



Comité Départemental Olympique et Sportif du Var



FORMATIONS 2018

Dirigeants sportifs • Bénévoles • Salariés



CDOS

VAR

Le Comité Départemental Olympique et Sportif du Var, créé en 1976, coordonne et représente le mouvement sportif varois, composé de 65 comités départementaux qui fédèrent 2 246 clubs animés par plus de 10 000 bénévoles au service de 230 167 licenciés*.

GESTION **humaine**
financière fonction employeur
responsabilités vie statutaire
vie démocratique

COMMUNICATION
PROJET **ASSOCIATIF**

Ensemble
et plus...

Le CDOS du Var une équipe à votre écoute



Nicolas Castan
Directeur

Isabelle Boisvilliers
Conseillère technique
Coordinatrice

Jean-Paul Péron
Vice-Président
Responsable
de la Commission
Formation

Lucienne Roques
Présidente

Jérôme Rézé
Conseiller technique

Laura Maximiano
Conseillère technique

Chokri Oueslati
Membre de la
commission formation

Organisme de formation reconnu, le CDOS du Var s'est toujours positionné au service des bénévoles du système sportif français. La labellisation FAC (Facilitateur en Acquisition de Connaissances) obtenue en 2017, est une reconnaissance de la qualité des formations du CDOS 83.

« Organisation et fonctionnement d'un club, élaboration et mise en œuvre du projet associatif, responsabilités et assurances, budgets et financements, communication et réseaux sociaux, partenariats, santé, sécurité, professionnalisation »... sont autant de sujets destinés à conforter les compétences des dirigeants et à motiver leur engagement volontaire.

À travers ses formations le CDOS 83 soutient et accompagne ses dirigeants sportifs. Le programme, élaboré pour répondre au mieux aux besoins, attentes et difficultés recensés, n'est cependant pas exhaustif et peut s'adapter à toute demande spécifique (organisation sportive, collectivité...), notamment dans les territoires varois.

Nous espérons donc que de nombreux dirigeants pourront y trouver des enseignements utiles.

Toujours au service de tous.

Lucienne Roques Présidente du CDOS Var
Jean-Paul Péron Vice-Président
Responsable de la Commission Formation

Sommaire

page

2 Édito

4 Modalités de financement

5 Faire fonctionner son association

9 Être employeur / engager un service civique

10 Développer la communication

13 Gérer et développer les ressources financières

16 Se former au secourisme

17 Se professionnaliser

20 Formations Santé

22 Conditions générales

23 Les partenaires du CDOS

*Chiffres 2016 : Source DRJSCS PACA

Photos : CDOS • Design graphique : www.studioarfi.com
Imprimerie : Marim (Imprimerie verte)

Modalités de financement

de votre formation

En fonction de votre statut, de votre structure et de votre OPCA, vous pouvez bénéficier d'une prise en charge totale ou partielle de vos frais de formation. Vous trouverez ci-dessous 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 encore d'une enveloppe de formation suffisante. Attention, en fonction de votre OPCA, le bénévole devra être accompagné d'un salarié du club à la formation afin que sa prise en charge puisse être validée.

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.

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

Possibilité d'une prise en charge totale de vos frais de formation par l'intermédiaire de votre CPF (Compte Personnel de Formation). Vous devez en faire la demande auprès de votre employeur.

Votre association dépend de Toulon Provence Méditerranée ?

Métropole Toulon Provence Méditerranée (TPM) finance une partie des frais de formation des bénévoles et salariés associatifs. Si votre association appartient à l'une des communes de cette agglomération, n'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.

Vous êtes bénévoles 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.



Faire fonctionner son association



Statuts, règlement intérieur, organisation de l'AG...

- Statuts et règlement intérieur.
- Organisation de l'assemblée générale ordinaire et extraordinaire.
- Adhésion (cotisation, licence, assurance).
- Rôles et fonctions des membres...

