Comité Départemental Olympique & Sportif du Var

CDOS VAR

compétences 83 sport

CATALOGUE DES FORMATIONS 2023



Compétences-Sport 83
l'organisme de formation
pour le mouvement sportif varois

Bénévoles, animateurs, éducateurs, dirigeants, volontaires



De gauche à droite sur la photo : Lucienne Roques (présidente), Séverine Tolleter (chargée de formation) et Evelyne Olivero-Acquati (vice-présidente)

ÉDITO

Questionnements de notre société (violence, place des femmes, santé, citoyenneté...), exigences administratives de plus en plus complexes, resserrement du système des subventions et diversification des financements, réseaux de communication... Autant d'évolutions auxquelles les responsables associatifs doivent faire face et s'adapter pour accomplir au mieux leurs missions.

Il est alors fondamental, pour l'avenir de notre système sportif, que tous les acteurs développent leurs compétences, aussi bien techniques que conceptuelles, notamment en matière de clarification du fonctionnement associatif et de développement de leur projet, éléments incontournables de leur crédibilité, notamment aux yeux des financeurs.

Notre volonté est donc d'accompagner ces évolutions pour une meilleure maîtrise, à travers une formation de plus en plus indispensable, voire incontournable, tout en nous adaptant à l'évolution des mises en œuvre : formations à distance, adaptation des horaires et des durées, financements, organisation à la demande pour collectivités, comités sportifs, organismes divers...

Espérant pouvoir faire passer ce message au service du sport, de ses dirigeants bénévoles et éducateurs, nous vous invitons à prendre contact avec notre service, notamment pour ce qui concerne les modalités plus concrètes et les prises en charge financières.

Bonne formation à toutes et tous !

Lucienne Roques
Présidente du CDOS Var

Evelyne Olivero-Acquati
Vice-Présidente du CDOS Var
en charge des formations

compétences 83 sport
Par le CDOS 83

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
la certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

— Compétences-Sport 83 est une marque déposée par le Comité Départemental Olympique et Sportif du Var (CDOS Var) pour la communication de ses activités de formation.

— Elle accompagne les acteurs du mouvement sportif varois dans leur développement.

— L'équipe du CDOS du Var reste à votre écoute pour répondre à vos projets de formations, individuelles ou collectives, à Toulon ou sur les autres territoires varois, et pour développer les compétences au service du mouvement sportif varois.

SOMMAIRE

Gestion et développement de l'association	**5**
Formations et développement des compétences de l'éducateur sportif	**13**
Formations au secourisme et sauvetage (tous publics)	**21**
Service Civique - les formations obligatoires	**25**
Modalités de financement	**27**
Conditions générales	**28**
Les partenaires de Compétences-Sport 83 et du CDOS du Var	**29**



GESTION ET DÉVELOPPEMENT DE L'ASSOCIATION

- Comptabilité
- Communication
- Bureautique
- Sponsoring
- Lutte contre les violences

GESTION ET DÉVELOPPEMENT DE L'ASSOCIATION

Modalités	⊣ Présentiel : CDOS du Var / Maison Départementale des Sports 133 Boulevard du Général Brosset 83200 Toulon. Toutes nos formations peuvent être mises en place dans le département, demandes par mail cdosvar.severine@cdos83.fr ⊣ Distanciel : formations pouvant être dispensées en visioconférence en fonction de la situation sanitaire. Un lien de connexion vous sera transmis la veille de la formation. Vous devez vous assurer de disposer d'une bonne connexion pour la durée de formation.
Durée	⊣ De 4h (demie-journée), à 16h (deux journées)
Date	⊣ Pour les formations non datées sur le catalogue, inscrivez-vous auprès de notre chargée de formation cdosvar.severine@cdos83.fr ou 04 94 46 01 92. Une fois le nombre de stagiaires minimum atteint une session de formation sera ouverte. Les dates sont mises à jour sur www.competences-sport83.fr
Inscriptions	⊣ Contactez notre chargée de formation au 04 94 46 01 92 ou cdosvar.severine@cdos83.fr ou site internet de Compétences Sport 83, l'organisme de formation du CDOS du Var https://www.competences-sport83.fr/ Fiche d'inscription
Tarif	⊣ 320€ la journée (*possibilité de prise en charge par votre OPCO). ⊣ Pour les dirigeants bénévoles ou éducateurs d'associations sportives varoises qui ne bénéficient pas de prise en charge : 10€/h de formation ⊣ Les tarifs des formations certifiantes sont indiqués dans leurs descriptions..
Prise en charge	⊣ Toulon Provence Méditerranée peut prendre en charge vos formations de 50 à 75%. ⊣ Pour les associations employeuses, ce sont les OPCO AFDAS ou Uniformation qui prennent en charge les formations des salariés et dirigeants bénévoles des associations. ⊣ Consultez notre chargée de formation pour connaitre les possibilités de financement de vos formations.
Prérequis	⊣ Aucun prérequis ; ⊣ Avoir un ordinateur portable pour les formations bureautiques.
Accessibilité	⊣ Locaux et formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous contacter pour l'étude spécifique de vos besoins (10 jours avant le début de la formation).



