LIVRET D’ACCEUIL

MODULE COACH SANTÉ

Prés-requis :
Exercice de la profession de coach (BP JEPS OU STAPS), personal trainer, animateur sportif (CQP), aide à la personne âgée (APA) , Étudiant ou diplômé en Masso-kinésithérapie (MKDE).

Objectif opérationnel de la formation :
- Adapter ses cours et son coaching aux T.M.S de l’élève
- Prévenir les T.M.S. future des élèves grâce à ses cours ou à son coaching
- Commencer à faire du suivi en coaching physiologique dès la fin de la formation

Objectif et compétence évaluable :
- Concevoir un programme d'exercice adapté à un des Troubles musculo squelettiques (T.M.S.) les plus fréquents
- Concevoir un programme d'exercice équilibré pour le corps et prévenant les T.M.S. les plus fréquents
- Mettre en place le coaching physiologique : suivi sportif et santé personnalisé de l’élève

Durée de la formation : 7 heures et 30 minutes de cour sur une journée

Délais de réservation : Réservation jusqu’à 1 mois avant la prestation.

Condition tarifaire :
200 euros
Acompte de 60 euros au moment de la réservation, paiement de 60 euros en début de formation et 80 euros supplémentaire en fin de formation.

Moyens et techniques pédagogiques :
- Études de la biomécanique des T.M.S. à l’aide d’infographie
- Protocole d’exercice illustrés pour chaque T.M.S.
- Pratique et analyse actions préventives des exercices
- Travail de groupe pour créer des routines équilibré et préventives

Modalité d’évaluation :
- grille d’auto-évaluation
- Q.C.M.

Accessibilité handicapé : Le lieu de formation est accessible aux P.M.R.
Veuillez nous prévenir en cas de handicap afin que nous puissions adapter nos locaux ou bien les méthodes pédagogiques.

Programme de la formation

9h00 - 9h30
Séance de démarrage
Auto-évaluation, questionnaire de positionnement et présentation.
9h30 - 9h45
Introduction et généralité :
- repères anatomiques
- mode de contraction musculaire
- proprioception
- localisation douloureuse des T.M.S. les plus fréquents

Méthode : infographie
9h45 - 10h45
Concevoir un programme d'exercices adapté aux douleurs cervicales, du milieu du dos , douleurs d'épaules et lombalgie : biomécanique, mécanisme lésionnel et exercices prescrit et proscrit.
Méthode pédagogique :
- Fiche de biomécanique en infographie
- Etude de protocoles d'exercices

10h50 - 11h05
pause 15 minutes

11h00 - 12h30
Concevoir un programme d'exercices adapté aux de tendinite de hanche, dans la fesse et syndrome rotuliens, de l'arrière de la cuisse et de la rupture des ligaments croisé, l'entorse de la cheville et de l'arthrose de tout le corps : biomécanique, mécanisme lésionnel et exercices prescrit et proscrit.
Méthode pédagogique :
- Fiche de biomécanique en infographie
- Etude de protocoles d'exercices

12h30 - 13h30
repas (repas non fournis)
13h30 - 13h50
Évaluation de la compétence : concevoir un programme d'exercices adapté à un des troubles musculo squelettiques (T.M.S.) les plus fréquents.
Méthode d'évaluation :
- QCM

13h50h - 14h50
Pratique des exercices de coaching physiologique et analyse de leurs actions préventives.
Méthode pédagogique :
- Pratique

14h50 - 15h05
Mettre en place le coaching physiologique : suivi sportif et santé personnalisé de l'élève. Étude des marqueurs de suivis et découverte de la méthode de création des routines sportives.
15h05 - 15h20
pause 15 minutes
14h30 - 16h30
Apprendre à concevoir un programme d'exercice équilibré pour le corps et prévenant les T.M.S. les plus fréquents
Méthode pédagogique :
Travail de groupes
16h45 - 17h00
Evaluation des compétences d'élaboration de routines équilibré et préventive et la compétence de mise en place du coaching physiologique
Méthode d'évaluation : QCM,
17h00 - 17h30
Conclusion
17h30 fin de la formation