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 4h - de 14h à 18h

Date 5 septembre 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun

Financements : bien rédiger votre projet associatif

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 4h - de 14h à 18h

Dates 24 janvier • 31 janvier 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun



* Possibilités de gratuité (voir page 4)



Faire fonctionner son association

Gestion des conflits dans le groupe

- Les relations humaines.
- L'organisation de réunions.
- La communication dans le groupe.
- La gestion des personnalités.

Lieu Toulon

Durée 4h - de 14h à 18h

Dates 18 avril • 21 novembre 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun

Les responsabilités civiles, pénales et financières du dirigeant bénévole

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Dates 23 mai • 14 novembre 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun



* Possibilités de gratuité (voir page 4)

Faire fonctionner son association



Formation complète de dirigeants (gestion associative)

- Organisation et administration de l'association.
- Loi 1901 - organisation du sport en France.
- Communication - Comptabilité - Fiscalité - Financements de l'association.
- Assurances et responsabilités pénales.
- Méthodologie de projet - Le projet associatif.
- Sport et développement durable.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 5 jours (35h)

Date 16 au 20 avril 2018

Possibilité de valider aussi chaque module de la formation pendant l'année 2018 (Nous contacter)

Tarif 90 € *

Prérequis Aucun



Vous êtes une association ou un comité, vous souhaitez créer un emploi ou faire gérer un emploi... Le CDOS 83 est là, pour vous décharger de ces lourdeurs administratives !

Le CRIB, un service indispensable pour gérer vos emplois !

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

Vous êtes une association ou un comité, vous avez des missions à confier à un jeune (16-25 ans) ou vous souhaitez lui ouvrir les portes de votre association pour développer des projets auxquels vous n'auriez pas pensé ? Le CDOS 83 est là !

Notre plateforme d'intermédiation du Service Civique

- ❑ Formation citoyenne.
- ❑ Mise à disposition de jeunes volontaires pour des missions de 8 mois.
- ❑ Aide à la recherche de candidat(s).
- ❑ Gestion administrative complète de la mission.
- ❑ Suivi du volontaire (co-tutorat).

Être employeur / engager un service civique



Gestion de l'emploi : êtes-vous en règles ?

- Contrat de travail.
- Planning.
- Convention Collective Nationale du Sport.
- Déclarations obligatoires.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon

Durée 8h - de 9h à 18h ou 2 x 4h - de 14h à 18h

Dates 10 janvier 2018 (8h) ou 12 & 22 septembre 2018 (2 x 4h)

Tarif 80 €*

Prérequis Aucun

Citoyenneté et valeurs de la République

(Formation obligatoire pour les jeunes en service civique).

- Les valeurs de la république.
- Organisation de la démocratie française.
- Observation d'une séance d'un conseil municipal.

Lieu Nous contacter

Durée 6 h

Date Nous contacter

Tarif Gratuit

Prérequis Être engagé volontaire dans une association sportive





Développer la communication

Infographie : savoir créer des affiches pour son club

- Gratuité du logiciel.
- Différentes fonctions du logiciel «The Gimp».
- Exercices pratiques.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Dates 17 janvier 2018 • 16 mai 2018 • 5 décembre 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Créer le site internet de votre club avec Wordpress

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 2 jours (16h) - de 9h à 18h

Dates 11 et 12 avril 2018 • 12 et 13 décembre 2018

Tarif 160 € *

Prérequis Aucun



Développer la communication



Utiliser Facebook pour son club

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Dates 28 mars 2018 • 26 septembre 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Réussir et exploiter vos photos

- Fonctionnalités d'un appareil reflex numérique.
- Différentes prises de vues.
- Conseils et techniques pour des photos nettes et de qualité.
- Retouches photos.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Date 27 juin 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Twitter - Instagram - Snapchat : de nouveaux outils pour mon club

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 4h - de 9h à 13h

Dates 13 juin • 10 octobre 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun

* Possibilités de gratuité (voir page 4)



Développer la communication

Réaliser un montage vidéo pour son club

- Gratuité du logiciel • Utilisation d'une caméra numérique.
- Différentes fonctions du logiciel «Windows live movie maker».
- Création d'un montage vidéo • Exercices pratiques.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Dates 7 février 2018 • 3 octobre 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Concevoir et mettre en œuvre la communication de l'association

