

*La formation au Programme Gymmémoire® permet d'acquérir les méthodes, les outils nécessaires à l'encadrement du Programme Gymmémoire® et à l'animation de séances d'EPGV à dominante mémoire (atelier Corps et mémoire)*

### Public

---

- Titulaire du diplôme "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...)

### Prérequis

---

- 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'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Être titulaire de la Certification Bien Vieillir
- Avoir une expérience d'animation du public senior d'au moins 2 ans souhaitée

### 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.

### Objectifs de la formation

---

- S'intégrer dans l'approche écologique du Bien Vieillir liée à la mémoire
- Acquérir les connaissances liées au vieillissement usuel de la fonction mnésique
- S'approprier et maîtriser les programmes fédéraux Gymmémoire®
- Concevoir, Animer et évaluer un programme Gymmémoire et/ou des séances EPGV mémoire
- Assurer la sécurité des pratiquants

### Contenus de la formation

---

- Les partenaires locaux et la dynamique de prévention territoriale
- Données épidémiologiques
- Approche multidimensionnelle du Bien Vieillir : le sommeil, l'activité cérébrale, les médicaments
- Le vieillissement de la fonction mnésique - Les différents types de mémoire, la plainte mnésique, l'oubli
- La justification du concept Gymmémoire® : de la recherche au programme
- Les contenus technico-pédagogiques des situations de stimulation : le réentrainement des mécanismes de mémorisation, l'attention, la vigilance, le rappel
- L'élaboration d'un programme d'entraînement : conception et conduite de séances / évaluation d'une séance / tests
- Transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne
- Les tests mémoire : les protocoles des tests, procédure de mise en œuvre, évaluation

[sport-sante.fr/hdf.html](https://sport-sante.fr/hdf.html)

**Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Hauts-de-France**

519A Avenue de Dunkerque, 59160 LOMME (LILLE)

Tél. 03 20 88 27 30

SIRET : 411 355 332 000 31

APE/NAF : 8559B

Email : [hautsdefrance@comite-epgv.fr](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)



**Filière :** FILIÈRE SENIOR

**Formation :** Programme Gymmémoire®

*Répertoire Spécifique (en cours)*

- La prise en compte du protocole mémoire en lien avec les partenaires
- Les Tests de la fonction mnésique (externes, scientifiques...) et les tests Gymmémoire®
  
- L'aménagement du milieu : solliciter l'attention et la concentration des participants
- Aspects sécuritaires : précautions à prendre lors des passages au sol, les franchissements d'obstacles, les postures et les points de charge sur certaines postures, les prothèses, les appareillages...
- Aspects sécuritaires liés à l'activité

### Moyens techniques et pédagogiques

---

- Travail individuel et par groupe à l'aide des outils de formation fournis
- Alternance apports théoriques et pratiques
- Animations pédagogiques auprès d'un public senior
- Utilisation des supports de communication du Bien Vieillir liés à la mémoire (outils internes et externes)
- Connaissances des applications d'évaluation en vigueur sur les territoires

### Outils de Formation

---

- Diaporamas contenus théoriques mémoire
- Mallette pédagogique Gymmémoire® - 40 fiches pratiques
- Tests mémoire (4 tests référence)
- Fiches séquences d'animation Mémoire
- Livret d'accompagnement de la Web série (inter-régimes) et tous les documents li

### Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

---

- Directeur de Formation FFEPGV
- Un Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités « Gymmémoire® »
- Intervenant expert

### Modalité de validation

---

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

 [sport-sante.fr/hdf.html](http://sport-sante.fr/hdf.html)

**Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Hauts-de-France**

519A Avenue de Dunkerque, 59160 LOMME (LILLE)

Tél. 03 20 88 27 30

SIRET : 411 355 332 000 31

APE/NAF : 8559B

Email : [hautsdefrance@comite-epgv.fr](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)



### Modalités de certification

---

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

### Diplôme remis

---

- Certificat fédéral "Programme Gymmémoire®"

### Points forts

---

- Approfondissement des connaissances et des savoir-faire pour entretenir les capacités de mémorisation
- Observation de séances et encadrement de séances mémoire ou d'un programme Gymmémoire®
- Echanges et analyses d'expériences
- Un accompagnement formatif avec apports de méthodes et d'outils

### Pour aller plus loin

---

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation :

- Bien Vieillir - Équilibre
- Marche Nordique Sport Santé ®
- Marche Active Sport Santé ®

### Durée et déroulé de la formation

---

42H

Formation en centre : 21h

Mise en Situation Professionnelle en structure : Animation de 10 séances auprès d'un public senior (14h)

Retour et Certification en centre : 7h



#### Date(s), lieu(x) et volume horaire

---

27 au 29 avril 2021 + 1<sup>er</sup> juillet 2021

14H d'alternance

#### Nombre de participants

---

15 participants maximum

#### Dates limites d'inscriptions

---

13 avril 2021

#### Frais de formation

---

Frais d'inscription : 20 €

Frais pédagogiques : 1 554 €

Frais de transport : Pris en charge par le stagiaire

Frais annexes (hébergement, restauration) : Pris en charge par le stagiaire

#### Renseignements et inscription

---

Par téléphone : 03.20.88.27.30

Par mail : [hautsdefrance@comite-epgv.fr](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)