Lieux de formation

Adresse : 1 rue lafaille, 31000 Toulouse

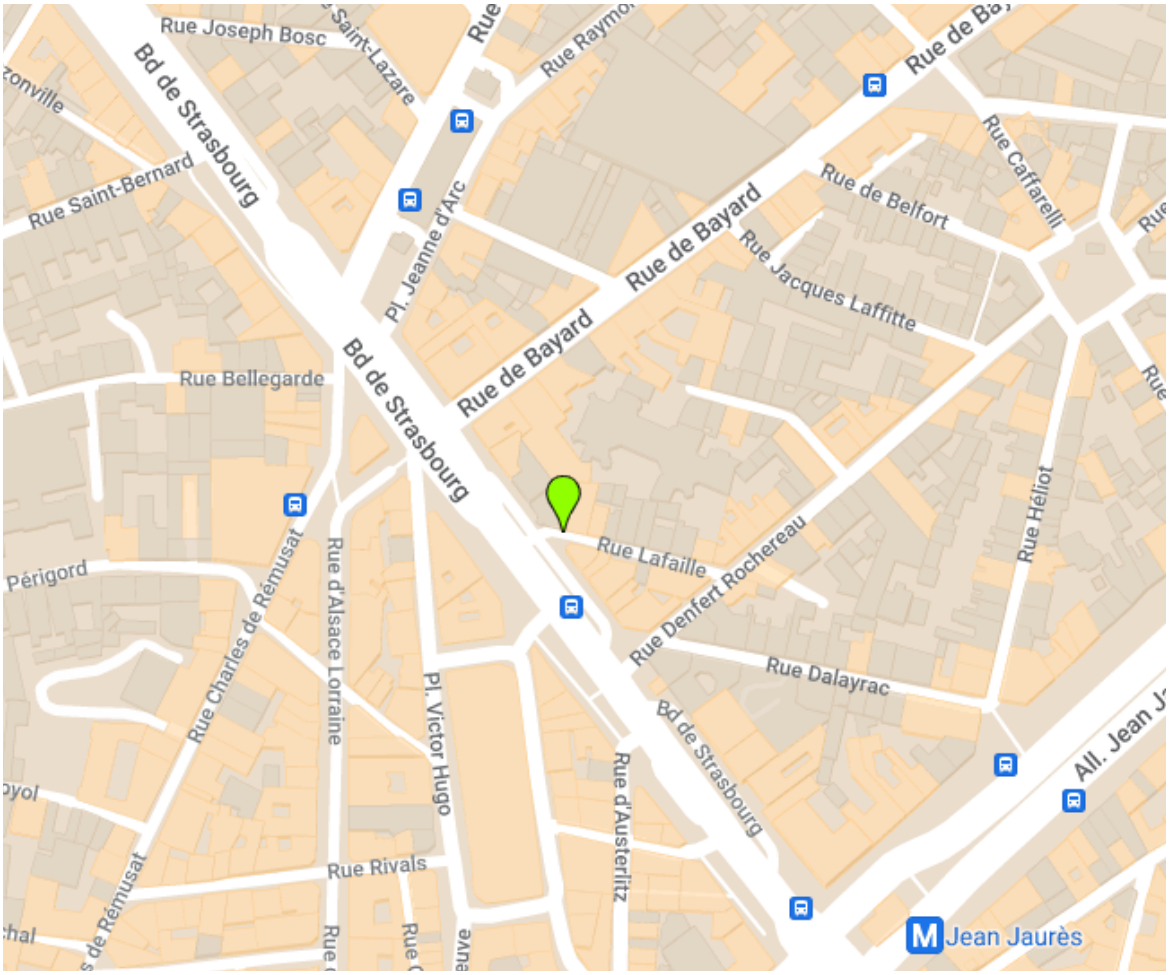
Coordonnées GPS : Latitude : 43.6076185 | Longitude : 1.4471302

Moyens de transport à proximité : Métro Jean Jaurès , ligne A et B

Moyens matériels mis à disposition :

- Plateau technique du cabinet
- support de cour

Nous informer préalablement en cas de mobilité réduite d'un stagiaire.



CONDITIONS GENERALES DE VENTE

La Fédération des Acteurs de la Solidarité Occitanie désigne un organisme de formation professionnelle, dont le siège social est situé 815, La Pyrénéenne 31670 Labege. La Fédération des Acteurs de la Solidarité Occitanie et en place et dispense des formations inter et intra entreprises, à Labege, et sur l'ensemble du territoire national, seule ou en partenariat.

Dans les paragraphes qui suivent, il est convenu de désigner par :

- Client : toute personne physique ou morale qui s'inscrit ou passe commande d'une formation auprès de la société Fédération des Acteurs de la Solidarité Occitanie

- Stagiaire : la personne physique qui participe à une formation.

- CGV : les conditions générales de vente, détaillées ci-dessous.

- OPCO : les opérateurs de compétence agréés chargés de collecter et gérer l'effort de formation des entreprises.

