

FORMEZ VOTRE ÉQUIPE !

Activités physiques

Prévention

Bien-être

— Collège - Lycée —

Ugsel Pays de la Loire, acteur de santé, bien-être.



UGSEL
PAYS DE LA LOIRE

Contact

Ugsel Pays de la Loire

5 rue du Haut Pressoir
BP 61028 - 49010 ANGERS
Cedex 01

ugselformation@saumur.net

Directeur

P. 06 11 91 67 31

Secrétariat Formation

(du mardi au vendredi)
T. 02 41 79 51 74

« La santé est un état complet de bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

OMS - 1946

Les + de l'UGSEL

- ⊕ Des formations concrètes
- ⊕ Des apports de connaissances pertinents
- ⊕ Des stratégies pédagogiques performantes
- ⊕ Des mises en situations adaptées aux profils des élèves
- ⊕ Des outils pédagogiques opérationnels
- **Un accompagnement des équipes à la demande des Chefs d'établissements**



Pour toute autre demande de formation,
contactez-nous.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

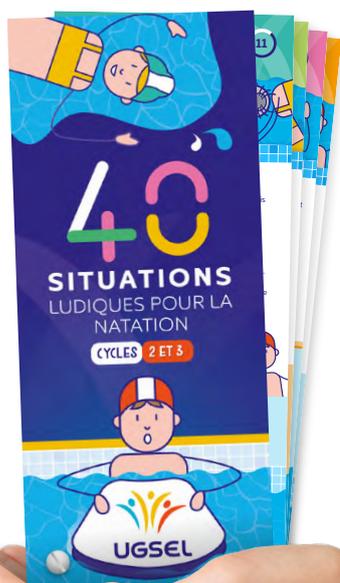
Savoir Nager en Sécurité (SNS)

Réalisation d'un parcours aquatique en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes

Objectifs

- ✓ Concevoir un cycle d'apprentissage « savoir nager ».
- ✓ Mettre en œuvre et animer des séances d'apprentissage du « savoir nager en sécurité ».
- ✓ Évaluer les élèves pour délivrer l'« Attestation Savoir Nager en Sécurité » (ASNS).

Public : Cycle 3
Durée : 12 heures



Savoir Rouler à Vélo (SRAV)

Programme du Ministère des sports

- **Bloc 1** : Savoir pédaler, maîtriser les fondamentaux du vélo.
- **Bloc 2** : Savoir circuler à vélo en milieu sécurisé.
- **Bloc 3** : Savoir circuler à vélo en autonomie sur la voie publique.



Objectifs

- ✓ S'appropriier le contenu du dispositif ministériel « Savoir Rouler à Vélo » (SRAV).
- ✓ Concevoir, mettre en œuvre, animer des situations pédagogiques dans les 3 blocs d'apprentissage.
- ✓ Planifier une sortie sur la voie publique pour valider le bloc 3.
- ✓ Évaluer l'apprenant dans un dispositif d'évaluation défini.

Public : Cycle 3
Durée : 12 heures



PRÉVENTION

PSSM

Premiers Secours en Santé Mentale Module Jeune

« Reconnaître, comprendre et accompagner les jeunes en situation de mal-être »

Objectifs

- ✓ Savoir prendre en charge un jeune en situation de détresse psychologique.
- ✓ Reconnaître les signes de détresse psychologique chez les jeunes.

Contenus

- ✓ Développer des compétences relationnelles pour accueillir la parole d'un jeune : Écouter, réconforter, informer, accompagner.
- ✓ Les différents troubles de santé mentale chez les jeunes.

Anxiété, Dépression, troubles alimentaires, comportements suicidaire, d'automutilation.