- Connaître les règles fondamentales de la communication.
- Élaboration d'un plan de communication avec les médias.
- Étapes de la communication.
- Exercices pratiques.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h ou 2 x 4h - de 14h à 18h

Dates 4 avril 2018 (8h) • 7 et 17 novembre 2018 (2 x 4h)

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

PowerPoint : créer des projections de qualité pour vos réunions

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 4h

Dates 13 juin 2018 • 10 octobre 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun

* Possibilités de gratuité (voir page 4)

Gérer et développer les ressources financières



Gérer un budget et assurer la comptabilité

d'une association - Découverte du logiciel Basicompta

- Grand livre, compte de résultats, bilan.
- Présentation des comptes.
- Documents obligatoires.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Dates 21 mars 2018 • 6 juin 2018 • 17 octobre 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Savoir préparer ses demandes de subventions

- Financements possibles auprès des collectivités territoriales (région, département, commune).
- Centre National de Développement du Sport (CNDS).
- Comment bien remplir vos demandes de subventions.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Date 21 février 2018

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Connaître les subventions européennes

- Différents dispositifs de financements européens.
- Outils et conseils pour le montage des dossiers de financements.
- Principe de gestion d'une subvention européenne.


Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 4h - de 14h à 18h

Dates 30 mai 2018 • 28 novembre 2018

Tarif 40 €

Prérequis Aucun



Gérer et développer
les ressources financières

Sponsoring, mécénat, crowdfunding :

Développez les ressources de votre club

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h ou 2 x 4h de 14h à 18h

Dates 19 mars 2018 (8h) • 19 septembre et 6 octobre 2018 (2 x 4h)

Tarif 80 € *

Prérequis Aucun

Basicompta : le logiciel qui vous simplifiera la comptabilité

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

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 3h - de 17h à 20h

Dates 30 janvier 2018 • 27 mars 2018 • 29 mai 2018

25 septembre 2018 • 27 novembre 2018

Tarif 30 € • Licence annuelle pour le logiciel : 52 €

Prérequis Aucun



Simplifiez-vous la comptabilité !

Un logiciel simple et pratique utilisé par près
de 2 400 associations en France !

- Saisie simplifiée des pièces comptables.
- Suivi des soldes bancaires.
- Édition automatique du compte de résultat (cerfa) nécessaire pour les demandes de subventions.
- Édition des bilans et amortissements.
- Réalisation d'un suivi comptable par action.
- Votre comptabilité accessible de n'importe quel ordinateur avec une connexion internet.

Basicompta est
maintenant distribué
par le CDOS Var
Renseignements
04 94 46 01 92



* Possibilités de gratuité (voir page 4)



Se former au secourisme

PSC1 : 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	8h - de 8h30 à 17h30
Dates	27 janvier 2018 • 24 février 2018 • 31 mars 2018 • 28 avril 2018 26 mai 2018 • 30 juin 2018 • 29 septembre 2018 • 27 octobre 2018 24 novembre 2018 • 22 décembre 2018
Tarif	50 € *
Prérequis	Aucun

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 - de 8h à 12h
Dates	24 mars 2018 • 16 juin 2018 • 10 novembre 2018
Tarif	30 €
Prérequis	Être titulaire du PSC1

* Possibilités de gratuité (voir page 4)

Se professionnaliser

Formations
qualifiantes

FNMNS

Brevet Nationale de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)

Formule «express» : 5 jours de formation

- Tests physiques de présélection : 100 m NL • 100 m PMT • 15 m apnée dynamique.
- Prévention et Secours en équipe de niveau 1 (PSE 1 : 35h).
- Réglementation.
- Entraînement aux épreuves physiques.

Lieu	Maison Départementale des Sports, Toulon.
Durée	55h
Date	14 au 18 mai 2018
Tarif	530 € (BNSSA + PSE 1) • 250 € (BNSSA si titulaire du PSE 1)
Prérequis	Avoir 18 ans le jour de l'examen. Certificat médical de non contre-indication au sauvetage nautique. Savoir nager.

