

# PROGRAMME

## Diabète & Surpoids



Cette formation est destinée aux animateurs souhaitant mettre en place un programme Diabète et Surpoids auprès de publics atteints de diabète ou en situation de surcharge pondérale afin de les accompagner vers un mieux-être.

L'Activité Physique est reconnue comme une thérapie non médicamenteuse. Le programme EPGV Diabète et Surpoids a pour objectif d'offrir aux personnes souffrant d'une ou de ces deux pathologies chroniques, une opportunité d'intégrer dans leur vie une pratique régulière d'activités physiques et sportives adaptées.

Cette formation, inscrite à l'arrêté du 8 novembre 2018, répond aux compétences attendues dans l'annexe I du décret du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée (Sport sur Ordonnance).

Un positionnement sera effectué via un questionnaire et un entretien téléphonique en amont de la formation afin d'identifier les besoins et les attentes des stagiaires. Les interventions seront ainsi ajustées afin de répondre aux besoins des apprenants



### PUBLIC

- 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 (BP, STAPS, etc.).



### PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques niveau 1)
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Être titulaire de la certification « Module Commun APA »
- Avoir un projet positionné et travailler en amont (réseaux, partenaires, modalités de financement, sites de pratique...)
- Justifier de 5 ans d'expériences dans l'animation sportive ou de 2 ans d'expériences en Activités Physiques Adaptées (senior, obésité, diabète, Acti' March<sup>®</sup>, handicap...)
- Présenter le projet de la structure, les partenaires associés à la mise en œuvre du programme Diabète et Obésité ainsi que le rôle de l'animateur inscrit dans la formation (motivation, disponibilité...).



### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- S'approprier le contexte de mise en œuvre du programme
- Approfondir ses connaissances sur la prise en charge de personnes diabétiques et/ou en situation de surpoids dans un cycle d'activités physiques
- Concevoir et animer des séances adaptées aux spécificités du public accueilli
- Acquérir des savoir-être favorisant la pratique régulière des personnes diabétiques et/ou en situation de surpoids
- S'approprier l'outil de recueil et d'analyse en ligne I-Programmes EPGV.



### CONTENUS DE LA FORMATION

- Présentation des caractéristiques du programme EPGV (objectif, philosophie, organisation et suivi, réseaux et partenaires)
- La connaissance du public : approche psychologique, médicale et physique
- Les contenus pédagogiques et didactiques du programme
- L'approfondissement des techniques à mobiliser dans l'animation des séances d'activités physiques pour des personnes diabétiques et/ou en situation de surpoids
- I-Programmes EPGV : recueillir les données de terrain (questionnaires, tests...) et faciliter l'accompagnement individuel de chaque participant.



## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Des apports théoriques
- Des temps de pratiques adaptées
- Des temps de travail en groupe sur l'analyse et la construction de cycles de séances adaptés.



## OUTILS DE FORMATION

- Diaporama de présentation
- Documents théoriques
- Outils de communication
- Immersion dans la pratique adaptée.



## DIRECTEUR DE FORMATION, FORMATEURS ET/OU INTERVENANTS

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités « Diabète et Surpoids »
- Intervenants experts dans les maladies chroniques.



## MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
  - › Quiz / Questionnaires
  - › Situations interactives (auto-évaluation)
  - › Étude de cas / Proposition de séance adaptée.



## MODALITÉS DE CERTIFICATION

- **Pour y accéder :**
  - › Avoir animé un minimum de 10 séances dans le cadre d'un Programme Diabète & Surpoids.
- **Épreuves d'évaluation :**
  - › Réalisation d'un compte rendu faisant apparaître le contenu du programme mis en place avec sa progression
  - › Présentation d'une étude de cas (présentation détaillée du suivi de deux pratiquants)
  - › Participer à une soutenance.



## DIPLÔME REMIS

- Certificat fédéral « Programme EPGV Diabète et Surpoids ».



## BÉNÉFICES MÉTIER

- Une formation personnalisée en lien avec votre projet professionnel
- Un accompagnement tout au long de la formation
- Un module de formation comprenant des ateliers alternatifs (théoriques et pratiques)
- Animer des séances de Gymnastique Volontaire Santé au sein d'associations FFEPGV.



## POINTS FORTS

- Une certification reconnue à l'arrêté du 8 novembre 2018 dans le cadre du sport par prescription médicale
- La formation permettra aux animateurs de proposer un programme d'activités physiques et sportives adapté aux besoins des personnes diabétiques et/ou en situation de surpoids
- Une formation personnalisée en lien avec votre projet professionnel
- Un accompagnement tout au long de la formation
- Un module de formation comprenant des ateliers alternatifs (théoriques et pratiques)
- Le travail avec les partenaires et les réseaux
- L'animation des séances de Gymnastique Volontaire et le Programme Diabète & Surpoids.



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

- › Renseignements disponibles sur le site fédéral [ffepgv.fr](http://ffepgv.fr), rubrique Formation



**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 : 28 h

- Formation en centre : **21 h** - 25 au 27 02 2026 JF CHOLET 49
- Mise en Situation Professionnelle en structure : **Animation d'un programme** (minimum 6 séances)
- Retour et Certification en centre : **7 h** - 03 07 2026 JF CHOLET 49



## POUR ALLER PLUS LOIN

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre les formations « extérieur » de la FFEPGV :

- **Marche Nordique Sport Santé®**
- **Marche Active Sport Santé®**
- **Cross Training Sport Santé®**

- Frais d'inscription : 0€
- Frais pédagogiques et frais annexes :

Demande en cours d'une prise en charge dans le cadre d'une Action collective AFDAS (financée par les fonds conventionnels de la branche du sport)

### Si refus :

- Tarif : 896 €

Ces actions sont financées par les fonds conventionnels de la branche du sport

- FRAIS ANNEXES : les frais annexes (repas et déplacement) sont la charge du stagiaire