FAIRE FONCTIONNER SON ASSOCIATION

Le bon fonctionnement de l'association est un levier indispensable au développement des pratiques sportives.

⊣ Administration et organisation de l'association (4h)

- Fondements de l'association loi de 1901.
- Statuts et règlements.
- Rôle et fonction des membres.
- Adhésion (cotisation, licence, assurance).
- Organisation de l'Assemblée générale.
- Place du club dans le monde sportif français.

⊣ Bien rédiger son projet associatif en mettant la culture et l'identité du club au cœur du projet (6h)

Formation en soirée (3x2h)

- État des lieux et analyse de l'association et de son contexte.
- Définition des objectifs.
- Méthodologie de rédaction du projet associatif.
- Définition et élaboration du plan d'action.

⊣ Responsabilité de l'association et de ses membres (8h)

13 février et 5 juin

- Responsabilités civiles des dirigeants.
- Responsabilités pénales des dirigeants.
- Obligation d'assurance.
- Régime fiscal de l'association.

⊣ Organiser un évènement sportif éco-responsable - 2e trimestre 2023 (8h)

- Penser et mettre en place l'évènement.
- Stratégie de communication.
- Comment faire un évènement « propre » ?
- Les ateliers de sensibilisations.
- Mesurer le résultat.

DÉVELOPPER LA COMMUNICATION

À l'heure du tout numérique, il est important de savoir se démarquer et utiliser les outils de communication digitaux. Comment bien communiquer en 2023 ?

⊣ Communiquer et promouvoir l'activité de l'association (10h30)

18, 25 et 27 avril, de 9 h à 12h30. Formation mixte : 7h distanciel, 3h30 présentiel

- Définir son persona et le parcours client
- Identifier les éléments différenciants pour définir son image de marque.
- Établir un plan de communication.
- Identifier les différents outils de communication.

⊣ Savoir utiliser Facebook pour votre club (8h)

- Définition de la stratégie et réputation virtuelle.
- Création et administration d'une page / d'un compte.
- Les différentes fonctionnalités.

⊣ La chaine Youtube : un nouvel outil de communication pour votre club (8h)

- Création d'une chaîne Youtube.
- Administration d'une chaine.
- Publications et gestion des commentaires.

⊣ Twitter-Instagram : deux nouveaux outils de communication pour votre club (8h)

- Twitter : fonctionnement et principales fonctionnalités.
- Instagram : fonctionnement et principales fonctionnalités.
- La réputation virtuelle.

*Possibilités de gratuité (voir page 27)

⊣ PHOTOSHOP : création d'affiche (8h)

- Prise en main du logiciel.
- Les principaux outils et fonctionnalités.
- Création de documents.
- Les outils de corrections et effets de style.

⊣ Créer le site internet de votre club avec WORDPRESS (16h)

Niveau 1 : 20 et 21 avril 16h ; Niveau 2 : 15 et 16 juin

Niveau 1 :

- Fonctionnalités de Wordpress.
- Création et personnalisation d'une interface.
- Création, organisation et publication d'articles.

Niveau 2 :

- Gestion et personnalisation des thèmes.
- Gestion des widgets.
- Utilisations des templates.

