



FILIÈRE COMPLÉMENTAIRE

FORMATION

BIEN VIEILLIR

Volume Horaire :

28 heures de formation (4 jours)

- 21h en centre de formation
- 7h retour d'alternance et évaluation

Calendrier :

En centre de formation :

du 03 au 05/12/2025

Retour d'alternance et évaluation : le 06/02/2026

Lieu de formation :

Athlética, 64 Rue des Bouquinvilles, 95600 **Eaubonne**

Effectifs max :

20 stagiaires

Modalités et délai d'accès :

19 novembre 2025

➤ **Descriptif de la formation :**

La formation Bien Vieillir vous permettra de renforcer vos connaissances sur les besoins du public senior et ouvre des approches pédagogiques adaptées. Les outils mis à votre disposition vous permettront d'enrichir vos compétences dans l'encadrement de ce public.

➤ **Public :**

- Tout animateur qui travaille ou souhaite exercer auprès du public senior.
- Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-nous le savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

➤ **Pré-requis :**

- Être titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV ou plus, dans le champ sportif (BPJEPS, STAPS, CQP ALS option AGEE, JSJO ou CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs) ou être titulaire d'un diplôme «Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle».
- Être licencié à la FFEPGV.
- Être à jour de sa carte professionnelle d'éducateur sportif (fournir une impression datée du site EAPS).

➤ **Test de positionnement :**

Quizz de connaissances envoyé en amont de la formation

➤ **Objectifs :**

- **Savoir** adapter la pratique d'activités physiques en tenant compte des capacités du public.
- **Concevoir** des actions d'animation en lien avec ce public.
- **Connaitre** l'environnement du public senior.
- **Conduire** des séances GV Bien Vieillir.
- **S'approprier** l'outil de recueil et d'analyses en ligne I-Programmes EPGV.

➤ **Contenus pédagogiques :**

- La séance EPGV adaptée au public.
- Les mallettes contenant des situations pédagogiques.
- L'éducation à la santé et à la qualité de vie.
- L'approche multidimensionnelle du Bien Vieillir : aménagement de l'habitat, le sommeil, les médicaments, l'alimentation, la mémoire...
- I-Programmes EPGV : recueillir les données de terrain et faciliter l'accompagnement individuel de chaque participant.



Restauration et hébergement* :

Externe	OUI
Demi-pension (Déjeuner midi)	OUI
Hébergement	OUI

*À la charge du stagiaire

➤ Moyens techniques et pédagogiques :

- Supports pédagogiques.
- Pratiques physiques associées aux techniques.
- Échanges et travail collaboratif.

➤ Équipe d'encadrement :

- Directeur de Formation FFEPGV : **Séverine BEUVE**.
- Intervenants expert métiers.

➤ Modalités de validation :

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
 - Quiz / questionnaires.
 - Situations interactives (auto-évaluation).
 - Mises en situation pédagogiques (préparation et animation de séances et de séquences).



Taux de réussite et de satisfaction* :

100%	4,74/5
------	--------

*Statistiques réalisées entre 2020 et 2024

➤ Modalités de certification :

- **Pour accéder à la certification :**
 - Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation.

▪ Modalités de certification :

- Avoir animé un programme ou un minimum de 10 séances auprès de ce public.
- Réaliser un compte rendu d'activité.

- **Diplôme remis :** Certificat fédéral

➤ Pour aller plus loin :

Nous vous conseillons de suivre la formation Bien Vieillir Équilibre

➤ Déroulé de la formation :

- Athlética, 64 Rue des Bouquinvilles, 95600 **Eaubonne**



➤ Frais de la formation :

Tarif financeur

Frais de dossier : 20 €
Frais de la formation (28h) : 1 120€

Renseignez-vous auprès de votre OPCO
pour une prise en charge totale.

Tarif auto-financement

**Demandez votre devis auprès
du service formation**

Renseignements et inscription

09 52 48 56 26 - formation@coregepgv-sport.fr

NB : Seuls les dossiers complets (format PDF) seront pris en compte.