

# Pathologies du public vieillissant

24 mai 2023

Distanciel

La formation « Les pathologies liées au vieillissement » proposée par le Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire des Hauts-de-France tendra à aborder ce qu'est le vieillissement pathologique (mis en rapport au vieillissement physiologique), ses conséquences, et l'animation sportive qu'il nécessite.

Nouvelle formation



## PUBLIC

- Titulaire du diplôme « Animateur 1<sup>er</sup> degré Adultes 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, etc.).



## PRÉREQUIS

- Être titulaire du PSC1 ou SST à jour
- Être titulaire de la formation « Culture Fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Expérience d'animation de cours seniors



## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître l'environnement fédéral et les pratiques adaptées aux seniors
- Savoir différencier les différents types de vieillissements
- Savoir adapter ses animations au public bénéficiaire, dans toute la diversité des pathologies, facteurs de risques et autres problématiques de santé liées à l'âge



## CONTENUS DE LA FORMATION

- De quoi parle-t-on ? Rappels sur le vieillissement physiologique et le vieillissement pathologique.
- Les pathologies liées au vieillissement des différents systèmes (ostéo, neuro, cardio...) : descriptif de la maladie, des limitations fonctionnelles dans la vie de tous les jours, et dans l'activité physique, les bienfaits de l'activité physique, les précautions particulières à prendre



## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Travail individuel et par groupe à l'aide des outils de formation fournis
- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Mise en situation de vieillissement (problèmes de vue, d'audition, empêchements articulaires...)
- Animations pédagogiques auprès d'un public réel.



## OUTILS DE FORMATION

- Diaporamas contenus théoriques
- Mallette pédagogique Bien Vieillir - 120 fiches pratiques
- Tests de condition physique « Pass'Sport Santé Senior » (guide pédagogique)



## DIRECTEUR DE FORMATION, FORMATEURS ET/OU INTERVENANTS

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités « Seniors »
- Intervenant expert.



## MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
  - Fiche d'émargement
  - Formulaire d'évaluation de la formation
- MODALITE DE CERTIFICATION
- POUR Y ACCEDER :
  - Avoir suivi intégralement la formation
  - Formation non certifiante



## POINTS FORTS

- L'enrichissement des savoirs pour adapter la séance EPGV pour un public en reprise d'activité
- Des apports d'outils pour la construction de votre séance
- Des échanges de pratiques avec des formateurs experts et des professionnels de santé pour la construction de votre projet d'animation
- La valorisation de vos savoir-faire au travers des mises en situation sur public réel.



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

- > Coût pédagogique : 273 €
- > 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  
Mail : hautsdefrance@comite-epgv.fr



**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.



## DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION : 7 h

- Formation en centre : **7h**



## POUR ALLER PLUS LOIN

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre les formations :

- **Programme Gymmémoire®**
- **Bien Vieillir - Équilibre**
- **Marche Nordique Sport Santé®**
- **Marche Active Sport Santé®**
- **Maintien de l'autonomie, les fondamentaux**



## BÉNÉFICES MÉTIER

- Les compétences indispensables dans l'animation du public Senior
- Le lien avec nos partenaires de prévention santé
- L'optimisation d'animation de séances pour un public avançant en âge
- L'assurance de l'aspect sécuritaire de la prise en charge d'un public senior.