⊣ Bien référencer son site internet (SEO) ou comment gagner en popularité (8h)

6 et 8 juin ; 17 et 19 octobre, de 9h à 13h. Formation mixte

- Lexique / termes techniques, sensibilisation au SEO, optimisations primaires.
- Élaboration d'une stratégie de contenu.
- Suivre son SEO et boite à outils du référenceur.



GESTION ET DÉVELOPPEMENT DE L'ASSOCIATION

BUREAUTIQUE

La maîtrise des outils bureautiques est indispensable pour une bonne collaboration et une meilleure gestion de l'association.

⊣ Powerpoint : créer des projections de qualité pour vos réunions (8h)

- Les «basiques» d'une projection fluide et efficace.
- Effets de créations et d'animations.

⊣ Microsoft Excel : les incontournables du tableur (8h)

18 et 19 Mai 9h-13h ; 21 et 22 septembre 9h-13h

- L'environnement d'Excel, concevoir et imprimer un tableau simple, création de graphiques, organisation des feuilles et classeurs.

⊣ Les outils de travail à distance : utilisation de la suite Google (8h)

16 et 17 février ; 12 et 13 juin. De 9h-13h,

- Test de connaissances.
- Manipulations élémentaires : Créer ouvrir partager des documents Docs, Sheets, Slides, Forms et Drive.
- Comprendre l'utilisation des outils du télétravail.
- La collaboration en ligne.
- Google Drive outil essentiel à la collaboration.

GÉRER ET DÉVELOPPER LES RESSOURCES FINANCIÈRES

La santé financière de l'association est une priorité. Comment maîtriser et développer les ressources de votre club ?

⊣ Assurer la comptabilité et être capable d'utiliser l'analyse financière comme outil de gestion pour son association (10h)

17 et 22 mars, 5 et 10 octobre

- Présentation des comptes.
- Grand livre, compte de résultats, bilan.
- Documents obligatoires.
- Maîtriser les spécificités relatives aux comptes de votre association afin d'évaluer sa santé financière et assurer sa pérennité.
- Connaître les spécificités liées à l'analyse financière de l'association.
- Identifier les ratios essentiels liés aux dépenses et à son activité financière.
- Les obligations réglementaires d'une association.
- Les demandes de subventions

*Possibilités de gratuité (voir page 27)

⊣ Sponsoring, mécénat, crowdfunding : développez les ressources de votre club (8h)

13 mars, 5 juin, 16 octobre

- Différentes formes de partenariats.
- Attentes des partenaires.
- Trouver et convaincre un partenaire.
- Recherche et argumentation pour un partenariat.
- Suivi et fidélisation d'un partenaire.

⊣ Basicompta : le logiciel qui vous simplifie la comptabilité

7 février, 9 mai, 12 septembre, 12 décembre

- Logiciel de comptabilité créé pour les associations.
- Simple, intuitif et pratique : aucune installation à prévoir.

LUTTE CONTRE LES VIOLENCES & DISCRIMINATIONS

⊣ Lutte contre les violences et discriminations (8h)

6 octobre

- Définition : violence, discrimination.
- Les différents types de violence..
- La convention nationale contre les violences dans le sport.
- Les outils de prévention.
- Devenir acteur de la lutte contre les violences.





Vous êtes une association ou un comité ?

vous souhaitez créer un emploi ou faire gérer un emploi…
Le CRIB est là pour vous décharger de ces lourdeurs administratives !

☛ ***Tiers de confiance de l'URSSAF, un service indispensable pour gérer vos emplois :***

Accompagnement et conseils pour la création et la gestion de l'emploi.
Édition des bulletins de salaire.
Déclarations et gestion des charges sociales et de prévoyance-DSN.
Conseils juridiques et statutaires liés au fonctionnement de l'association.

Le Service Civique dans votre association, ça vous intéresse ?
Le CDOS 83 est là !

☛ ***Contacter notre plateforme d'intermédiation du Service Civique :***

Conseil, accompagnement à la création de mission.
Aide à la recherche de candidat(s).
Mise à disposition de jeunes volontaires pour des missions de 8 mois.
Gestion administrative complète de la mission.
Suivi du volontaire (co-tutorat).
Formation citoyenne et PSC 1.

