

# GESTES ET TECHNIQUES POUR LES AIDANTS



## DUREE de la formation

14 heures  
(jour 1 + accompagnement + jour 2)



## DATES

A définir



## LIEU

A définir



## DATE LIMITE d'inscription

1 mois avant la formation



## NOMBRE de participants

15 stagiaires



## COUT de la formation

> Frais d'inscription : 40 €  
> Frais pédagogiques :  
- Tarif OPCA : 574€  
- Tarif autofinancement : 294 €



## CONTACT

**Marie-Christine BENAVENT**  
**04.67.82.16.76**

[formationmontpellier@epgvoccitanie.fr](mailto:formationmontpellier@epgvoccitanie.fr)

### Centre organisateur :

Comité Régional EPGV Occitanie  
Antenne de Montpellier

### Numéro de SIRET :

**407 664 176 000 44**

### Numéro de déclaration d'activité :

**91 34 05325 34**

## ➔ DESCRIPTIF DE LA FORMATION

Il y a aujourd'hui 8.3 millions d'aidants en France (rapport d'activité CNSA 2011) et 30% de ceux-ci décèdent avant la personne qu'ils aident. Il est donc temps d'agir. La formation Gestes et techniques pour les aidants® permet de renforcer les compétences techniques et pédagogiques de l'animateur EPGV pour encadrer ce public. Elle permet de répondre à une demande des instances de santé ainsi que des aidants eux-mêmes dans un but de prévention.

## ➔ POUR QUI ?

- Etre titulaire du diplôme animateur 1er degré adulte ou senior
- Titulaire du CQP ALS AGEE
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP-STAPS...)

## ➔ PRE-REQUIS

- Etre licencié à la FFEPGV
- Avoir plus de 18 ans
- Etre titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques niveau 1)
- Etre titulaire de la formation « journée d'intégration »

## ➔ OBJECTIFS

- S'approprier les connaissances liées aux aidants, à leurs caractéristiques et leur environnement
- S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité traitée
- Renforcer les compétences techniques de l'animateur lié aux activités de transfert d'une personne dans l'environnement quotidien
- Améliorer la qualité de vie des aidants en leur proposant du renforcement musculaire favorisant la mise en pratique des techniques de manipulation de personnes.
- S'approprier l'outil de formation (guide des séances du programme « Gestes et techniques pour les aidants »)

**Comité Régional Education Physique et Gymnastique Volontaire Occitanie**

**Siège social** : 7, rue André Citroën 31130 Balma ☎ 05-34-25-77-90 ✉ [siegecoreg@epgvoccitanie.fr](mailto:siegecoreg@epgvoccitanie.fr)

**Antenne** : Maison Régionale des Sports - 1039 rue Georges Méliès - 34967 Montpellier cedex 2

☎ 04.67.82.16.76 ✉ [antennecoreg@epgvoccitanie.fr](mailto:antennecoreg@epgvoccitanie.fr)

## ➔ CONTENUS PEDAGOGIQUES

- Informations et approfondissement des connaissances du public aidant
- Objectifs pédagogiques, attitudes et démarche d'intervention
- Les techniques d'animation comme levier de motivation
- Acquisition de techniques spécifiques de transferts de personnes dans les activités quotidiennes (gestes et postures)
- Appropriation du contenu du programme de 10 séances
- Sécurité et matériel pédagogique
- Méthodologie de mise en place du programme

## ➔ POINTS FORTS

- Une formation pour développer ses compétences et promouvoir la qualité de ses interventions auprès des partenaires réseaux de santé. (Ville Vivez-Bougez, contrats locaux de santé, CCAS, services des sports, EHPAD...)
- Mettre en place un programme novateur, sollicité par les EHPAD et les réseaux de santé
- Un livret de formation avec contenu détaillé des séances comme outil de travail.
- Des bases de gestes et postures pouvant servir à tous au quotidien comme dans les activités physiques

## ➔ BENEFICE METIER

- Acquisition d'une expertise auprès du public aidant adulte
- Intégration dans les réseaux de santé
- S'inscrire dans une démarche visant à répondre à une demande du public et des instances de santé
- Recrutement et fidélisation de nouveaux pratiquants adultes et/ou seniors

## ➔ ENCADREMENT

- Formatrice experte en gestes et techniques et prévention des TMS
- MASTER 2 PESAP (Prévention et Education à la Santé par les Activités Physiques)

## ➔ VALIDATION DE LA FORMATION

- Participation intégrale à la formation
- Attestation remise : attestation de présence et attestation de fin de formation



### DEROULE & DATES DE LA FORMATION

#### ➔ Formation – 14h en centre

- **Jour 1** : 7h de formation en centre
- **Suivi** avec soutien de la formatrice pour la mise en place d'actions dans vos structures
- **Jour 2** : 7 h de formation en centre (3 à 6 mois plus tard)