

MOUVEMENT OLYMPIQUE ET SPORTIF GRAND EST

OFFRE DE FORMATION



La certification qualité a été délivrée
au titre des catégories d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION

2024 CATALOGUE

SOMMAIRE

CONTEXTE

03

INFORMATIONS GÉNÉRALES

04-05

LES FORMATIONS

06-30

Les enjeux de la vie associative

06

Le développement et suivi
de projet

13

La communication comme
levier de développement

18

Autour du sport et de la santé

25

SITES DE FORMATION ABS
SPORTS GRAND EST

31



CONTEXTE



L'organisme de formation ABS Sports Grand Est

Le CROS Grand Est est l'organe déconcentré au niveau de la région administrative du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF).

Il regroupe, informe, accompagne, conseille et défend tous les acteurs associatifs de la planète sport.

Pour ce faire, il est constitué et référencé auprès de la DREETS (Direction Régionale de l'Économie, de l'Emploi, du Travail et des Solidarités) de la Préfecture du Grand Est comme Organisme de Formation, sous l'appellation ABS (Accompagnement des Bénévoles et Salariés) Sports Grand Est.

La gouvernance d'ABS Sports Grand Est, Organisme de Formation territorial, est assurée par les 9 structures du Mouvement Olympique et Sportif (les 8 CDOS et le CROS du Grand Est) de manière à accroître l'accessibilité à l'information, à la formation en répondant le plus efficacement possible à vos besoins en formation et professionnalisation d'élus, bénévoles et salariés.

Quelques chiffres depuis la création d'ABS Sports Grand Est en 2021



9

SITES
de formation



7

PROGRAMMES
proposés



9

DÉPARTEMENTS
concernés



8,6/10

APPRÉCIATION
globale des stagiaires

1001
STAGIAIRES
accueillis



18541

HEURES
au total suivies par
les stagiaires



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Certification qualité



REPUBLICQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée
au titre des catégories d'actions suivantes :

ACTIONS DE FORMATION

L'organisme de formation ABS Sports Grand Est est **certifié Qualiopi**. Cet engagement de qualité **permet la prise en charge de vos projets de formation par les fonds mutualisés de la formation, auprès de votre OPCO** (Opérateur de Compétences) ou **France Travail**.

Financement de votre formation

La montée en compétences est un droit qui ne s'use que si l'on s'en sert. Des aides au financement de votre formation sont possibles. Différents dispositifs sont mobilisables dans le cadre de la formation tout au long de votre vie.

Selon votre statut, vous bénéficiez de droits et d'un accès à certains de ces dispositifs de formation, d'appuis, et de conseils auprès des financeurs (ex : mon compte formation, pôle emploi, Afdas, ...).



L'évaluation – une étape clé de la démarche qualité

L'évaluation fait partie intégrante de notre démarche qualité. Elle nous permet d'identifier les points d'amélioration, les dysfonctionnements et la portée de nos actions formations.

Pour ce faire, toutes les parties prenantes (les apprenants, intervenants, financeurs,...) sont sollicitées afin de recueillir leurs avis.

- **En début de formation** : un recueil des motivations et attentes permet de comprendre pourquoi vous venez vous former. Nous pouvons alors réadapter notre programme pour répondre au mieux à vos attentes.
- **En fin de formation** : *évaluation à chaud* de l'action de formation par les apprenant(e)s.
- **3 mois après l'action de formation** : *évaluation à froid* de la portée de l'action de formation par l'apprenant(e) et son responsable.



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Votre parcours formation



Ils témoignent...



★★★★★
Sabine. M | Formation Powerpoint
Fonctions Avancées
Avril 2022 - Tomblaine (54)

Formation très agréable avec de supers formateurs.

“ Bon choix du contenu et des outils utilisés, disponibilité du formateur qui sait s’adapter aux différentes demandes des stagiaires. Formation dans une bonne ambiance permettant l’échange. ”



★★★★☆
Françoise. E | Formation Sport-Santé (Niveau 2)
Février - Mai 2021 - Strasbourg (67)

Belle interactivité avec les formateurs

« Une présentation claire et concise des différentes pathologies. Des formateurs à l’écoute et proposant une interactivité »



★★★★★
Isabelle. M | Formation Sport-Santé (Niveau 2)
Septembre 2020 - Reims (51)

Bravo !

