



**CROS**

**ÎLE-DE  
FRANCE**

**LE CROS ÎLE-DE-FRANCE PRÉSENTE  
DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2024**

# **LE CATALOGUE DES FORMATIONS SPÉCIAL JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES**

**Formations Gratuites pour les Ligues et Comités IDF**



**CROS**

**ÎLE-DE  
FRANCE**

# PRÉSENTATION

Le CROS Île-de-France propose de nombreuses formations à tous les acteurs du mouvement sportif francilien.

**Pour cette fin d'année 2024 marquée par l'olympisme et le paralympisme, les formations proposent un éventail de thématiques gratuites pour nos ligues et comités adhérentes au CROS Île-de-France.**

Animées par des intervenants spécialisés, nos formations couvrent les principaux domaines de la vie associative:

<b>Types de formation</b>	_____	<b>p.3</b>
<b>Formations sur mesure</b>	_____	<b>p.5</b>
<b>Vie associative - Gestion financière</b>	_____	<b>p.6</b>
<b>Développer son club</b>	_____	<b>p.6</b>
<b>Adapter sa communication et son comportement</b>	_____	<b>p.6</b>
<b>Améliorer la communication de son association</b>	_____	<b>p.7</b>
<b>Valeurs de la République et Laïcité</b>	_____	<b>p.7</b>
<b>ESPM</b>	_____	<b>p.8</b>
<b>Les pistes de formations en 2025</b>	_____	<b>p.9</b>

## *Les formations du CROS Île-de-France*

- Sont certifiées Qualiopi. Ce label atteste de la qualité du processus concourant au développement des compétences. Il assure une plus grande lisibilité de l'offre de formation auprès des bénévoles, salariés, entraîneurs... participant à nos formations.
- Sont dispensées en distanciel et/ou en présentiel.



# LES TYPES DE FORMATION

Notre offre est composée de formations, majoritairement transverses aux domaines associatifs et sportifs, conçues pour répondre aux besoins et aux attentes du mouvement sportif francilien.

## FORMATION DANS NOS LOCAUX ET /OU À DISTANCE

**Durée courte (3h00 à 7h00)**  
Thèmes variés

## FORMATION DANS VOS LOCAUX ET /OU À DISTANCE

**Durée courte (3h00 à 7h00)**  
Thèmes variés et/ou programmes adaptés à vos besoins

## SOIRÉE D'INFORMATION ET WEBINAIRE

**Durée courte (2h00 à 4h00)**  
Thèmes variés

# LES FORMATIONS DANS NOS LOCAUX

## CROS Île-de-France

1 rue des Carrières  
94250 GENTILLY

Horaires de permanence  
téléphonique du lundi au  
vendredi:

01 49 85 84 90

09h00-13h00 / 14h00-17h00



### ACCÈS

Cité Universitaire  
ou RER Gentilly  
puis 10 minutes à pieds  
jusqu'à 1 rue des  
Carrières, 94250 Gentilly



# LES FORMATIONS DANS VOS STRUCTURES

## FORMATIONS STANDARDS

(gratuites en 2024 pour les ligues et comités franciliens)

Ce sont des formations à discrétion au profit des ligues et comités franciliens. Le programme est issu du catalogue proposé. Une adaptation est possible selon les attentes et les besoins des stagiaires qui sont recensés en début de formation.

# FORMATIONS SUR MESURE

## En 2024, formations gratuites pour tous les comités et ligues franciliens

Ce sont des formations effectuées après l'étude des besoins des stagiaires et de l'organisation / la structure sportive.

Du mois de septembre au mois de décembre 2024, les ligues et comités franciliens identifient leurs besoins, les thèmes à traiter, afin d'établir une réponse adaptée.

Les thématiques proposées sont:

### Vie Associative

- Gérer une association loi 1901, statuts, assemblée générale, CA, dirigeants, rôles et fonctions ;
- L'environnement de l'association et la nouvelle gouvernance ;
- Sensibiliser les acteurs du sport aux pratiques comptables ;
- Les responsabilités et les assurances des associations et de leurs dirigeants ;
- Élaboration d'un projet associatif et recherche de subventions (5 modules) ;
- S'engager pour le développement durable au sein de son association (3 modules) ;
- Gestion des problèmes associatifs ;
- Découvrir les fonds européens ;
- Manager son équipe de bénévoles ;
- Accueillir un public handicapé ;
- Accueillir un public LGBT et LGBT+ ;
- Encadrer les adolescents dans les structures sportives ;
- Les techniques de résolution des conflits ;

### Communication

- Savoir transmettre un message pour convaincre ;
- Devenir animateur dans la lutte pour le Cyberharcèlement ;
- Utiliser les techniques de communication indirecte et d'influence positive ;
- Élaborer une stratégie de communication ;