Objet et champ d'application

Les présentes Conditions Générales de Vente déterminent les conditions applicables aux prestations de formation effectuées par Charles Bessette pour le compte d'un client. Toute commande de formation auprès de Charles Bessette implique l'acceptation sans réserve du client des présentes Conditions Générales de Vente. Ces conditions prévalent sur tout autre document du client, en particulier sur toutes conditions générales d'achat.

Devis et attestation

Pour chaque formation, Charles Bessette s'engage à fournir un devis au client. Ce dernier est tenu de retourner à Charles Bessette un exemplaire renseigné, daté, signé et tamponné, avec la mention « Bon pour accord ». Le cas échéant une convention particulière peut être établie entre Charles Bessette, l'OPCO ou le client. La convention de formation est déclenchée une fois que la liste des inscrits a été validée par Charles Bessette. Une convocation qui n'aurait pas été reçue par le stagiaire ou sa structure n'aura, en aucun cas, valeur d'annulation de l'inscription. L'organisme de formation adresse au client, à l'issue de la formation et sous réserve du règlement, une attestation de présence (certificat de réalisation), ainsi que des feuilles d'émargement sur demande.

Modalités d'inscription

Les stagiaires se préinscrivent par mail par demande sur contact@studio121.fr . Les inscriptions sont confirmées par Charles Bessette dans leur ordre de réception jusqu'à concurrence du nombre de places disponibles. L'inscription du stagiaire ne sera effective qu'à compter de la signature de la convention ou par mention de la liste des participants à faire apparaitre dans la convention signée. Une adresse mail par participant sera impérativement communiquée à l'organisme de formation afin de pouvoir adresser la convocation, le lien extranet, les supports pédagogiques, le livret de formation, les évaluations et les attestations de formation au stagiaire. En l'absence de prise en charge de la formation par un organisme collecteur paritaire agréé (OPCO), le client est de plein droit débiteur de l'ensemble du coût de la formation. L'organisme de formation fait parvenir la facture et la convocation précisant le lieu du stage, ses horaires de début et de fin ainsi que le programme et toutes les informations pratiques nécessaires.

Condition de participation

Dans le cas de formations nécessitant des pré-requis, il appartient au client de s'assurer, avec les informations mises à disposition, que les personnes concernées par le stage ont un niveau suffisant pour suivre la formation. Prix et modalités de paiement Les prix des formations par participant (inter) ou par action (intra) sont indiqués en euros en net. Ils comprennent tous les coûts pédagogiques et logistiques de la formation. Les frais de déplacements, hébergement, repas des stagiaires restent à la charge du client. Le paiement est à effectuer après exécution de la prestation, à réception de la facture, au comptant. Le règlement des factures peut être effectué par virement bancaire ou par chèque. Dans des situations exceptionnelles, il peut être procédé à un paiement échelonné. En tout état de cause, ses modalités devront avoir été formalisées avant le démarrage de la formation.

Prise en charge

Si le client bénéficie d'un financement par un OPCO et qu'il souhaite procéder à un règlement par subrogation, il doit faire une demande de prise en charge avant le début de la prestation. Le client est tenu de fournir l'accord de financement lors de l'inscription. Dans le cas où la société Fédération des Acteurs de la Solidarité Occitanie ne reçoit pas la prise en charge de l'OPCO au 1er jour de la formation, l'intégralité des coûts de formation sera facturée au client.

Conditions de report et d'annulation d'une séance de formation

Toute formation commencée est due en totalité, même si le participant ne s'est pas présenté. Le client peut annuler une séance de formation, en le formulant par e-mail à l'adresse : contact@studio121.fr et si nécessaire par courrier (1 rue Lafaille, 31000 Toulouse) - Sans pénalité, en formulant la demande au plus tard 11 jours calendaires avant le jour et l'heure du début de la formation - Avec un pénalité de 100%, en formulant la demande moins de 11 jours calendaires avant le jour et l'heure du début de la formation L'organisme de formation se réserve le droit de modifier le lieu de la formation, d'aménager le contenu du programme ou le choix des formateurs et intervenants, sans conséquence sur les obligations du client. L'organisme de formation peut être amené, en raison du nombre d'inscrits, à reporter, dédoubler ou annuler la formation en informant le client dans un délai de 10 jours calendaires avant le début de la formation. En cas de force majeure, ces délais pourront être réduits et les participants immédiatement informés (crise sanitaire,..). En cas d'inexécution de ses obligations suite à un événement fortuit ou à un cas de force majeur, Charles Bessette ne pourra être tenue responsable à l'égard de ses clients et faire l'objet d'une demande de remboursement. Ces derniers seront informés par mail.

Programme des formations

S'il le juge nécessaire, l'intervenant-te pourra modifier les contenus des formations suivant l'actualité, la dynamique de groupe, ou le niveau des participants. Les contenus des programmes figurant sur les fiches de présentation ne sont ainsi fournis qu'à titre indicatif.