CRIB

CENTRE DE RESSOURCE ET
D'INFORMATION POUR LES BÉNÉVOLES



FORMATIONS ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DE L'ÉDUCATEUR SPORTIF

- **Professionnalisation**
- **Sport-santé**
- **Préparation mentale**
- **Lutte contre les violences**

FORMATIONS ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DE L'ÉDUCATEUR SPORTIF

Modalités	⊣ Présentiel : CDOS du Var / Maison Départementale des Sports 133 Boulevard du Général Brosset 83200 Toulon. Toutes nos formations peuvent être mises en place dans le département, demandes par mail cdosvar.severine@cdos83.fr ⊣ Distanciel : formations pouvant être dispensées en visioconférence en fonction de la situation sanitaire. Un lien de connexion vous sera transmis la veille de la formation. Vous devez vous assurer de disposer d'une bonne connexion pour la durée de formation.
Durée	⊣ À partir de 8h
Date	⊣ Pour les formations non datées sur le catalogue, inscrivez-vous auprès de notre chargée de formation **cdosvar.severine@cdos83.fr** ou 04 94 46 01 92. Une fois le nombre de stagiaires minimum atteint une session de formation sera ouverte. Les dates sont mises à jour sur **www.competences-sport83.fr**
Inscriptions	⊣ Contactez notre chargée de formation au 04 94 46 01 92 ou **cdosvar.severine@cdos83.fr** ou site internet de Compétences Sport 83, l'organisme de formation du CDOS du Var https://www.competences-sport83.fr/ Fiche d'inscription
Tarif	⊣ 320€ la journée (*possibilité de prise en charge par votre OPCO). ⊣ Pour les dirigeants bénévoles ou éducateurs d'associations sportives varoises qui ne bénéficient pas de prise en charge : 10€/h de formation. ⊣ Les tarifs des formations certifiantes sont indiqués dans leurs descriptions.
Prise en charge	⊣ Toulon Provence Méditerranée peut prendre en charge vos formations de 50 à 75%. ⊣ Pour les associations employeuses, ce sont les OPCO AFDAS ou Uniformation qui prennent en charge les formations des salariés et dirigeants bénévoles des associations. ⊣ Consultez notre chargée de formation pour connaitre les possibilités de financement de vos formations.
Prérequis	⊣ Aucun prérequis ; ⊣ Avoir un ordinateur portable pour les formations bureautiques.
Accessibilité	⊣ Locaux et formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous contacter pour l'étude spécifique de vos besoins (10 jours avant le début de la formation).

DEVENIR ÉDUCATEUR SPORTIF

Formation organisée et certifiée par FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTS POUR TOUS

Formation qualifiante | éligible CPF

⊣ Certificat de Qualification Professionnelle Animateur de Loisirs Sportifs Option : Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression (CQP ALS AGEE)

- Techniques cardio, techniques douces, renforcement musculaire et techniques d'expression.
- Connaissance des publics (enfants, adultes, seniors) et de l'environnement.
- Préparer, animer et encadrer une action d'animation.
- S'approprier et maîtriser les techniques et les outils de l'activité.

Lieu	Toulon
Durée	161 h (sur 23 jours)
Dates	Octobre 2023 (dates sur ***competences-sport83.fr***)
Inscriptions	**www.sportspourtous.org**
Tarif	2737 €*
Prérequis	· Avoir 16 ans au moment de l'entrée en formation, · Être titulaire du PSC 1, · Avoir réussi les tests techniques préalables à l'entrée en formation · Certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'animation d'activités de loisirs sportifs



MAISON SPORT SANTÉ 83

TOULON MÉTROPOLE
LA SEYNE SUR MER
DRAGUIGNAN

CLUBS & ÉDUCATEURS SPORTIFS

- Vous proposez des Activités Physiques Adaptées pour la santé ?
- Vous souhaitez développer le sport santé ?

CONTACTEZ-NOUS !

Faîtes connaître vos activités
et bénéficiez de nos nombreux services !

Toutes les infos sur : maisonsportsante83.fr

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS VAR

MAISONS SPORT SANTÉ
EnVie d'Activité

04. 94. 46. 01. 92.
contact@maisonsportsante83.fr

FORMATIONS ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DE L'ÉDUCATEUR SPORTIF

Sport santé sur prescription médicale

Cette formation s'adresse aux bénévoles et salariés d'associations sportives dans le cadre de la formation continue. À toutes les personnes chargées de l'animation, de l'encadrement sportif et du suivi des questions de santé au sein d'une association sportive, la formation « Sport sur prescription médicale » du CDOS du var apporte aux dirigeants bénévoles et aux éducateurs sportifs titulaires d'un diplôme d'encadrement du sport une montée en compétence sur le sujet du sport santé.