Brevet de Surveillant de Baignade

- 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.

Lieu	Toulon
Durée	35h
Date	18 au 22 juin 2018
Tarif	260 € *
Prérequis	Avoir 18 ans au 1 ^{er} Juillet de l'année en cours. Être reconnu apte médicalement 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 4)



Se professionnaliser



Formations
qualifiantes



Certificat de Qualification Professionnelle Animateur de

Loisirs Sportifs (CQP ALS) - option jeux sportifs et d'opposition

Formation théorique = 160h + stage pratique = 50h minimum

Organisé en partenariat avec l'UFOLEP 83.

- Module 1 : les publics, leurs besoins. L'environnement sportif. Le cadre réglementaire de la pratique sportive. L'organisation d'une structure. Règles de sécurité au regard des activités sportives. Rôle, statut et fonctions.
- Module 2 : le projet d'animation sportive. Les objectifs (pédagogiques et opérationnels). Les critères et indicateurs d'évaluation.
- Module 3 : la préparation d'une séance pédagogique. La conduite d'une séance pédagogique. Les techniques d'animation de groupe.
- Module remise à niveau (acquisition des savoirs de base) + Approche citoyenne dans le sport (PSC1 et promotion des valeurs du sport) = 84h en formation théorique/pratique.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 294 h

Date octobre 2018

Tarif Nous consulter

Prérequis Avoir 18 ans au moment de l'entrée en formation, présenter une attestation de pratique d'activités sportives de loisirs ou de performance dans une même famille, d'une durée minimale de 140 heures dans les 3 années qui précèdent l'inscription en formation.



Annuaire du SPORT.fr



Conception graphique : CDOS 86 - Ne pas jeter sur la voie publique

Pour faire connaître
votre club ou comité sportif*

* annuaire en ligne entièrement gratuit

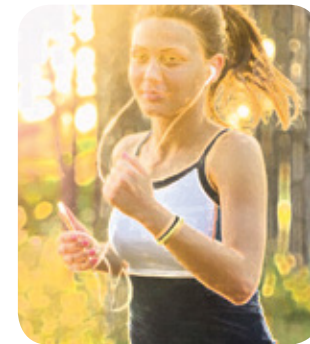


Pensez à mettre à jour
vos coordonnées sur :
www.annuairedusport.fr

* Possibilités de gratuité (voir page 4)



Formations Santé



Formations Santé

DIABÈTE • Sport santé 1^{er} niveau : prise en charge de personnes souffrant de diabète dans son club

- Apport de connaissances sur la maladie, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées aux APS.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Date 2 octobre 2018

Tarif 80 €

Prérequis Aucun

CARDIO • Sport santé 1^{er} niveau : prise en charge de personnes ayant des problèmes cardiovasculaires dans son club

- Apport de connaissances sur les maladies, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées aux APS.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Date 9 octobre 2018

Tarif 80 €

Prérequis Aucun

SURPOIDS • Sport santé 1^{er} niveau : prise en charge de personnes en surpoids dans son club

- Apport de connaissances sur les problèmes de surpoids, caractéristiques des symptômes et d'éventuelles conséquences liées aux APS.
- Techniques et ateliers pratiques pour proposer une reprise d'activité physique.

Lieu Maison Départementale des Sports, Toulon.

Durée 8h - de 9h à 18h

Date 16 octobre 2018

Tarif 80 €

Prérequis Aucun



* Possibilités de gratuité (voir page 4)

Conditions générales

Renseignements
et inscriptions
04 94 46 01 92
ou acdos@cdos83.fr.

Contact
Jérôme REZE,
Conseiller technique
du CDOS Var

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.

Inscription

Hormis dans le cas d'une prise en charge par un OPCA, 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 OPCA).

En cas de refus de prise en charge par l'OPCA, le CDOS facturera au stagiaire le tarif « bénévole » correspondant affiché dans la plaquette.



Le Comité Départemental Olympique et Sportif du Var remercie ses partenaires...