Public : Tout salarié

Durée : 14 heures



PSC

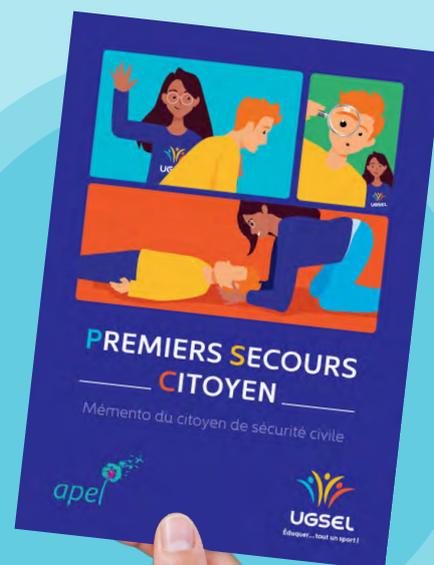
Premiers Secours Citoyen

Objectif

- ✓ Acquérir les capacités nécessaires pour agir en citoyen acteur de sécurité civile.

Public : Tout salarié

Durée : 7 heures



Du bobo à l'urgence vitale chez les jeunes

Chez les jeunes, de la blessure bénigne à la situation d'urgence vitale nécessitant une intervention immédiate dans l'attente du SAMU

Objectifs

- ✓ Acquérir les capacités nécessaires pour agir en tant qu'adulte face à un jeune en détresse

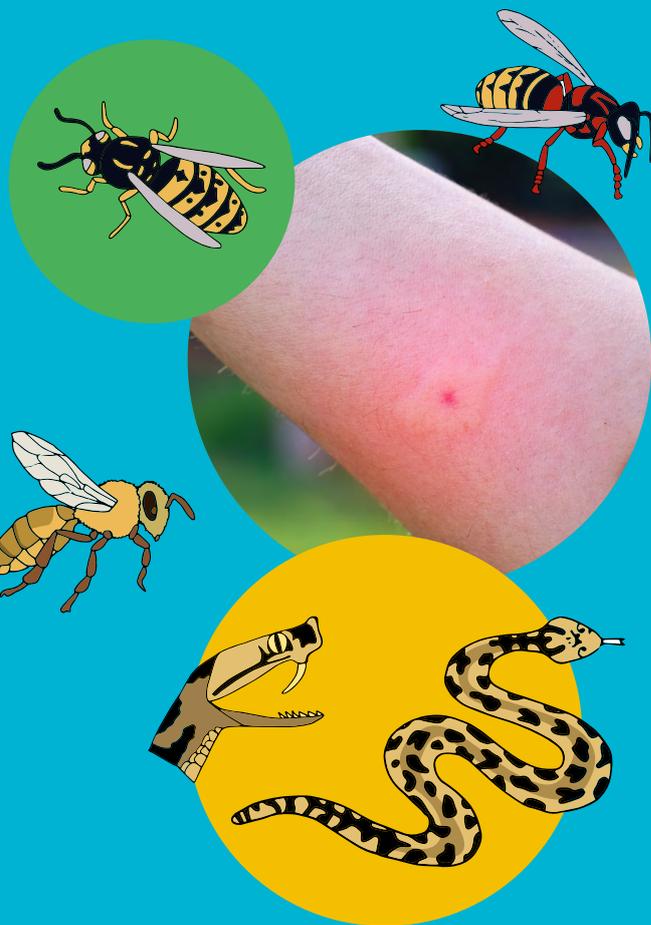
Public : Tout salarié

Durée : 12 heures incluant le diplôme PSC*

*Premiers Secours Citoyen

Thématiques

- ✓ Fièvre
- ✓ Anaphylaxie (allergie) sévère
- ✓ Traumatisme avec section de doigt
- ✓ Corps étranger dans le nez ou le conduit auditif
- ✓ Piqûres d'insectes
- ✓ Morsure de serpent ou d'animal
- ✓ Crise convulsive
- ✓ Electrification
- ✓ Dent cassée à la suite d'un traumatisme
- ✓ Choc à la tête
- ✓ L'étouffement
- ✓ Le saignement de nez
- ✓ L'hémorragie
- ✓ Les plaies
- ✓ Les brûlures
- ✓ Le traumatisme de la colonne vertébrale
- ✓ Le traumatisme des membres
- ✓ Le malaise
- ✓ La perte de connaissance
- ✓ L'arrêt cardio-respiratoire