Les objectifs :

- Connaître les caractéristiques des principales ALD (Affection Longue Durée), les différentes catégories de prévention et les contextes règlementaires du Sport Santé.
- Être capable de mener des tests d'évaluation de condition physique sur des personnes souffrant d'ALD.
- Comprendre la méthodologie d'organisation et d'évaluation d'une séance d'APS Adaptée.

Lieu	Toulon - Présentiel/ Distanciel
Durée	35 h
Dates	Mars 2023 *plus de précisions sur www.competences-sport83.fr*
Tarif	Nous consulter
Prérequis	Être titulaire : · d'un diplôme d'État · d'un diplôme fédéral (encadrant bénévole) · d'un Certificat de Qualification Professionnelle - d'un titre à finalité professionnelle



FORMATIONS ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DE L'ÉDUCATEUR SPORTIF

⊣ Sport-Santé : prise en charge de personnes souffrant de diabète dans son club (8h)

- Apport de connaissances sur la maladie, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées à la pratique des activités physiques et sportives.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

⊣ Sport-Santé : prise en charge de personnes souffrant de problèmes cardio-vasculaires dans son club (8h)

- Apport de connaissances sur les maladies, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées à la pratique des activités physiques et sportives.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

⊣ Sport-Santé : prise en charge de personnes souffrant d'alzheimer ou parkinson dans son club (8h)

- Apport de connaissances sur les 2 pathologies, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées à la pratique des activités physiques et sportives.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

⊣ Sport-Santé : prise en charge de personnes souffrant d'une maladie respiratoire dans son club (8h)

- Apport de connaissances sur les maladies respiratoires, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées à la pratique des activités physiques et sportives.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

⊣ Sport-Santé : prise en charge de personnes en surpoids dans son club (8h)

- Apport de connaissances sur les problèmes de surpoids, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées à la pratique des activités physiques et sportives.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

À savoir : déclarez vos activités sport-santé à la Maison Sport Santé 83 !

La Maison Sport Santé 83 portée par le CDOS du Var recense toutes les associations sportives proposant de l'activité physique à but de santé (sport santé bien-être et sport santé sur ordonnance). En se déclarant auprès de la Maison Sport Santé 83, les associations pourront se faire connaître dans l'annuaire du sport santé varois et participer aux opérations proposées par le CDOS et la Maison Sport Santé 83.

Pour tout renseignement, contactez la Maison Sport Santé 83 :
contact@maisonsportsante83.fr ou 04 94 46 01 92

PRÉPARATION MENTALE

Formation organisée par un prestataire partenaire

NOUVEAU

Préparation mentale du sportif (32 h)

- Intérêt de la préparation mentale pour améliorer la performance du sportif.
- Outils et techniques pour débuter dans la préparation mentale du sportif.
- Comprendre le stress et savoir l'évaluer.
- Utiliser des techniques de développement du stress.
- Mettre en place un plan d'action personnalisé anti-stress pour la compétition

Lieu	Distanciel
Durée	150 h, dont 84 h en e-learning ou distancliel, 36 h de travail personnel, 20 h de mise en situation professionnelle et 10 h d'accompagnement
Dates	Nous consulter
Tarif	Coût pédagogique : 960 € pour les stagiaires bénéficiant d'une prise en charge 240€ pour les stagiaires bénévoles ne bénéficiant d'aucune prise en charge (association non employeur)
Prérequis	Éducateurs sportifs diplômés d'état ou diplôme fédéral salariés ou bénévoles.



Vous souhaitez aller plus loin ?

Le CDOS du Var est partenaire d'une formation certifiante sur ce thème. D'une durée de 150 heures dont 84 en e-learning, elle vous permet d'avoir le titre de préparateur mental du sportif. Cette formation est accessible aux personnes titulaires d'un diplôme du sport tel que : Diplôme d'État émanant du Ministère des Sports (BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS); Diplôme Universitaire (Licence 3 a minima) de la filière STAPS. Il s'agit d'un titre à finalité professionnelle enregistré au Répertoire National et déposé par une Fédération Sportive Nationale.

