



# MAINTENIR L'AUTONOMIE PAR LA MUSIQUE

FILIÈRE **SENIOR**



Formation en présentiel  
et en E-Learning



**Volume Horaire**  
**10 heures de formation :**

- Classe virtuelle de lancement : 1h30
- Formation en centre : 7h
- Certification : 1h30



**Calendrier**

**Classe virtuelle de lancement**  
6 février 2025

**Formation en centre**  
6 mars 2025

**Certification**  
24 mai 2025



**Lieu de formation**  
**Dijon**



**Tarif**

**Prise en charge par une action collective.**



**Effectifs max**  
**15 stagiaires**



**Date limite d'inscription**  
**31 janvier 2025**

## › DESCRIPTIF DE LA FORMATION

La formation « Maintenir l'autonomie par la musique » vise à fournir aux animateurs travaillant avec des résidents d'EHPAD des outils et des techniques pour réactiver les fonctions motrices à travers la danse, stimuler la mémoire des participants, maintenir leur autonomie et rappeler des émotions positives.

Elle permet également de renforcer les compétences des animateurs dans la construction de séquences pédagogiques EPGV auprès du public senior.

## › PUBLIC

- Intervenant en établissement dédié au public senior
- Titulaire du diplôme "Animateur 1<sup>er</sup> degré Adultes ou Seniors 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

## › PRÉ-REQUIS

- Être titulaire du **PSC1** (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).
- Être à jour de sa **carte professionnelle d'Éducateur Sportif** (fournir une impression datée du site EAPS).
- Être titulaire de la certification **Bien Vieillir** et/ou intervenir dans des **établissements dédiés** au public senior.

## › OBJECTIFS

- **Connaître** les spécificités et les besoins des résidents.
- **S'approprier** les connaissances théoriques sur le lien entre la musique et le bien-être physique et mental des seniors.
- **Concevoir et animer** des séances musicales adaptées aux capacités et aux intérêts des résidents d'EHPAD, en mettant l'accent sur la mobilisation des fonctions motrices.
- **Créer** un environnement propice à l'expression d'émotions positives et à l'interaction sociale grâce à la musique.
- **Intégrer** dans les séances des éléments de stimulation de la mémoire à travers la musique.



## Formation en présentiel et en E-Learning



### Volume Horaire

#### 10 heures de formation :

- Classe virtuelle de lancement : 1h30
- Formation en centre : 7h
- Certification : 1h30



### Calendrier

**Classe virtuelle de lancement**  
6 février 2025

**Formation en centre**  
6 mars 2025

**Certification**  
24 mai 2025



**Lieu de formation**  
Dijon



### Tarif

**Prise en charge par une action collective.**



**Effectifs max**  
15 stagiaires



**Date limite d'inscription**  
31 janvier 2025

**Réalisez votre  
inscription  
en ligne**



**Scanne moi**

## ➤ CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- **Introduction à la musique** et à ses bienfaits pour les seniors : cognition et santé mentale.
- Compréhension des **besoins et des spécificités** du public senior : Étude des changements physiologiques et cognitifs liés au vieillissement.
- Rappel des **règles de base de l'animation** en milieu senior, en mettant l'accent sur l'empathie, la patience et la communication non verbale.
- Construction de **séances musique/mouvement** : Présentation de méthodes pour concevoir des séances musicales adaptées aux besoins et aux capacités des résidents.
- **Tests d'équilibre et de mémoire**
- **Pratique et mise en situation** : Mise en pratique des concepts abordés à travers des exercices d'animation en groupe.
- Faire face aux défis rencontrés lors de l'animation en EHPAD et **favoriser la participation** des résidents.
- **Ressources et outils supplémentaires** : 5 séances clés en main et playlists musicales.

## ➤ MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Diaporamas contenus théoriques
- Playlists musicales
- Animation auprès d'un public senior
- Fiches de séances

## ➤ ÉQUIPE D'ENCADREMENT

Directrice de formation : **Josette Tissier**

## ➤ MODALITÉS DE CERTIFICATION ET DE VALIDATION

### Pour y accéder

- Avoir suivi intégralement la formation

### Épreuve d'évaluation

- Étude de cas

## ➤ POINTS FORTS

- Mise en situation d'animation sur un public réel
- 5 séances clés en main
- Accompagnement formatif avec apport de méthodes et d'outils
- Échanges et analyses d'expériences

## ➤ POUR ALLER PLUS LOIN

À la suite de cette formation, nous vous conseillons de suivre la formation **Gymmémoire**.

## ➤ ACCESSIBILITÉ

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

Contactez le référent handicap, Raphaël PEAUROUX, au 06 89 01 22 05 ou : raphael.peauroux@comite-epgv.fr



**Lieu de formation**

Dijon



**Effectifs max**

15 stagiaires



**Date limite d'inscription**

31 janvier 2025

**Réalisez votre  
inscription  
en ligne**



**Scanne moi**

## ➤ DÉROULÉ DE LA FORMATION

**Classe virtuelle  
de lancement (1H30)**

6 février 2025

**Formation en centre  
(7H)**

6 mars 2025

**Certification  
(1H30)**

24 mai 2025

## ➤ FRAIS DE FORMATION

**Tarif**

**Prise en charge complète par l'action collective  
(frais annexes selon barème AFDAS)**

Cette action est financée par les fonds conventionnels de la branche sport.

**Renseignements et Inscriptions**  
03 80 43 88 62 ou 06 75 18 00 64  
bfc@comite-epgv.fr