



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

Bien Vieillir EQUILIBRE

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

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
- ❖ Avoir suivi le module « Culture Fédérale »
- ❖ Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- ❖ Être titulaire de la certification « Bien Vieillir »
- ❖ Participer au positionnement téléphonique préalable à la formation

LES OBJECTIFS

- ❖ Connaître les politiques de prévention des chutes du national au local
- ❖ S'intégrer dans l'approche écologique 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 DE LA FORMATION

- ❖ 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 motivations et l'environnement socio-économique
- ❖ 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.

<p>MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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). 	<p>OUTILS DE FORMATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diaporamas contenus théoriques Equilibre • Mallette pédagogique Equilibre - 40 fiches pratiques • Tests d'équilibre (11 tests référence) • Fiches séquences d'animation Equilibre • Kit simulateur de vieillissement • Livret d'accompagnement de la Web série (inter-régimes) et tous les documents liés au Bien Vieillir (www.pourbienvieillir.fr et www.mangerbouger.fr) • Les supports de communication internes et externes du Bien Vieillir Équilibre (vidéos, flyers, ...) • Applications d'évaluation et de suivi diverses (ex : Outil Web Report inter-régimes), questionnaires et tests.
<p>DURÉE ET DÉROULEMENT DE LA FORMATION</p> <p>= 42 heures</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formation en centre : 21h00 • Mise en Situation Professionnelle en structure : Animation de 10 séances auprès d'un public senior : 14h00 • Retour et Certification en centre : 7h00 <p>+ <u>Classes virtuelles de suivi post formation : 2 X 1h00 - Créneaux définis durant la formation (non facturées)</u></p>	<p>DATES & LIEUX DE FORMATION *</p> <ul style="list-style-type: none"> • Module 1 en centre : les 14 et 15/01/23 • Module 2 en centre : le 21/05/23 • Module 3 en centre : le 18/06/23 • Lieu : Blois (41) <p>* Programmation susceptible d'évoluer en fonction des disponibilités du lieu d'accueil de la formation</p>
<p>ENCADREMENT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Responsables de formation : Samantha Lubineau, Tuteur-programme • Equipe pédagogique : Florent Tatinclaux, Tuteurs-cours 	<p>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</p> <ul style="list-style-type: none"> • 21 décembre 2022
<p>MODALITÉS DE VALIDATION ET DE CERTIFICATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Validation : Feuilles de présence, Fiche d'émargement, Formulaire d'évaluation de la formation, Evaluation formative (Quiz / Questionnaires, Mises en situation pratique, Animation de séquences) • Certification : <ul style="list-style-type: none"> → <u>Pour y accéder</u> : Avoir suivi intégralement la formation + avoir animé un minimum de 10 séances auprès d'un public senior ou dans le cadre d'un atelier Equilibre. → <u>Epreuves d'évaluation</u> : <ul style="list-style-type: none"> - Présentation d'une étude de cas / analyse de situations professionnelles - Epreuve de connaissance sous forme d'un QCM 	<p>DIPLÔME REMIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Certificat fédéral "Bien Vieillir - Equilibre"
<p>POUR ALLER PLUS LOIN</p> <p>Nous vous conseillons les formations :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Programme Gymmémoire® • Marche Nordique Sport Santé® • Marche Active Sport Santé® 	<p>POINTS FORTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
<p>RENSEIGNEMENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Renseignement disponibles sur le site régional <p>Ctrl+clique pour suivre le lien : Formations Seniors Sport Santé EPGV CVL (sportsante-epgvcentre.fr)</p>	<p>BÉNÉFICIAIRES MÉTIER</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acquérir une expertise dans l'animation senior dans le domaine de l'équilibre • Animer des séances de prévention des chutes au sein des clubs • Optimiser l'animation de séances Bien Vieillir Equilibre au regard du niveau d'autonomie fonctionnelle des pratiquants • Savoir animer des ateliers Bien Vieillir Equilibre en lien avec nos partenaires de prévention santé
<p>FRAIS DE FORMATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frais d'inscription : Néant • Frais pédagogiques : <ul style="list-style-type: none"> → 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 • Un devis est établi par l'Organisme de formation en fonction des besoins exprimés et seulement lorsque la formation est dispensée au sein d'un Centre Régional Jeunesse et Sport (CRJS) 	

CONTACTEZ VOTRE COMITÉ DÉPARTEMENTAL

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