Pour tout renseignement, contactez le CDOS du Var :
acdos@cdos83.fr ou 04 94 46 01 92

*Possibilités de gratuité (voir page 27)

LUTTE CONTRE LES VIOLENCES & DISCRIMINATIONS

Gestion de conflits : comment désamorcer des conflits naissant avec les parents ? (8h)

- Savoir repérer un conflit naissant.
- Conseils et techniques de gestion et de médiation de conflits.

Lutte contre les violences et discriminations (8h)

6 octobre

- Définition : violence, discrimination.
- Les différents types de violence..
- La convention nationale contre les violences dans le sport.
- Les outils de prévention.
- Devenir acteur de la lutte contre les violences.





FORMATIONS AU SECOURISME ET SAUVETAGE

(Tous publics)

FORMATIONS AU SECOURISME ET SAUVETAGE (TOUS PUBLICS)

Diplôme délivré par

PSC 1 : prévention et secours civiques - Niveau 1
Diplôme officiel du Ministère de l'Intérieur

- Protection.
- Alerte.
- Conduite à tenir en cas d'étouffement.
- Conduite à tenir en cas de saignement abondant.
- Conduite à tenir en cas d'inconscience de la victime.
- Conduite à tenir en cas d'arrêt respiratoire.
- Conduite à tenir en cas de malaise, de traumatismes.
- Synthèse.
- Évaluation.

Lieu	Toulon
Durée	7h (8h30 - 16h30)
Dates	Présentiel : 28 janvier, 25 février, 25 mars, 29 avril, 27 mai, 24 juin, 30 septembre, 28 octobre, 25 novembre, 16 décembre
Tarif	65 € *
Prérequis	Aucun

Diplôme délivré par

Recyclage du PSC 1

- À faire tous les 3 ans environ.
- Les titulaires d'une AFPS doivent passer un PSC 1 complet.

Lieu	Toulon
Durée	4h
Dates	Présentiel : 11 février, 03 juin, 14 octobre
Tarif	40 €
Prérequis	Être titulaire du PSC 1

*Possibilités de gratuité (voir page 27)



Diplôme délivré par FFMJS

Recyclage du PSE 1

· Mise à jour des compétences acquises lors de la formation initiale du PSE 1.

Lieu	Maison Départementale des Sports, Toulon
Durée	7h
Dates	Présentiel : 2 juin
Tarif	80 €*
Prérequis	Obligatoire chaque année pour les titulaires du PSE 1

Diplôme délivré par FFMJS

PSE 2 : Prévention et Secours en Équipe Niveau 2

· Les bilans, les affections spécifiques, les atteintes circonstancielles.
· Traumatismes et immobilisations.
· Souffrances psychiques et comportements inhabituels.
· Relevages et brancardages.
· Situations particulières.

Lieu	Maison Départementale des Sports, Toulon
Durée	35 h
Dates	Présentiel : en septembre
Tarif	250 €*
Prérequis	Être titulaire du PSE 1

FORMATIONS AU SECOURISME ET SAUVETAGE (TOUS PUBLICS)

Formation organisée et certifiée par

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)

- De 10 jours à 4 mois de formation.
- Tests physiques de présélection.
- Prévention et Secours en Équipe de niveau 1 (PSE 1 : 35h).
- Règlementation.
- Entraînement aux épreuves physiques.

Durée	À partir de 81 h (PSE 1 compris)
Dates	Présentiel : Session 1 : du 03 janvier au 16 mai (Sainte-Maxime) Session 2 : du 10 au 14 avril et du 2 au 7 mai (Toulon)
Tarif	À partir de 650 €* (BNSSA + PSE 1) ; 320€ (BNSSA seul) ; 120 €* (Recyclage BNSSA, durée : 10 h)
Prérequis	Avoir 17 ans le jour de l'examen. Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation et du sauvetage. Être bon nageur.

Diplôme délivré par

Brevet de Surveillant de Baignade (BSB)

- Déterminer les risques de noyades et d'accidents dans les différentes situations. Porter assistance à un baigneur en détresse et prodiguer les gestes de secours nécessaires.
- Organiser les baignades des enfants en collaboration avec l'équipe d'animation.
- Connaître et faire respecter la réglementation des baignades dans les lieux aménagés ou non aménagés.