### Informatique

- Formation informatique ( sur demande / module)

### Haut-Niveau

- Préparation mentale ;

### Éthique et Citoyenneté

- Valeurs de la République et Laïcité ;

Pour toute demande de formation sur mesure:  
**[formations@crosif.fr](mailto:formations@crosif.fr)**

# VIE ASSOCIATIVE – GESTION FINANCIÈRE

	Durée	Mode	Date
Être dirigeant associatif : Gérer une association loi 1901, statuts, assemblée générale, conseil d'administration, dirigeants, rôles et fonctions.	7 heures	Présentiel	Jeudi 19 septembre Mardi 8 octobre
Le trésorier de l'association	7 heures	Présentiel	Mardi 24 septembre Jeudi 17 octobre
Sensibiliser les acteurs du sport aux pratiques comptables	7 heures	Présentiel	Jeudi 3 octobre Jeudi 24 octobre
Les responsabilités et assurances des associations et de leurs dirigeants	7 heures	Présentiel	Mardi 29 octobre
L'environnement de l'association et la nouvelle gouvernance	3 heures	Distanciel	Mardi 17 septembre Vendredi 22 novembre
Elaboration d'un projet associatif et recherche de subventions (5 modules) <b>Module1:</b> Construire son projet associatif	3 heures	Mixte	Mercredi 18 septembre Mardi 1er octobre
Gestion des problèmes associatifs	3 heures	Prés/Dist	Mardi 17 septembre Lundi 14 novembre
Manager son équipe de bénévoles	3 heures	Présentiel	Vendredi 27 septembre Jeudi 28 novembre

## DÉVELOPPER SON CLUB

	Durée	Mode	Date
<b>S'engager pour le développement durable au sein de son association</b> Module 1: Politique RSO – Malette du dirigeant responsable Module 2: Évènement bas carbone – Actualités des institutions Module 3: Devenir animateur de la fresque responsable	3 Modules de 7 heures	Présentiel	Vendredi 18 octobre Vendredi 8 novembre Vendredi 6 décembre
Accueillir, fidéliser et encadrer un public d'adolescents au sein de votre association	3 heures	Prés/Dist	Lundi 23 septembre Mardi 19 novembre
Atelier: Découverte des Fonds Européens	4 heures	Présentiel ..... Distanciel	Vendredi 4 octobre Vendredi 15 novembre Mardi 3 décembre ..... Vendredi 25 octobre Mardi 26 novembre Mercredi 11 décembre
Accueillir un public handicapé dans son association	----	----	sur demande
Accueillir un public LGBT et LGBT+	----	----	sur demande
Haut-niveau: La préparation mentale			Jeudi 21 novembre

## ADAPTER SA COMMUNICATION ET SON COMPORTEMENT

	Durée	Mode	Date
Les techniques de résolution des conflits	7 heures	Présentiel	Mercredi 2 octobre Jeudi 7 novembre
Savoir transmettre un message pour convaincre	7 heures	Présentiel	Mardi 15 octobre
Prendre la parole en public	7 heures	Présentiel	Mercredi 9 octobre Jeudi 5 décembre
Devenir animateur dans la lutte contre le Cyberharcèlement	3 heures	Présentiel	sur demande

# AMÉLIORER LA COMMUNICATION DE SON ASSOCIATION

	Durée	Mode	Date
Utiliser les techniques de communication indirecte et d'influence positive	7 heures	Prés./Dist	Mercredi 16 octobre Mercredi 13 novembre
Élaborer une stratégie de communication pour sa structure	7 heures	Distanciel	sur demande
Outlook (gestion des emails, du planning, du calendrier...)	3 heures	Prés./Dist	sur demande
Canva : création de supports de communication	3 heures	Prés./Dist	sur demande
Formation sur les logiciels Powerpoint	3 heures	Prés./Dist	sur demande
Exploiter toutes les dimensions d'Excel	3 heures	Prés./Dist	sur demande
Organiser une réunion à distance avec Zoom - Teams	3 heures	Prés./Dist	sur demande

## Valeurs de la République et Laïcité

Aux côtés de la préfecture de la région d'Île-de-France, le CROS Île-de-France participe au déploiement du plan national de formation Valeurs de la République et Laïcité (VRL) pour le mouvement sportif francilien sous l'égide de l'Agence nationale de la cohésion des territoires.

La formation "Valeurs de la République et Laïcité" permet aux acteurs de terrain et aux bénévoles du milieu associatif d'être au clair avec le principe de laïcité, de mieux comprendre comment l'appliquer et l'expliquer dans l'exercice de leurs activités.

À l'issue de la formation, les stagiaires sont ainsi à même :

- D'adopter un positionnement adapté à leur activité et au statut de leur structure employeuse ;
- De répondre aux demandes et situations rencontrées dans l'exercice de leurs fonctions. Ces réponses sont fondées sur le droit en matière de respect des principes de laïcité et de non-discrimination et sur une logique de dialogue et de pédagogie.