« Formation qui apporte les compétences nécessaires à la prise en charge de publics ayant des maladies chroniques avec des intervenants intéressants et pédagogues, des mises en situation et des ressources en ligne permettant de répondre à nos questionnements une fois sur le terrain. L’organisation a été au top et a permis d’installer un climat de confiance et de convivialité entre les apprenants eux-mêmes et les formateurs. BRAVO ! »

Retrouvez l’ensemble des avis des stagiaires sur notre site Internet :

<https://sportgrandest.eu/fr/suivi-qualite.html>

LES FORMATIONS

Les enjeux de la vie associative



1er février 2024 p.07
Favoriser l'engagement bénévole



15 février 2024 p.08
Sport et Laïcité



27 février 2024 p.09
28 mars 2024
4 avril 2024

Prévention et lutte contre les violences



10 avril 2024 p.10
Les contrats de travail pour les métiers du sport



15-16 avril 2024 p.11
Devenir acteur du développement durable



19 avril 2024 p.12
Management associatif



FAVORISER L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE



Objectifs pédagogiques :

- >>> Comprendre les freins et les leviers de l'engagement bénévole.
- >>> Identifier les ingrédients clés pour dynamiser la vie de son association et favoriser l'implication des adhérents.
- >>> Être capable de faire un diagnostic de l'engagement dans son association.
- >>> S'approprier une boîte à outils pour agir au quotidien dans son association.



Contenu de la formation :

Cette formation vise à donner des solutions pratiques et méthodologiques aux associations qui cherchent à recruter des bénévoles pour des missions à responsabilités et/ou favoriser l'engagement des adhérents sur des missions ponctuelles. La formation alternera des temps théorique, d'autodiagnostic, de partage et de mise en pratique. Un livret de formation sera transmis aux participants à l'issue de la journée.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Exposés théoriques.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.
- >>> Livret de formation transmis en fin de formation.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Questions orales ou écrites (Quiz).
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

1er février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

8 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit

Tarif non adhérent : 200€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Charlotte Rotureau – EVVI

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



SPORT ET LAÏCITÉ



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- >>> Définir le principe de laïcité et les valeurs de la République pour mieux les comprendre et les expliquer.
- >>> Apporter des réponses concrètes fondées sur le droit et l'histoire des principes de laïcité et des valeurs de la République, dans une logique de dialogue et de démarche pédagogique avec les usagers.
- >>> Adopter une posture adaptée pour appliquer le principe de laïcité et les valeurs de la République.



Contenu de la formation :

La laïcité est au cœur de nombreux débats d'actualités, et sous ce même mot se cachent des représentations diverses. Que vous soyez professionnel ou bénévole, cette journée de sensibilisation va vous permettre de mieux comprendre les principes et les valeurs de la République et de la Laïcité. Grâce aux échanges et apports théoriques, vous pourrez mieux vous approprier ces thématiques, les appliquer et les expliquer afin de contribuer à promouvoir le vivre-ensemble et partager les valeurs de la République au quotidien.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Exposés théoriques.
- >>> Études de cas concrets.
- >>> Quiz et questionnaires.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Questions orales ou écrites (QCM).
- >>> Études de cas / mises en situation.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

Date :

15 février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit

Tarif non adhérent : Gratuit

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Formateurs experts "Valeurs de la République et Laïcité"

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



PRÉVENTION ET LUTTE CONTRE LES VIOLENCES



Objectifs pédagogiques :

- » Identifier et comprendre les différentes formes de violences.
- » Prévenir, identifier et réagir face à une situation de violence.
- » Orienter une personne victime et agir avec les professionnels.



Contenu de la formation :

La multiplication des incivilités et des violences dans le monde sportif ont démontré ces dernières années qu'un engagement renforcé des acteurs du sport était plus que jamais nécessaire pour conserver son caractère festif et éducatif. Cette formation s'inscrit donc dans une logique de prévention des violences (sexuelles, verbales, physiques et psychologiques), et dans l'optique de prévenir et sensibiliser les encadrants et leurs pratiquants de tous âges aux valeurs fondamentales du sport afin de redonner à ce dernier ses lettres de noblesse de respect et de fair-play.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- » Apports théoriques.
- » Mises en situation.
- » Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- » Feuilles de présence.
- » Jeux de rôle et échanges.
- » Quiz ou questions interactives.
- » Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- » Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates / lieux :

27 février 2024 – Strasbourg
28 mars 2024 – Reims
4 avril 2024 – Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit

Tarif non adhérent : Gratuit

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Juriste
Psychologue ou Travailleur social
Agents SDJES

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



LES CONTRATS DE TRAVAIL POUR LES MÉTIERS DU SPORT



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- >>> Déterminer quel contrat de travail est le plus adapté à ma structure et ma situation.
- >>> Identifier les éléments essentiels de la CCNS pour remplir un contrat de travail.