Propriété intellectuelle et droit d'auteur

Les supports de formation, quelle qu'en soit la forme (papier, numérique, électronique…), sont protégés par la propriété intellectuelle et le droit d'auteur. Leur reproduction, partielle ou totale, ne peut être effectuée sans l'accord exprès de l'organisme de formation. Le client s'engage à ne pas utiliser, transmettre ou reproduire tout ou partie de ces documents en vue de l'organisation ou de l'animation de formations.

Protection des données

Les informations à caractère personnel communiquées par le client à la Fédération des Acteurs de la Solidarité Occitanie sont utiles pour le traitement de l'inscription ainsi que pour la constitution d'un fichier clientèle pour des prospections commerciales. Suivant la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978, le client dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition des données personnelles le concernant qu'il peut exercer par voie postale auprès Charles Bessette au 1 rue Lafaille 31000 Toulouse ou par voie électronique à l'adresse mail suivante : contact@studio121@gmail.com

Charles Bessette s'engage à appliquer les mesures administratives, physiques et techniques appropriées pour préserver la sécurité, la confidentialité et l'intégrité des données du client. Il s'interdit de divulguer les données du client, sauf en cas de contrainte légale.

Loi applicable et attribution de compétence

Les présentes Conditions Générales de Vente sont encadrées par la loi française. En cas de litige survenant entre Charles Bessette et le client, la recherche d'une solution à l'amiable sera privilégiée. À défaut, l'affaire sera portée devant les tribunaux de Toulouse. La participation aux formations exige l'implication totale des conditions générales de vente par le client.

RÉCLAMATIONS

Si malgré toute l'attention que nous avons portée pour vous proposer une formation de qualité, vous n'êtes pas satisfait ou si vous avez constaté des dysfonctionnements, nous restons à votre disposition pour en échanger avec nous.

Pour cela, merci de contacter la Fédération régionale dans les 15 jours suivant la fin de la formation :
• par téléphone au 0670800567 ou

• par mail :contact@studio121.fr Nous échangerons ensemble afin de d'identifier des pistes d'amélioration pour nos prochaines formations

RÈGLEMENT INTÉRIEUR DES FORMATIONS PHYSIO

Règlement conforme au décret du 23 octobre 1991.

Dispositions Générales

Article 1 - Règles générales

Le présent règlement est établi conformément aux dispositions des articles L 6352-3 et L 6352-4 et R 6352-1 à R 6352-15 du code du travail. Il a pour objet de définir les règles générales en matière d'hygiène et de sécurité ainsi que des règles relatives à la discipline, notamment les sanctions applicables aux stagiaires et les droits de ceux-ci en cas de sanction.

Article 2 - Personnes et lieux concernés

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires inscrits à une session dispensée et/ou organisée par Charles Bessette et ce, pour toute la durée de la formation suivie. La formation aura lieu soit dans les locaux au 1 rue lafaille. Les dispositions du présent règlement sont applicables au sein des locaux au 1 rue Lafaille 31000 Toulouse et dans tout espace accessoire à l'organisme ou ceux loués à l'extérieur. Toutefois, conformément à l'article R 6352-1 du code du travail, lorsque la formation se déroule dans une entreprise ou un établissement déjà doté d'un règlement intérieur, les mesures d'hygiène et de sécurité applicables aux stagiaires sont celles de ce dernier règlement.

Article 3 - Horaires de formation

Les horaires de formation sont portés à la connaissance des stagiaires lors de la confirmation d'inscription. Les stagiaires sont tenus de respecter les horaires. Le non-respect de ces horaires peut entrainer une sanction. Sauf circonstances exceptionnelles, les stagiaires ne peuvent s'absenter pendant les heures de stage. Charles Bessette se réserve le droit de modifier les horaires de formation en fonction des nécessités de service. Les stagiaires doivent alors se conformer aux modifications apportées.

Article 3.1 – Absences, retards ou départs anticipé

En cas d'absence, de retard ou de départ avant l'horaire prévu, les stagiaires doivent avertir l'organisme de formation et s'en justifier. L'organisme de formation informe immédiatement le financeur de cet événement.

Article 3.2- Formalisme attaché au suivi de la formation

Le stagiaire est tenu de signer la feuille d'émargement au fur et à mesure du déroulement de l'action, le matin et l'après-midi. À la fin de chaque formation, le stagiaire se voit remettre un questionnaire d'évaluation qu'il doit remplir et remettre au formateur. Une attestation de fin de stage sera délivrée aux participants.

