



2EME SEMESTRE 2020

CATALOGUE DES FORMATIONS

**À destination des Dirigeants, Bénévoles, Educateurs, Salariés
du mouvement sportif drômois.**

**NOUS CONTACTER :
COMITE OLYMPIQUE ET
SPORTIF DE LA DROME**

Maison des Bénévoles du Sport
Drôme Ardèche
71 rue Latécoère 26000 VALENCE
Tél. : 04 75 75 47 50
cdos26mbsport.fr

CREER UN DIAPORAMA SUR POWER POINT

OBJECTIF

Vous souhaitez :

- ⇒ Rendre vos réunions, vos Assemblées générales plus attractives ?
- ⇒ Permettre à vos adhérents de suivre plus efficacement vos présentations ?

Au cours de cette formation, nous créerons ensemble, un diaporama « simple » à partir de Powerpoint » (Microsoft) afin de découvrir cet outil et vous permettre de vous entraîner

PROGRAMME

- Présentation de l'interface
- Création d'un document, gestion des vignettes
- Mise en forme
- Insertion d'une image, insérer une vidéo
- Découverte de la mise en place d'une animation (transition)
- Visualisation de sa présentation

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 9 novembre 2020 de 9h00 à 11h30 ou Jeudi 12 novembre 2020 de 18h00 à 20h30		Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC / PRÉ-REQUIS	INTERVENANTE	TARIF
Pour débutant Maîtrise de l'outil informatique Venir avec son ordinateur portable et l'outil PowerPoint installé.	CDOS Drôme	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

Le stage est limité à 8 personnes. Il sera reporté si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

FORMATION INITIALE PSC 1

OBJECTIF

«Prévention et secours civiques de niveau 1» a pour objectif de **faire acquérir à toute personne les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours**, conformément aux dispositions en vigueur.

PROGRAMME

- Protection de la victime
- Alerter les secours adaptés
- Étouffement de la victime
- Saignement abondant et apprentissage des points de compression
- La victime est inconsciente
- Absence de respiration
- Les malaises chez la victime
- Traumatisme dû à l'accident (brûlures, plaies ouvertes, fractures, etc....)

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 16 novembre ou samedi 12 décembre 2020	9h00 / 12h30 — 13h30/17h00	Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC / PRÉ-REQUIS	INTERVENANT	TARIF
Tous publics Stage limité à 10 personnes.	UDSP 26	65 €

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 1 semaine avant la formation

Le stage sera reporté si le nombre de participants est insuffisant.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

COMMENT MOBILISER SES BÉNÉVOLES ?

OBJECTIF

La gestion des bénévoles demeure une préoccupation majeure des associations. Comment les attirer, les intégrer et les motiver pour qu'ils s'investissent autour d'un Projet ?
A partir d'un apport de connaissances mais surtout d'un travail sur sa propre structure et d'échanges entre les participants, nous essayerons de définir des axes de développement afin de mobiliser les bénévoles.

PROGRAMME

- Qu'est ce qu'un bénévole aujourd'hui ?
- L'engagement
- L'engagement des jeunes
- L'accueil, susciter l'intérêt, manager, valoriser
- Renouveler ses instances

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 16 novembre 2020 de 9h00 à 11h30 ou Jeudi 19 novembre 2020 de 18h00 à 20h30		Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC	FORMATEUR	TARIF
Responsables, Dirigeants d'associations sportives	CDOS Drôme	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

Nombre de places : 8

Date limite d'inscription : 1 semaine avant la formation

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

LES FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION

OBJECTIF

A l'heure où Les outils de communication se sont développés et diversifiés, beaucoup d'associations ont encore du mal à faire passer leurs messages que ce soit en interne et/ou en externe. L'objectif de cette formation est de réfléchir ensemble sur les bases de la communication associative.

PROGRAMME

- Qu'est ce que la communication ?
- La communication au sein de son association
- La communication interne/externe ?
- Présentation des outils de communication

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 23 novembre 2020 de 9h00 à 11h30 ou Jeudi 26 novembre 2020 de 18h00 à 20h30		Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC	FORMATEUR	TARIF
Responsables, Dirigeants d'associations sportives débutant en communication	CDOS Drôme	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

Nombre de places : 8

Date limite d'inscription : 1 semaine avant la formation

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

LES REGLES D'ORGANISATION D'UNE ASSEMBLEE GENERALE

OBJECTIF

Vous êtes nouveau dans la fonction de dirigeant d'association sportive ? Vous êtes un « ancien » dans ce rôle mais vous souhaitez en savoir plus, vous confrontez à d'autres témoignages ? Cette formation a pour but de vous apporter les éléments essentiels pour le bon déroulement de l'Assemblée générale de votre Association.