Contenu de la formation :

Il existe plusieurs formes de contrat de travail mobilisables dans le cadre de la Convention Collective du Sport (CCNS) : à durée déterminée, indéterminée, intermittent, spécifique. Cette formation vous permet d'étudier et de mieux maîtriser, en tant qu'employeur ou futur employeur, les différentes contractualisations possibles en fonction des situations et des besoins identifiés.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Apports théoriques.
- >>> Etudes de cas concrets.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Retours nombreux et immédiats dès que nécessaire.
- >>> Mises en situation et présentation de cas concrets.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

10 avril 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 400€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Pauline Marques Pacheco – CROS Grand Est

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

DEVENIR ACTEUR DU DÉVELOPPEMENT DURABLE



Distanciel



Objectifs pédagogiques :

- »» Appréhender les enjeux écologiques, sociaux et sociétaux pour comprendre leurs impacts possibles sur votre organisation.
- »» Identifier les différentes actions qui peuvent être mises en place dans votre structure.
- »» Explorer les ingrédients nécessaires à la mise en place d'une démarche globale, structurée et structurante.
- »» Définir un plan d'actions avec des étapes qui correspondent à la situation de votre organisation.



Contenu de la formation :

Pour une organisation, prendre en compte les enjeux écologiques et sociaux n'est pas toujours facile, simple ou évident. Cette formation propose une méthodologie simple pour mieux s'appropriier ces sujets, interroger la structure et ses pratiques et construire un plan d'action étape par étape correspondant à la situation et au projet de l'organisation.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Documents supports de formation envoyés en amont et projetés.
- »» Exposés théoriques.
- »» Études de cas concrets.
- »» Quiz en salle.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Questions orales ou écrites (Quiz).
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates :

15-16 avril 2024

Lieu :

Visioconférence

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit

Tarif non adhérent : 200€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Charlotte Rotureau – EVVI

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

MANAGEMENT ASSOCIATIF



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- >>> Accompagner la gestion des ressources humaines (salariés et bénévoles).
- >>> Proposer des actions de fidélisation et de nouveaux outils de gestion.
- >>> Veiller à la bonne conduite du projet de la structure associative.



Contenu de la formation :

Le management associatif s'appuie sur des ressources humaines riches et variées constituées de salariés, de bénévoles, de bénévoles dirigeants... Il faut ensuite trouver la bonne méthode pour favoriser la coopération entre ces richesses humaines aux motivations, compétences et disponibilités différentes. Cette formation vous accompagnera dans la mise en place de routines, d'outils favorisant les relations, et permettant de relever ce défi majeur pour pérenniser les associations.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Apports théoriques.
- >>> Exercices pratiques.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Jeux de rôles avec observations.
- >>> Quiz/ questions interactifs.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

19 avril 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 400€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Clément Ferreira De Carvalho - Optim'asso

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

LES FORMATIONS

Le développement et suivi de projet



15-16 février 2024

p.14

Excel (niveau intermédiaire)



23 février 2024

p.15

Élaborer un dossier de demande de financement



25-26 mars 2024

p.16

Mobiliser des fonds européens



2 avril 2024

p.17

Excel : bases de données et tableaux croisés dynamiques



EXCEL (NIVEAU INTERMÉDIAIRE)



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- >>> Construire et mettre en forme des tableaux avec des formules de calcul longues.
- >>> Mener à bien des calculs statistiques.
- >>> Utiliser différents types de filtres.
- >>> Mettre en page, insérer des objets graphiques, imprimer.
- >>> Créer un graphique et analyser des données.



Contenu de la formation :

Cette formation vous permet d'améliorer vos connaissances sur les fonctionnalités de base d'excel. De la mise en forme de tableaux, aux calculs statistiques, en passant par la mise en place de filtres et l'insertion de graphiques, vous maîtriserez en fin de formation les fonctionnalités incontournables d'excel.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Exposés théoriques.
- >>> Mise en pratique.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Questions orales ou écrites (Quiz).
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates :

15-16 février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

14 heures (2 jours)

Coût * :

Tarif adhérent : 300€ TTC

Tarif non adhérent : 492€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Connaissances de l'environnement windows et des fonctions basiques d'excel

Intervenant :

Formateur en bureautique - JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



ÉLABORER UN DOSSIER DE DEMANDE DE FINANCEMENT



Objectifs pédagogiques :

- » Identifier les différentes sources de financements et leurs procédures.
- » Comprendre et s'appropriier la méthodologie de la construction du dossier.
- » Assurer le suivi de la demande avec des outils appropriés.



Contenu de la formation :

L'objectif de cette formation est de donner aux responsables d'associations les bases méthodologiques nécessaires pour construire leurs dossiers de demandes de subventions. Elle vise également à les accompagner dans la construction d'outils personnalisés facilitant le dépôt et le suivi des dossiers.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- » Exposés théoriques.
- » Études de cas concrets.
- » Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.
- » Travaux en groupes.



