvre de votre projet
- Nous vous conseillons sur votre parcours de formation
- Nous vous accompagnons et vous suivons durant tout le processus de formation



La Fédération Française EPGV :  
• 540 000 adhérents  
• Plus de 6000 clubs affiliés dans toute la France  
• Plus de 7000 animateurs sportifs à votre service

1<sup>ère</sup> fédération nationale non compétitive !

Pour toute information et inscription,  
N'hésitez pas à contacter le Référent Formation de votre département :

CHER (18) - Carole CHOCHF - 07 60 86 10 00 - cd18epgv@chersports.fr

EURE-ET-LOIR (28) - Marie-Odile PINSARD - 06 08 13 33 75 - marie-odile.pinsard@epgv.fr

INDRE (36) - Fabien REVEIL - 06 71 05 66 73 - fabien.reveil@epgv.fr

INDRE-ET-LOIRE (37) - Chloé ROY - 06 71 77 28 78 - chloe.roy@epgv.fr

LOIR-ET-CHER (41) - Claire SIMONNET - 06 17 79 94 72 - claire.simonnet@epgv.fr

LOIRET (45) - Sophie PUISSET - 06 36 83 55 09 - sophie.puisset@epgv.fr

28H

MODULE 1 :

9 & 10 JUILLET 2020

MODULE 2 :

24 & 25 AOÛT 2020

# FORMATION BIEN VIEILLIR



Toutes les infos sur [www.sport-sante.fr/ffepgv/centre](http://www.sport-sante.fr/ffepgv/centre)

# FORMATION BIEN VIEILLIR

## UNE OPPORTUNITÉ

- de développer vos compétences dans l'animation du public senior
- d'élargir votre offre d'animation
- d'attirer un nouveau public

## LES OBJECTIFS DE FORMATION

- Concevoir des actions d'animation à destination de nos licenciés vieillissants
- Savoir adapter la pratique au regard des capacités des pratiquants
- Connaître l'environnement du public senior
- S'intégrer dans l'approche écologique Bien Vieillir
- Conduire des séances Gymnastique Volontaire Bien Vieillir et des ateliers Bien Vieillir
- S'approprier l'outil de recueil et d'analyse en ligne I-programme EPGV

## LES BÉNÉFICES POUR L'ANIMATEUR

- ▶ Acquérir une expertise en animation du public sénior actif
- ▶ Intervenir en pleine responsabilité auprès d'un public âgé sédentaire
- ▶ S'ouvrir des opportunités d'emploi par l'animation de séances GV Bien Vieillir dans les clubs EPGV mais aussi dans l'encadrement d'ateliers du «Bien Vieillir avec la Gym Volontaire» en lien avec différents partenaires

## CONTENUS

- La séance EPGV : entrée par les intentions éducatives, intensité, démarche pédagogique, adaptation, individualisation des situations pédagogiques
- Les malettes pédagogiques
- L'approche multidimensionnelle du Bien Vieillir: l'aménagement de l'habitat, le sommeil, les médicaments, l'alimentation, la mémoire
- Conseils et éducation à la santé
- I-programme EPGV : recueillir les données de terrain (questionnaires, tests) et faciliter l'accompagnement individuel de chaque participant



## LE + POUR LE CLUB ET/OU LE CODEP EPGV

- ▶ Diversifier et renforcer les compétences de vos animateurs sur l'animation sénior
- ▶ Acquérir une expertise reconnue sur les problématiques du vieillissement par l'intermédiaire de vos animateurs