Article 4 - Hygiène et sécurité

La prévention des risques d'accidents et de maladies est impérative et exige de chacun le respect total de toutes les prescriptions applicables en matière d'hygiène et de sécurité. À cet effet, les consignes générales et particulières de sécurité en vigueur dans l'organisme, doivent être strictement respectées sous peine de sanctions disciplinaires. Lorsque la formation a lieu sur le site de l'entreprise ou sur un site externe, les consignes générales et particulières de sécurité applicables sont celles de l'entreprise ou du site externe. Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux de l'organisme de formation. Le stagiaire doit en prendre connaissance.
En cas d'alerte, le stagiaire doit cesser toute activité de formation et suivre dans le calme les instructions du représentant habilité de l'organisme de formation ou des services de secours. Tout stagiaire témoin d'un début d'incendie doit immédiatement appeler les secours en composant le 18 à partir d'un téléphone fixe ou le 112 à partir d'un téléphone portable et alerter un représentant de l'organisme de formation.

Article 5 - Accident

Tout accident survenu en cours de formation doit être immédiatement déclaré par le stagiaire accidenté, ou les témoins de l'accident, au responsable de formation. Conformément à l'article R 962-1 du Code du Travail, l'accident survenu au stagiaire pendant qu'il se trouve sur le lieu de formation ou pendant qu'il s'y rend ou en revient, doit faire l'objet d'une déclaration de l'organisme de formation auprès de la caisse de sécurité sociale.

Article 6 - Discipline générale

Il est formellement interdit aux formateurs ou aux stagiaires :
• D'entrer dans l'établissement en état d'ivresse et/ou d'introduire des boissons alcoolisées dans les locaux de l'organisme
• De se présenter aux formations en état d'ébriété ou sous l'emprise de drogue
• De prendre leurs repas dans les salles de formation (hors entreprise)
• De fumer et vapoter dans les locaux de l'organisme
• D'avoir un comportement incorrect à l'égard de toute personne présente dans l'organisme
• D'enregistrer les sessions de formation
• D'emporter ou modifier les supports de formation
• De modifier les réglages des paramètres d'un ordinateur
• D'entrer dans les lieux de formation en dehors des périodes de stage
• De faire usage de son téléphone mobile en cours de formation autre que pour les besoin de la formation
• De respecter la propriété intellectuelle des contenus de formation

Article 6.1 – Tenue et comportement

Le stagiaire est invité à se présenter à l’organisme en tenue vestimentaire correcte et d’avoir un comportement garantissant le respect des règles élémentaires de savoir vivre, de savoir-être en collectivité et le bon déroulement des formations.

Article 6.2 - Utilisation du matériel

Sauf autorisation particulière de la direction de l’organisme de formation, l’usage du matériel de formation se fait sur les lieux de formation et est exclusivement réservé à l’activité de formation. L’utilisation du matériel à des fins personnelles est interdite. Le stagiaire est tenu de conserver en bon état le matériel qui lui est confié pour la formation. Il doit en faire un usage conforme à son objet et selon les règles délivrées par le formateur. Le stagiaire signale immédiatement au formateur toute anomalie du matériel

Article 7 - Accès au lieu de formation

Les stagiaires doivent se conformer aux heures de formation et aux modalités de fonctionnement de la formation dans laquelle ils sont inscrits, veiller à respecter les locaux ainsi que les matériels pédagogiques.

Article 8 - Vol, pertes et dommages matériels

La Fédération des acteurs de la Solidarité Occitanie décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration des objets personnels de toute nature déposés par les stagiaires dans les locaux de la formation.

Article 9 - Sanctions

Tout manquement du stagiaire à l'une des dispositions du présent règlement pourra faire l'objet d'une sanction telle qu'avertissement ou exclusion définitive ci-après par ordre croissant d’importance : Avertissement écrit par le Directeur de l’organisme de formation ; Blâme ; Exclusion définitive de la formation. L'employeur du stagiaire et l'organisme paritaire prenant à sa charge les frais de formation, le cas échéant, seront informés de la sanction.

Article 10 - Garanties disciplinaires

Aucune sanction ne peut être infligée au stagiaire sans que celui-ci ne soit informé dans le même temps et par écrit des griefs retenus contre lui. Lorsque le responsable de l'organisme de formation ou son représentant envisage de prendre une sanction, il convoque le stagiaire par lettre recommandée avec accusé de réception ou remise à l'intéressé contre décharge en lui indiquant l'objet de la convocation, la date, l'heure et le lieu de l'entretien.

Article 11 - publicité du réglement

Ce règlement intérieur est disponible sur le site www.physiowork.fr et communiqué à chaque stagiaire avec la convention.