Évaluation de la formation :

- » Feuilles de présence.
- » Questions orales ou écrites (quiz).
- » Rédaction d'un pré projet.
- » Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- » Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

23 février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 400€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Clément Ferreira De Carvalho - Optim'asso

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

MOBILISER DES FONDS EUROPÉENS



Distanciel



Objectifs pédagogiques :

- >>> Comprendre le système et les acteurs des projets européens.
- >>> Identifier et formaliser un projet pour sa structure.
- >>> Mobiliser un financement.



Contenu de la formation :

Saviez vous que la région Grand Est partageait plus de 700 km de frontières avec 4 pays différents : l'Allemagne, la Suisse, le Luxembourg, et la Belgique ?

C'est une réelle opportunité de déployer des projets transfrontaliers au sein de votre structure !

Cette formation vous guidera sur la définition de votre projet, vous éclairera sur les fonds mobilisables pour le mener à bien, et vous sensibilisera sur l'importance d'évaluer votre projet et son impact afin de le pérenniser.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Apports théoriques.
- >>> Études de cas en sous groupes.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.
- >>> Accompagnement possible à la suite de la formation pour la mise en place de votre projet sportif transfrontalier.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Mini quizz en cours de formation.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- >>> Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates :

25-26 mars 2024

Lieu :

Visioconférence

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit

Tarif non adhérent : Gratuit

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Chef de projet transfrontalier CROS, représentants Interreg, Région, Drajes.

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

EXCEL : BASES DE DONNÉES ET TABLEAUX CROISÉS DYNAMIQUES



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- »» Maîtriser entièrement les bases de données et les tableaux croisés dynamiques.



Contenu de la formation :

Cette formation vous permettra de maîtriser les fonctionnalités avancées d'Excel. Elle aborde la gestion des bases de données et la conception de graphiques et de tableaux croisés dynamiques, et vous permettra de créer des tableaux de bord prévisionnels pour suivre et analyser les données relatives à votre structure (financières, temps de travail, inventaires, ...).



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Alternance continue entre apport de connaissances et manipulation des outils.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Exercices pour valider les acquis.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

2 avril 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 150€ TTC

Tarif non adhérent : 246€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Maîtriser entièrement les bases de données et les tableaux croisés dynamiques

Intervenant :

Formateur en bureautique – JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



LES FORMATIONS

La communication comme levier de développement



7 février 2024

p.19

Les fondamentaux RGPD



Présentiel

29 février 2024

p.20

Sensibilisation à la cybersécurité



Présentiel

6-7-8 mars 2024

p.21

Mise en place et gestion d'un site internet (Wordpress)



Présentiel

14 mars 2024

p.22

Maîtriser la prise de parole en public



Présentiel

21 mars 2024

p.23

Réussir sa communication sur les réseaux sociaux



Distanciel

17 juin 2024

p.24

Mailing et newsletter : techniques et outils



Présentiel



Présentiel



Distanciel



Hybride

LES FONDAMENTAUX RGPD



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- » Distinguer ce qui relève du champ d'application de la protection des données personnelles.
- » Connaître les obligations posées par le RGPD et savoir quelles actions mener pour anticiper son entrée en vigueur.
- » Avoir conscience des risques engendrés par le non-respect du RGPD.
- » Être en mesure d'appliquer le RGPD au sein de sa structure.
- » Savoir encadrer un transfert de données hors UE.



Contenu de la formation :

La RGPD (Règlementation Européenne relative à la protection des données personnelles) est applicable depuis mai 2018 et concerne toutes les organisations qui traitent de données personnelles. Si les activités de votre association impliquent la collecte et le traitement de données à caractère personnel de vos interlocuteurs, vous êtes concernés. Avec cette formation, vous pourrez mieux cerner vos obligations en matière de collecte de données, et construire un plan adapté pour vous mettre en conformité.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- » Alternance continue entre apport de connaissances et cas pratiques.
- » Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- » Feuilles de présence.
- » Exercices pratiques.
- » Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- » Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

7 février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 350€ TTC

Tarif non adhérent : 840€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Formateur spécialisé en droit du numérique – JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

SENSIBILISATION À LA CYBERSÉCURITÉ



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- »» Comprendre les principes de base de la cybersécurité.
- »» Créer et Gérer des Mots de Passe Forts.
- »» Reconnaître les Techniques de phishing.
- »» Sécuriser les Appareils et les Réseaux.
- »» Sensibiliser aux Malwares.
- »» Comprendre la Cybersécurité au Travail.