PROGRAMME

- La Préparation
- Le déroulement
- Et après ?

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 30 novembre 2020 de 9h00 à 11h30 ou Jeudi 03 décembre 2020 de 18h00 à 20h30		Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC	PRÉ-REQUIS	TARIF
Responsables, Dirigeants d'associations sportives	Pas de prérequis Venir avec les statuts et le règlement intérieur de son association	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué.

Nombre de places : 8

Date limite d'inscription : 1 semaine avant la formation

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

SAVOIR COMMUNIQUER VERS LES MÉDIAS

OBJECTIF

« La presse n'a pas parlé de notre compétition », mon interview n'a jamais été diffusée, les résultats de notre challenge régional n'ont pas été publiés », « Je n'arrive pas à joindre la rédaction »...Autant de questions que vous vous posez sans doute, autant de questions restées en suspens comme un saut en hauteur.

Que faut-il pour franchir la barre de la communication ? Savez-vous communiquer avec la presse ? Comment faire pour ne pas se prendre les pieds dans le tapis de l'information ? Des pistes de réflexion et de travail vous seront données durant cette formation.

PROGRAMME

Comprendre comment travaillent les journalistes, les bases de votre relation avec eux

Quand, comment, pourquoi communiquer avec les journalistes ? Définir une stratégie de communication avec la presse, créer un fichier de presse et le mettre à jour.

Les outils de communication en direction des médias : le communiqué de presse, le dossier de presse, la conférence de presse

Les relations directes avec les médias tout au long de la saison et lors d'un événement : rappel de quelques règles d'or.

DATE	HORAIRE	LIEU
Date communiquée ultérieurement	Horaires communiqués ultérieurement	Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
PUBLIC	FORMATEUR	TARIF
Responsables, Dirigeants d'associations sportives	Hélène MARGARON	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

MAITRISER SON ENVIRONNEMENT SPORTIF

OBJECTIF

Formation destinée au néo-dirigeant, elle a pour objectif d'apporter les connaissances des structures liées au mouvement sportif, d'en définir leurs rôles.

PROGRAMME

- Evaluation collaborative des stagiaires sur leurs connaissances de l'environnement sportif
- Structures internationales
- Structures nationales
- Structures régionales
- Structures départementales
- Structures locales

DATE	HORAIRE	LIEU
Lundi 7 décembre 2020	De 9h00 à 11h30	Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère
PUBLIC	PRÉ-REQUIS	TARIF
Nouveaux dirigeants, bénévoles	Pas de prérequis	Gratuit Chèque de caution de 30€

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que vous ayez transmis :

- Le bulletin d'inscription
- Le chèque de participation. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué

Date limite d'inscription : 1 semaine avant la formation

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

COMPRENDRE LES ETATS FINANCIERS D'UNE ASSOCIATION

OBJECTIF

La connaissance et l'interprétation des états financiers sont incontournables pour tout responsable financier afin de pouvoir rendre des compte lors de son Assemblée générale ou auprès de ses financeurs (ou les futurs à venir...). Tout membre du bureau de votre association doit savoir les lire. Cette formation a pour objectif de vous aider à mieux les appréhender.

PROGRAMME

- Le bilan
- Le compte de résultat
- Le budget

DATE	HORAIRE	LIEU
Date communiquée ultérieurement	Horaires communiqués ultérieurement	Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
POUR QUI ?	TARIF	Nbre de pers. Min./max
Responsables et Trésoriers	GRATUIT Chèque de caution de 30€	8

MODALITES D'INSCRIPTION

L'inscription sera enregistrée sous réserve que le stagiaire est fourni :

- Le bulletin d'inscription
- Un chèque de caution de 30€. En cas d'absence à la formation, il ne sera pas restitué.

Nombre de places : 8

Date limite d'inscription : 1 semaine avant la formation

La formation sera reportée si le nombre de participants est insuffisant.

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE.

PROTCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Pas de prêt de matériel, utilisation de son matériel personnel
- Respect des mesures de distanciation

LA PRÉVENTION DES BLESSURES CHEZ LE SPORTIF

OBJECTIF

Chaque sportif, du débutant au sportif de haut niveau, est susceptible de se blesser au cours de sa pratique.

Cette conférence a pour objectif de mettre en avant les principaux risques de blessures et de vous apporter quelques conseils pour les prévenir.

PROGRAMME

- Les différents types de sportifs
- L'aspect technique, d'entraînement
- La notion de fatigue
- Les aspects environnementaux
- L'approche nutritionnelle

DATE	HORAIRE	LIEU
Date communiquée ultérieurement	Horaires communiqués ultérieurement	Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche 71 rue Latécoère 26000 VALENCE
POUR QUI ?	INTERVENANT	COUT ADMINISTRATIF
Educateurs, entraîneurs, animateurs sportifs		Gratuit

MODALITES D'INSCRIPTION

Inscription obligatoire auprès du CDOS Drôme via le site internet ou par mail cdos26@mbsport.fr

PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

Contact CDOS Drôme : 04 75 75 47 50 ou cdos26@mpbsport.fr

PROTOCOLE SANITAIRE :

- Port du masque obligatoire
- Respect des mesures de distanciation

Fiche d'inscription 2020

Lieu de formation :

Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche
71 rue Latécoère 26000 Valence

Choix	Formations	Date	Horaire
	Power point	Lundi 9 novembre	9h00 à 11h30
	Power point	Jeudi 12 novembre	18h00 à 20h30
	Comment motiver ses Bénévoles	Lundi 16 novembre	9h00 à 11h30
	Comment motiver ses Bénévoles	Jeudi 19 novembre	18h00 à 20h30
	Les fondamentaux de la communication	Lundi 23 novembre	9h00 à 11h30
	Les fondamentaux de la communication	Jeudi 26 novembre	18h00 à 20h30
	Organiser une AG	Lundi 30 novembre	9h00 à 11h30
	Organiser une AG	Jeudi 3 décembre	18h00 à 20h30
	Maitriser son environnement sportif	Lundi 7 décembre	9h00 à 11h30
	PSC 1 INITIALE	Samedi 12 décembre	9h00/12h30 à
	Prévention des blessures		
	Communiquer vers les médias		
	Les états financiers d'une association		

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Lieu de naissance :

Adresse complète :

Téléphone :

Email :

Association :

MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

⇒ Votre bulletin d'inscription

⇒ votre règlement par chèque

En cas d'absence injustifiée, le chèque de caution /le règlement seront encaissés

Chèque libellé à l'ordre du CDOS Drôme

DERNIER DÉLAI D'INSCRIPTION :

1 semaine avant la date de la formation

TOUT DOSSIER INCOMPLET NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

Comité Départemental Olympique et Sportif de la Drôme

Maison des Bénévoles du Sport Drôme Ardèche

71 rue Latécoère 26000 VALENCE

Tél. : 04 75 75 47 50 - cdos26@mbsport.fr -

<http://drome.franceolympique.com>

Nos dates et tarifs sont donnés à titre indicatif.

Le CDOS Drôme se donne le droit d'effectuer toute modification et de reporter le cas échéant une formation si les conditions ne sont pas remplies.



CDOS
DRÔME

REPRESENTANT OFFICIEL DU COMITE NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS

LES MISSIONS DU CDOS DRÔME

- Défendre les valeurs de l'olympisme
- Promouvoir la pratique sportive pour la santé
- Lutter contre la violence
- Lutter contre le dopage
- Prévenir les conduites à risques
- Soutenir et accompagner les sportifs de Haut Niveau départementaux "Club Drôme"
- Mettre en valeur le Sport Drômois avec la soirée des récompenses aux bénévoles et sportifs drômois
- Développer le réseau de dirigeants et d'éducateurs des clubs sportifs du département
- Proposer des formations en direction du mouvement sportif afin d'aider les responsables, bénévoles et salariés associatifs



NOUS CONTACTER

CDOS DRÔME
MAISON DES BENEVOLES DU SPORT DRÔME ARDÈCHE
71 RUE LATECOERE 26000 VALENCE
TÉL. : 04 75 75 47 50 - CDOS26MBSPORT.FR
DROME.FRANCEOLYMPIQUE.COM

RETROUVEZ TOUTE L'ACTUALITE DU CDOS

SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



ET SUR NOTRE SITE INTERNET