




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

## CYCLE PERFECTIONNEMENT ET SPÉCIALISATION

Filière Senior

# Programme Gymmémoire®

 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 (ateliers Corps et Mémoire).

### POUR QUI ?

- ❖ Titulaire du diplôme « Animateur 1er degré Adultes en salle »
- ❖ Titulaire du CQP ALS Option AGEE ou Instructeur Fitness mention cours collectifs
- ❖ Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP – STAPS – etc.)

### PRÉREQUIS

- ❖ Être titulaire du PCS1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- ❖ Être licencié à la FFEPGV
- ❖ Être titulaire de la formation « Culture Fédérale »
- ❖ Être titulaire de la certification « Bien Vieillir »
- ❖ Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- ❖ Avoir une expérience d'animation du public senior d'au moins 2 ans souhaitée
- ❖ Participer au positionnement téléphonique préalable à la formation

### LES OBJECTIFS

- ❖ S'intégrer dans l'approche écologique du Bien Vieillir liée à la mémoire
- ❖ Acquérir des 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
- ❖ L'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 réentraînement 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
- ❖ Les transferts des situations pédagogiques dans la vie quotidienne
- ❖ Les tests mémoire : les protocoles des tests, procédure de mise en œuvre, évaluation
- ❖ 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
- ❖ Les 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...
- ❖ Les aspects sécuritaires liés à l'activité

## QUELQUES ELEMENTS CHIFFRÉS 2020/2021

(Dernière saison de programmation Gymmémoire)



TAUX DE SATISFACTION = 91,68 %



TAUX DE RÉUSSITE = 100,00 %

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

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

## DURÉE ET DÉROULEMENT DE LA FORMATION

= 42 heures

- Formation en centre : **21h00**
  - Mise en Situation Professionnelle en structure : Animation de 10 séances auprès d'un public sénior : **14h00**
  - Retour et Certification en centre : **7h00**
- + Classes virtuelles de suivi post formation : 2 X 1h00 - Créneaux définis durant la formation (non facturées)

## ENCADREMENT

- Responsable de formation : Samantha Timar, Tuteur-programme
- Equipe pédagogique : Florent Tatinclaux, Tuteur-cours

## MODALITÉS DE VALIDATION ET DE CERTIFICATION

- **Validation** : Feuilles de présence, Fiche d'émargement, Formulaires d'évaluation de la formation, Evaluation formative (Quiz / Questionnaires, Mises en situation pratique, Animation de séquences)
- **Certification** :
  - Pour y accéder : Avoir suivi intégralement la formation + avoir animé un minimum de 10 séances auprès d'un public sénior 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

## POUR ALLER PLUS LOIN

Nous vous conseillons les formations :

- Bien Vieillir – Equilibre
- Marche Nordique Sport Santé®
- Marche Active Sport Santé®
- Maintien de l'autonomie, les fondamentaux

## FRAIS DE FORMATION

- Frais d'inscription : Néant
- Frais pédagogiques :
  - **Tarif horaire = 40,00 €**
  - **Coût de la formation = 1 120,00 €**
  - Le coût de la formation peut varier en fonction de sa prise en charge : Une réduction peut être accordée aux stagiaires dont les frais de formation ne sont pas pris en charge au titre de la formation professionnelle selon les critères inclus aux Conditions Générales de Ventes
- Frais de transport : à la charge du stagiaire ou d'un financeur
- Frais annexes (hébergement/restauration) : à la charge du stagiaire ou d'un financeur

## 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 liés au Bien Vieillir ([www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr) et [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr))
- Supports de communication internes et externes du Bien Vieillir Mémoire (vidéos, flyers...)
- Applications d'évaluation et de suivi, questionnaires et tests (ex : I-Programmes EPGV).

## DATES & LIEUX DE FORMATION \*

- Classe Virtuelle : le **16/09/2023** (de 14h00 à 17h00)
- Module N°1 en centre :
  - du **24/10/2023** (de 14h00 à 18h00) au **26/10/2023** (**vacances scolaires**)
  - Lieu : **Orléans la Source** (45)
- Module 2 en centre : le **03 mars 2024** - Lieu : **Orléans (45)**
  - Le **14/04/2024**
  - Lieu : **Orléans la Source** (45)

\* Programmation susceptible d'évoluer en fonction des disponibilités du lieu d'accueil de la formation

## DATE LIMITE D'INSCRIPTION

- **21/08/2023**

## 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®
- Échanges et analyses d'expériences
- Un accompagnement formatif avec apports de méthodes et d'outils

## BÉNÉFICES MÉTIER

- Acquérir une expertise fédérale Mémoire dans l'animation sénior
- Conduire des séances à dominante mémoire auprès de nos licenciés EPGV
- Savoir animer des programmes Gymmémoire® pour nos partenaires de prévention santé.

## RENSEIGNEMENTS

- Renseignement disponibles sur le site régional  
Ctrl+clic pour suivre le lien : [Formations Seniors](#)

## FINANCEMENT AFDAS : TUTORIEL

Ctrl+clic pour suivre le lien (descendre en bas de page) : [TUTO COMPLET pour réaliser une demande de financement AFDAS](#)

Résolution rapide de points de complétude pouvant poser des difficultés :

- Quel type de demande souhaitez-vous faire ? :
  - ↳ Développement des compétences
- Création de la DPC - Nature de l'action :
  - ↳ Action de formation
- Qui dispense la prestation du module ? :
  - ↳ Qui dispense = Un prestataire externe à votre entreprise
  - ↳ Raison sociale = Comité régional EPGV Centre
- Création du module – Descriptif de l'action :
  - ↳ Action de formation
  - ↳ Non certifiante

## CONTACTEZ VOTRE COMITÉ DÉPARTEMENTAL

<b>Cher : 02 48 50 48 81</b>	<b>Eure et Loir : 06 48 93 93 70</b>	<b>Indre : 06 30 29 25 85</b>
<b>Indre et Loire : 06 71 77 28 78</b>	<b>Loir et Cher : 06 17 79 94 72</b>	<b>Loiret : 06 36 83 55 09</b>

**Comité Régional EPGV C-VL, 2 Faubourg Saint Jean, 45000 ORLEANS**

Déclaration d'activité auprès de la Préfecture d'Orléans sous le n° 24 75 02305 45 - Cette déclaration ne vaut pas agrément de l'Etat

N° de SIRET : 32894586000034 - Raison sociale : Association loi 1901 – [formationepgvcentre@gmail.com](mailto:formationepgvcentre@gmail.com) / [www.sportsante-epgvcentre.fr](http://www.sportsante-epgvcentre.fr)