Contenu de la formation :

La formation à la cybersécurité est indispensable pour lutter contre les cybermenaces! Grâce à cette sensibilisation, vous apprendrez à reconnaître les attaques de phishing, les logiciels malveillants... Vous adopterez ainsi les bonnes pratiques pour protéger vos informations confidentielles.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Alternance continue entre apport de connaissances et cas pratiques.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Exercices pratiques.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

29 février 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

3.50 heures (0.50 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 150€ TTC

Tarif non adhérent : 420€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Consultant spécialiste de la cybersécurité – JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



MISE EN PLACE ET GESTION D'UN SITE INTERNET (WORDPRESS)



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- » Maîtriser l'interface de WordPress en vue de la paramétrer et de gérer les différents utilisateurs et leurs statuts.
- » Installer, configurer et intégrer une extension dans une publication en vue de personnaliser son site.
- » Gérer ses articles et leurs publications en vue d'illustrer et d'optimiser leur contenu.
- » Gérer l'apparence d'un site internet par la personnalisation d'un thème.



Contenu de la formation :

Grâce à la formation de création de site web sur WordPress, vous serez capable de concevoir un site simple et fonctionnel. Vous saurez alors mettre en page votre site, publier et mettre en forme des articles, et ainsi gérer de A à Z votre site.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- » Alternance continue entre apport de connaissances, exercices pratiques et manipulation de l'outil Wordpress.
- » Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- » Feuilles de présence.
- » Questions orales ou écrites (Quiz).
- » Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- » Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates :

6-7-8 mars 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

21 heures (3 jours)

Coût * :

Tarif adhérent : 700€ TTC

Tarif non adhérent : 1500€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Savoir se servir d'un ordinateur

Intervenant :

Formateur en bureautique - JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

MAÎTRISER LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- » Utiliser les techniques d'expression orale pour être écouté et compris.
- » Parler pour convaincre.
- » Maîtriser son trac pour s'exprimer clairement et avec aisance.



Contenu de la formation :

Quel que soit votre métier, s'exprimer clairement à l'oral est nécessaire. Cette formation vous permettra de perfectionner vos prises de parole en toutes circonstances en face à face ou à distance. Vous pourrez aisément exprimer votre point de vue et prendre en compte celui des autres, valoriser votre activité et votre structure, promouvoir un projet, mais aussi faire part de vos contraintes...



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- » Apports théoriques.
- » Exercices pratiques de prise de parole.
- » Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- » Feuilles de présence.
- » Exercices pratiques, simulations pour valider les acquis.
- » Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- » Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

14 mars 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 546€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenant :

Formateur en management et communication - JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



RÉUSSIR SA COMMUNICATION SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



Distanciel



Objectifs pédagogiques :

- »» Comprendre les caractéristiques et les spécificités des différents réseaux sociaux pour choisir celui qui correspond le mieux aux objectifs de communication.
- »» Acquérir des compétences pour adapter le contenu et le format de communication en fonction des particularités de chaque réseau social.
- »» Comprendre l'importance de l'engagement et de l'interaction avec les utilisateurs sur les réseaux sociaux, et développer des stratégies appropriées.



Contenu de la formation :

Les réseaux sociaux occupent une place croissante dans nos vies. Cette formation va vous permettre de mieux les identifier, mais aussi d'analyser vos besoins afin d'élaborer un plan de communication adapté, et construire vos outils pour faciliter vos publications.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Apports théoriques.
- »» Travaux en sous-groupes sur des cas pratiques.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Mise en place de cas pratiques et observations.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

21 mars 2024

Lieu :

Visioconférence

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 280€ TTC

Tarif non adhérent : 580€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Connaissance de l'environnement numérique.
Disposer d'un compte Facebook et Instagram

Intervenant :

Antoine FINEL – Fast Sport

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



MAILING ET NEWSLETTER : TECHNIQUES ET OUTILS



Objectifs pédagogiques :

- »» Savoir construire et animer sa campagne emailing de prospection et/ou d'informations.



Contenu de la formation :

Cette formation vous permettra d'optimiser vos campagnes de communication. Etape par étape, vous apprendrez à concevoir, puis créer, et ensuite piloter, analyser et adapter vos emails et newsletters dans une logique de communication adaptée aux ambitions de votre structure.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Apports théoriques.
- »» Exercices pratiques.
- »» Études de cas.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Exercices pratiques.
- »» Quiz pour valider les acquis.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Date :

17 juin 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

7 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 540€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles d'association

Prérequis :

Savoir utiliser un ordinateur et un navigateur web

Intervenant :

Formateur en communication et management – JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