Durée	35 h sur 5 jours (PSC1 compris)
Dates	Présentiel : Session 1 : du 12 au 16 juin (Toulon - port marchand) Session 2 : automne
Tarif	280€ avec PSC1 et 220€ sans PSC1
Prérequis	Avoir 18 ans au 1er Juillet de l'année en cours. Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation et du sauvetage. Avoir un minimum d'aptitudes et d'entraînement à la natation

*Possibilités de gratuité (voir page 27)



SERVICE CIVIQUE
LES FORMATIONS OBLIGATOIRES

- **Formation civique et citoyenne**
- **PSC1**

SERVICE CIVIQUE
LES FORMATIONS OBLIGATOIRES

Formation civique et citoyenne

- Méthodologie de projet de la mission les fondamentaux du Service Civique (JOUR 1).
- Valeurs de la république. Laïcité, lutte contre les discriminations (JOUR 2).

Lieu	Maison Départementale des Sports, Toulon
Durée	12h (2 jours)
Dates	Présentiel : 24 et 26 janvier, 21 et 23 février, 28 et 30 mars, 25 et 27 Avril, 27 et 29 juin, 26 et 28 septembre, 24 et 26 octobre, 21 et 23 novembre, 12 et 14 décembre
Tarif	100 € (Montant pris en charge par l'Agence Nationale du Service Civique)
Prérequis	Aucun

PSC 1 : prévention et secours civiques - Niveau 1
Diplôme officiel du Ministère de l'Intérieur

- Protection.
- Alerte.
- Conduite à tenir en cas d'étouffement.
- Conduite à tenir en cas de saignement abondant.
- Conduite à tenir en cas d'inconscience de la victime.
- Conduite à tenir en cas d'arrêt respiratoire.
- Conduite à tenir en cas de malaise, de traumatismes.
- Synthèse.
- Évaluation.

Lieu	Maison Départementale des Sports, Toulon
Durée	8h
Dates	Présentiel : 16 janvier, 20 février, 13 mars, 17 avril, 15 mai, 12 juin, 11 septembre, 9 octobre, 13 novembre, 11 décembre
Tarif	60 € (Montant pris en charge par l'Agence Nationale du Service Civique)
Prérequis	Aucun

*Possibilités de gratuité (voir page 27)

MODALITÉS DE FINANCEMENT DE VOTRE FORMATION

En fonction de votre statut, de votre structure et de votre OPCO, vous pouvez bénéficier d'une prise en charge totale de vos frais de formation. Vous trouverez ci-contre une présentation synthétique des possibilités de financements.

Vous êtes bénévole dans une association employeur ?

Possibilité d'une prise en charge totale de vos frais de formation. Votre association doit être à jour de ses cotisations à la formation professionnelle et disposer d'une enveloppe de formation suffisante. Attention, le bénévole devra être élu et membre du bureau, la formation choisie devra être en lien avec le mandat exercé. Contactez-nous pour connaître vos droits.

Vous êtes salarié(e) d'une association?

Possibilité d'une prise en charge totale de vos frais de formation. Votre association doit être à jour de ses cotisations à la formation professionnelle et disposer encore d'une enveloppe de formation suffisante. Contactez-nous pour connaître vos droits.

Votre association dépend de Toulon Provence Méditerranée ?

La Métropole Toulon Provence Méditerranée (TPM) participe aux frais de formation des bénévoles et salariés associatifs. Si votre association appartient à l'une des communes de cette agglomération. Contactez-nous pour plus de renseignements et connaître vos droits.

Vous êtes bénévole d'une association et salarié(e) d'une entreprise ?

Possibilité d'une prise en charge totale ou partielle de vos frais de formation par l'intermédiaire de votre Compte Personnel de Formation (CPF) pour les formations éligibles ou par votre Compte d'Engagement Citoyen (CEC).
Contactez-nous pour connaître vos droits.

Vous êtes bénévole et ne répondez à aucun des cas présentés ci-dessus ? Vos frais de formation sont à négocier avec votre association.

Nous étudierons ensemble toute demande spécifique.