	Durée	Mode	Date
Journée Sensibilisation Laïcité / VRL	9h- 17h	Présentiel	Mercredi 18 septembre
Formation Laïcité / VRL sur 2 matinées	9h - 12h30	Distanciel	Mercredi 25 & jeudi 26 septembre
Formation Laïcité / VRL sur 2 jours	9h- 17h	Présentiel	Jeudi 10 & vendredi 11 octobre
Formation Laïcité / VRL sur 2 matinées	9h - 12h30	Distanciel	Mercredi 16 & jeudi 17 octobre
Journée Sensibilisation Laïcité / VRL - une matinée	9h - 13h	Distanciel	Mercredi 30 octobre
Formation Laïcité / VRL sur 2 matinées	9h - 12h30	Distanciel	Mercredi 13 & jeudi 14 novembre
Journée Sensibilisation Laïcité / VRL	9h- 17h	Distanciel	Mercredi 27 novembre
Formation Laïcité / VRL sur 2 matinées	9h - 12h30	Distanciel	Mercredi 18 & jeudi 19 décembre



# ÉDUCATEUR SPORT SUR PRESCRIPTION MÉDICALE

Le CROS Île-de-France s'engage dans la formation "Éducateur sport sur prescription médicale" (ESPM). Cette formation a pour objectifs de :

- Être capable d'assurer l'éducation pour la santé et évaluer la situation initiale du patient ;
- Concevoir, planifier, mettre en œuvre et évaluer un programme d'activité physique individualisé
- et adapté à l'état de santé de la personne ;
- Savoir réagir face à un accident au cours de la pratique ;
- Connaître les caractéristiques générales des principales pathologies chroniques.

L'ESPM est une formation permettant de prendre en charge des publics atteints de certaines maladies chroniques en prévention primaire ou secondaire pour leur faire pratiquer des activités physiques adaptées. À l'issue de la formation, les éducateurs seront en mesure d'élaborer un programme d'activités basé sur une évaluation de la condition physique, de la motivation... et de le mettre en œuvre tout en l'adaptant à l'évolution des personnes concernées.

Cette formation vous explique également comment intégrer le dispositif régional Prescri'forme pour encadrer, évaluer et géolocaliser son activité sur [prescriforme.fr](https://www.prescriforme.fr) dans le cadre du sport sur ordonnance, c'est-à-dire de la prescription d'APS par les médecins.

**A partir du mois d'octobre**  
**Pour plus d'informations, consulter notre page web**  
**<https://www.crosif.fr/formations/>**



# LES PISTES DE FORMATIONS EN 2025

Déclinaison régionale du dispositif CNOSF du "Club des 300"

Gestion du personnel au sein de la structure sportive (le droit du personnel, les jours de congé - gestion RH)

Impact et Héritage - Impact social des JOP

Mise en place de la Grande Cause nationale dans nos Ligues et Comités/Héritage

Dirigeants: Recruter et intégrer dans son association sportive un nouveau salarié

Comprendre le cyberharcèlement

Le Esport dans les structures sportives

Gérer les conflits rencontrés par les arbitres

---

## L'ÉTHIQUE DANS LE MILIEU SPORTIF

Prévenir la radicalisation dans le champ du sport

Protéger les pratiquants

Agir contre le dopage

Prévenir les discriminations

Prévenir les violences dans le sport



**CROS**

**ÎLE-DE  
FRANCE**

## LES FORMATIONS DU CROS ÎLE-DE-FRANCE C'EST...

### Expérience

Pourriez-vous noter votre expérience de formation au CROS Île-de-France ?

**4.1 / 5**



### Recommandations

Recommanderiez-vous nos formations à un ami ou un collègue ?

**7.9 / 10**



Les inscriptions se font toujours via un **formulaire en ligne** disponible sur notre site internet. Vous y trouverez aussi toutes les informations à jour concernant les dates, les programmes, les nouveautés.

### Prise en charge des formations par l'AFDAS

Le ministère du Travail a délivré à l'AFDAS, opérateur historique de la Culture et des Media, l'agrément lui permettant d'assurer les missions d'Opérateur de Compétences (OPCO) dans le champ du sport depuis le 1er avril 2019 en remplacement d'Uniformalion. C'est donc désormais l'interlocuteur de toutes les structures sportives, ayant au minimum 1 salarié, pour les questions portant sur le financement des besoins en formations.



#### Contact : Zeina HELOU

Chargée de mission formation  
formations@crosif.fr



#### Pour plus d'informations

<https://www.crosif.fr/formations/>

**Qualiopi**  
processus certifié

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



**CROS**

**ÎLE - DE  
FRANCE**