LES FORMATIONS

Autour du sport et de la santé



5-6 février, 6-7 Mai 2024 p.26

Initiation à la sophrologie



Présentiel

Nous consulter p.27

Sensibilisation à l'entretien motivationnel



Hybride

Nous consulter p.28

Éducateur Sportif : activité physique sur prescription médicale



Hybride

Nous consulter p.29

Sport Santé : module fondamental



Hybride

Nous consulter p.30

Activités physiques et sportives & périnatalité



Présentiel



Présentiel



Distanciel



Hybride

INITIATION À LA SOPHROLOGIE



Présentiel



Objectifs pédagogiques :

- »» Développer ses connaissances et compétences autour de la sophro-pédagogie sportive.
- »» Maîtriser les techniques issues de la sophrologie spécifiques aux sportifs et à la performance.
- »» Accompagner les sportifs et les encadrants.



Contenus de la formation :

Vous entendez de plus en plus parler de sophrologie, mais de quoi parle-t-on exactement ? Basée sur la respiration et des mouvements spécifiques, associée à une écoute active, la sophrologie permet de s'alléger de troubles liés au stress, de douleurs physiques et psychologiques. Cette formation vous permet de vous approprier les bases de cette méthode, et de compléter votre activité avec une approche orientée sur le bien-être et le positif. Elle vous donne les clés de la relaxation et du lâcher prise pour retrouver un état positif global.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Alternance continue entre apport de connaissances et ateliers pratiques.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques en ligne.



Évaluation de la formation :

- »» Feuilles de présence.
- »» Exercices pour valider les acquis.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation et analyse de l'impact sur l'activité.
- »» Évaluation de l'atteinte des attentes du stagiaire et des objectifs de la formation.

Dates :

5 - 6 février 2024
6 - 7 mai 2024

Lieu :

Maison Régionale des Sports de Tomblaine

Durée :

14 heures (2 jours)

Coût * :

Tarif adhérent : 350€ TTC

Tarif non adhérent : 588€ TTC

Public :

Salariés et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenants :

Sophrologue et formateur en sophrologie - JCD Formation

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

SENSIBILISATION À L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL



Hybride



Objectifs pédagogiques :

- »» Identifier l'esprit et les valeurs promues dans le cadre de l'entretien motivationnel.
- »» Expérimenter les outils et techniques de base de l'entretien motivationnel dans sa pratique.
- »» Reconnaître chez la personne les propos favorables ou non au changement.



Contenu de la formation :

L'entretien motivationnel est un style de conversation collaboratif pour renforcer la motivation propre d'une personne et son engagement vers le changement. Cette formation a pour objectif de permettre aux apprenants d'amener la personne prise en charge à effectuer des changements durables dans son mode de vie.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Modules E-learning.
- »» Alternance d'ateliers dirigés visant les échanges de pratiques et de cours magistraux. Travaux dirigés, en sous-groupes et collaboratifs.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques dans l'espace extranet du stagiaire.



Évaluation de la formation :

- »» Questionnaires d'auto-évaluation pré et post formation.
- »» QCM post-apprentissage e-learning.
- »» Mises en situation.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation.
- »» Analyse de l'impact professionnalisant de la formation.

*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

Date(s) / Lieu(x) :

Nous consulter :
03 83 18 88 05
formations.grandest@
franceolympique.com

Durée :

9 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : Gratuit
Tarif non adhérent : Gratuit

Public :

Salariés, et bénévoles
d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenants :

Enseignant en Activité Physique
Adaptée formé à l'ETP

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



ÉDUCATEUR SPORTIF: ACTIVITÉ PHYSIQUE SUR PRESCRIPTION MÉDICALE



Hybride



Objectifs pédagogiques :

- »» Connaître les principales caractéristiques des maladies chroniques et ALD (liste ALD 30 et hors liste) et les indications de prise en charge en lien avec les recommandations des instances de santé françaises et mondiales.
- »» Contribuer de manière durable à l'amélioration de la santé des pratiquants.
- »» Participer à la création ou au développement de projets sport-santé.



Contenu de la formation :

L'objectif de cette formation est de permettre aux acteurs du sport d'acquérir des connaissances liées à la santé, plus spécifiquement à la prise en charge de publics atteints d'affections de longue durée. Les différents modules doivent permettre aux apprenants, par l'acquisition de connaissances et compétences, de pouvoir développer une offre sport-santé adaptée.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- »» Modules E-learning (PDF, Webinaires).
- »» Alternance d'ateliers dirigés visant les échanges de pratiques et de cours magistraux. Travaux dirigés, en sous-groupes et collaboratifs.
- »» Mise à disposition de ressources pédagogiques dans l'espace extranet du stagiaire.