Ces formations sont strictement réservées à l'usage des associations adhérentes et de leurs membres.
Toutes les formations nécessitant une participation aux frais sont calculées sur la base du coût de revient (prix coûtant) du service rendu, lui-même calculé sur la base du budget prévisionnel voté à l'équilibre.

CONDITIONS GÉNÉRALES

Inscription

Hormis dans le cas d'une prise en charge par un OPCO, toutes les fiches d'inscription devront être accompagnées du règlement correspondant. Ce montant devra être envoyé par chèque à l'ordre du CDOS Var à l'adresse suivante :

Comité Départemental Olympique et Sportif du Var
Maison des Sports du Var - Immeuble le Rond-Point
133 boulevard du Général Brosset - 83200 TOULON

Une convention de formation vous sera envoyée à la réception de votre fiche d'inscription ET de votre règlement.

Cette convention de formation fera office de convocation et y seront indiqués les dates, horaires, contenus et adresse de la formation.

Annulation

Le CDOS Var se réserve le droit d'annuler/reporter une formation ou de remplacer un formateur. En cas d'annulation de la part du CDOS Var, les personnes inscrites en seront aussitôt informées. Chaque participant pourra alors choisir d'être entièrement remboursé ou de s'inscrire à une autre date. Un participant qui ne pourrait pas assister à un module peut être remplacé (par une personne à statut égal) sans surcoût (sauf en cas de prise en charge par OPCO). En cas de refus de prise en charge par l'OPCO, le CDOS facturera au stagiaire le tarif « bénévole » correspondant affiché dans la plaquette.



CDOS VAR

compétences 83 sport
Par le CDOS 83

Renseignements et inscriptions

04 94 46 01 92
acdos@cdos83.fr
Séverine Tolleter - Chargée de formation
cdosvar.severine@dcos83.fr



Plus qu'un logiciel, un service d'aide aux trésoriers 01

Créé par et pour les associations 02

Conçu pour les néophytes en comptabilité 03

Principales fonctionnalités

basicompta.fr

> saisie simplifiée
> application du plan comptable associatif
> format CERFA du compte de résultat pour les demandes de subventions
> comptabilité analytique par projet
> bilan, journal, amortissements
> interfaçage avec d'autres applis (HelloAsso,Comiti,...)
> budget prévisionnel

55 €
/an

+30€
de formation
la première année

LES POINTS FORTS :
un prix accessible
simple d'utilisation
compte de
résultat et bilan automatisés
assistance et accompagnement

cdosvar.crib@cdos83.fr
04 94 46 01 92

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS VAR

CDOS du Var
133 boulevard du Général Brosset
83200 TOULON
var.franceolympique.com

PARLE !

NE RESTONS PLUS FIGÉS FACE AUX VIOLENCES



SIGNAL-SPORTS@SPORTS.GOUV.FR

COMITE NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS VAR

À VOS CÔTÉS, SUR TOUS LES TERRAINS

LUTTE CONTRE LES VIOLENCES DANS LE SPORT
EN PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

VAR
LE DÉPARTEMENT

PRÉFET DU VAR
Liberté
Égalité
Fraternité



COMPÉTENCES-SPORT 83
ET LE CDOS DU VAR
REMERCIENT LEURS PARTENAIRES :

Var Le Département

Région Sud Provence Alpes Côte d'Azur

Métropole Toulon Provence Méditerranée

Agence Nationale du Sport

Préfet du Var
Liberté
Égalité
Fraternité

Toulon Port du Levant

FFSS

Université de Toulon

Fédération Française Sports pour Tous

Fédération Française de Randonnée et de Montagne

Comité National Olympique et Sportif Français
CROS Provence-Alpes Côte d'Azur

Afdas
OPÉRATEUR DE VOS COMPÉTENCES



Comité Départemental Olympique et Sportif du Var
Maison des Sports du Var · Immeuble le Rond-Point
133 boulevard du Général Brosset · 83200 TOULON
Tél. : 04 94 46 01 92 · Mél : acdos@cdos83.fr

www.competences-sport83.fr

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS VAR

compétences 83 sport

cdos var

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
la certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION

Organisme de formation certifié Qualiopi certification des organismes de formation selon le référentiel CPS RNCQ DR 02

margigacomoni.com - photos: Adobe Stock