SST

Sauveteur Secouriste du Travail



Tout salarié qui souhaite contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise et intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail

Objectifs

Cette formation certifiante permet, par l'acquisition de compétences spécifiques, de :

- ✓ Repérer les situations dangereuses dans son entreprise et savoir à qui et comment relayer ces informations ;
- ✓ Participer à la mise en œuvre d'actions de prévention et/ou de protection ;
- ✓ Savoir qui et comment alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise ;
- ✓ Maîtriser les conduites à tenir et les gestes de premiers secours

Public : Tout salarié
Durée : 14 heures

MAC SST

Maintien et Actualisation des Compétences du Sauveteur

Tous les deux ans, tout salarié qui souhaite réactualiser ses compétences relatives à la prévention et au secours

Objectifs

- ✓ Réactualiser ses compétences relatives à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise et intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail

Public : Tout salarié
Durée : 7 heures





BIEN-ÊTRE



Gestion du stress

Améliorer son bien-être mental pour mieux gérer ses tensions internes et le stress.

Développer des aptitudes à prévenir les situations stressantes.

Objectifs

- ✓ Repérer les symptômes permettant d'identifier le stress.
- ✓ Comprendre le processus du stress.
- ✓ Acquérir différentes techniques psychocorporelles pour mieux gérer ses tensions.
- ✓ Aider/accompagner jeunes et adultes dans la gestion de leurs émotions et leur stress.

Public : Tout salarié
Durée : 6 heures



Les violences sexistes et sexuelles dans le milieu sportif

Objectifs

- ✓ Contribuer à la mise en œuvre d'actions de sensibilisation sur les violences sexistes et sexuelles dans le sport garantissant l'intégrité physique et psychologique des personnes dans les relations humaines.

Compétences

- ✓ Concevoir, mettre en œuvre et animer une sensibilisation sur les violences sexistes et sexuelles dans le sport contribuant au bien être des personnes dans la relation à l'autre dans le respect de la personne.

Public : Tout salarié
Durée : 3 heures




MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


MINISTÈRE DES SPORTS, DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE
*Liberté
Égalité
Fraternité*

DEMANDE DE PRISE EN CHARGE

Process et documents à fournir pour la demande à FORMIRIS Pays de la Loire

1

Contacteur FORMIRIS Pays de la Loire

Les conseillers en formation de Formiris Pays de la Loire vous aident dans l'élaboration du plan de formation et l'accompagnement des projets de formation de vos enseignants :

- ✓ Définir et mettre en place des projets de formation individuels ou collectifs ;

2

Contacteur l'UGSEL pour demander

- ✓ Le programme de formation
- ✓ Un devis

ugselformation@saumur.net

Les conseillers en formation de Formiris Pays de la Loire :

- **Axelle André**
aandre@formiris.org - 06 66 26 94 68
Conseil en formation individuel et chefs
d'établissement du **réseau non
confessionnel**
- **Arthur Brébion**
abrebion@formiris.org - 06 98 95 58 57
Conseil en formation individuel et chefs
d'établissement **Loire-Atlantique**
- **Isabelle Laucoin**
ilaucoin@formiris.org - 06 74 61 85 34
Conseil en formation individuel et chefs
d'établissement **Vendée**
- **Catherine Le Cloarec**
clecloarec@formiris.org - 07 86 92 65 82
Conseil en formation individuel et chefs
d'établissement **Maine-et-Loire**
- **Cécile Violeau**
cvioleau@formiris.org - 06 66 49 69 38
Conseil en formation individuel et chefs
d'établissement **Mayenne et Sarthe**