Évaluation de la formation :

- »» QCM post-apprentissage e-learning.
- »» Mises en situation & évaluation finale.
- »» Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid de la formation.
- »» Analyse de l'impact professionnalisant de la formation.

*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

Date(s) / Lieu(x) :

Nous consulter
03 83 18 88 05
formations.grandest@
franceolympique.com

Durée :

50 heures (7 jours)

Coût * :

Tarif adhérent : 580€ TTC

Tarif non adhérent : 880€ TTC

Public :

Salariés, élus et bénévoles
d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenants :

Enseignants APA, Professionnels
de santé, éducateurs sportifs,
acteurs du sport-santé
Opérateurs Prescri'Mouv

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



SPORT SANTÉ :

MODULE FONDAMENTAL

(EX NIVEAU 1)



Hybride



Objectifs pédagogiques :

- >>> Comprendre la mission de l'Éducateur Sportif Sport-Santé.
- >>> Adopter la bonne posture pour une relation d'aide empathique, neutre et bienveillante.
- >>> Évaluer les habitudes et la condition physique du pratiquant et de l'aider à s'autoévaluer.
- >>> Accompagner son pratiquant dans son activité physique quotidienne.



Contenu de la formation :

Cette formation vous accompagne dans la mise en place d'activités pour un public sédentaire et un public sénior souhaitant reprendre une activité physique à des fins de santé. Elle vous guidera dans la planification de cycles d'activités dédiés à la réduction des temps de sédentarité tout en privilégiant le bien-être des pratiquants.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Modules E-learning (PDF, Webinaires).
- >>> Alternance d'ateliers dirigés visant les échanges de pratiques et de cours magistraux. Travaux en sous-groupes.
- >>> Quizz réguliers et attestant du parcours.
- >>> Mise à disposition de ressources pédagogiques dans l'espace extranet du stagiaire.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence.
- >>> Mises en situation avec évaluation formative.
- >>> Évaluations e-learning et évaluation finale des acquis.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid et autoévaluations des acquis et de l'impact sur l'activité professionnelle.

Date(s) / Lieu(x) :

Nous consulter
03 83 18 88 05
formations.grandest@
franceolympique.com

Durée :

20 heures (dont 1 jour en
présentiel)

Coût * :

Tarif adhérent : 200€ TTC

Tarif non adhérent : 400€ TTC

Public :

Salariés et bénévoles
d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenants :

Médecins
Psychologues,
Educateurs APA,
Opérateur Territorial Prescri'Mouv

Accessibilité :

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES & PÉRINATALITÉ



Hybride



Objectifs pédagogiques :

- >>> Créer du lien avec les professionnels de santé ou les professionnels de l'activité physique.
- >>> Conseiller, concevoir et réguler ses prises en charge en matière d'activité physique.
- >>> Connaître les activités physiques et les adaptations requises pour les activités recommandées.
- >>> Détecter les signes d'alerte qui imposent d'arrêter ou d'adapter l'activité.



Contenu de la formation :

Cette formation s'adresse aux professionnels ou bénévoles souhaitant approfondir leurs connaissances dans le domaine de l'activité physique adaptée pré et postnatale et adapter leurs recommandations et encadrements. Elle a pour objectif de leur donner les outils et connaissances nécessaires pour animer de manière sécurisée des séances d'activités physiques pré et postnatale et conseiller, accompagner le public féminin dans son choix d'activités physiques et sportives.



Méthodologie et moyens pédagogiques :

- >>> Exposés théoriques et interactifs.
- >>> Études de cas concrets dans les ateliers.
- >>> Mise à disposition de ressources sur l'espace extranet du stagiaire.



Évaluation de la formation :

- >>> Feuilles de présence et attestation individuelle délivrée si participation à l'intégralité de la journée.
- >>> Mises en situation et retours formatifs.
- >>> Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid- atteintes des objectifs du stagiaire et autoévaluation des acquis.

*Tarif non adhérent au mouvement sportif : collectivité, autoentrepreneur, entreprise ...

Date(s) / Lieu(x) :

Nous consulter
03 83 18 88 05
formations.grandest@franceolympique.com

Durée :

9 heures (1 jour)

Coût * :

Tarif adhérent : 180€ TTC
Tarif non adhérent : 300€ TTC

Public :

Salariés et bénévoles d'association

Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire

Intervenants :

Médecin, Sage-femme
Éducateurs APAS
Éducateurs sportifs

Accessibilité :

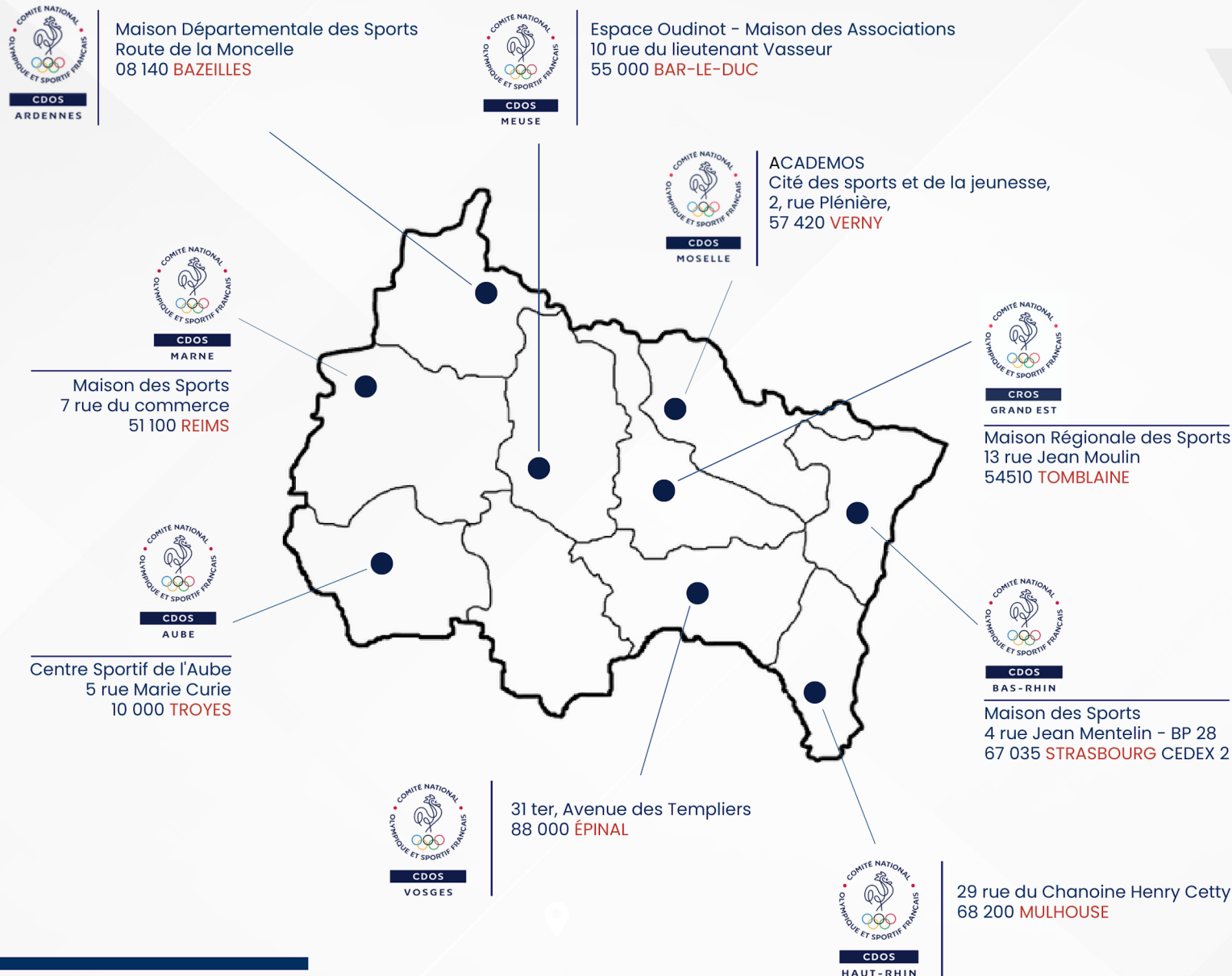
Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le CROS Grand Est lors de votre demande d'inscription.

Inscription en ligne



SITES DE FORMATION ABS

SPORTS GRAND EST



Nos formations évoluent en cours d'année,
consultez notre site régulièrement :
SPORTGRANDEST.EU

“

Par ce riche maillage territorial et la volonté commune exprimée par 8 CDOS et le CROS du Grand Est, au sein de cet outil au service du mouvement sportif, ABS Sports Grand Est permet de garantir **un développement et un enrichissement des offres de formation** sur tout le territoire Grand Est. La présence sur votre territoire d'un acteur de la formation professionnelle permet de répondre à vos besoins territoriaux.

”



CROS
GRAND EST



ACCOMPAGNEMENT
DES **BÉNÉVOLES** ET **SALARIÉS**
MOUVEMENT SPORTIF DU GRAND EST

- 📍 13 rue Jean Moulin | 54510 TOMBLAINE
- ☎ 03 83 18 88 05
- ✉ formations.grandest@franceolympique.com
- 🌐 SPORTGRANDEST.EU

Avec le soutien de :

