codes 34
Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

# COMITÉ DÉPARTEMENTAL D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ DE L'HÉRAULT

## CATALOGUE DE FORMATIONS 2026

Comité Départemental d'Education pour la Santé
Centre André Levy, Résidence Dom Bosco, 54 chemin de Moularès-34070 Montpellier. Tel : 04 67 64 07 28
E-mail : contact@codes34.org - Site Internet : www.codes34.org

# SOMMAIRE


3 QUI SOMMES-NOUS ?

4 LA FORMATION EN PROMOTION ET EDUCATION POUR LA SANTÉ

5 NOTRE APPROCHE EN FORMATION

6 MODULES DE FORMATION À LA CARTE

7 OFFRE DE FORMATIONS

18 CENTRE RESSOURCES

19 MODALITÉS D'INSCRIPTION INDIVIDUELLE

20 MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DÉMARCHE QUALITÉ

21 PRÉPAREZ VOTRE VENUE

24 BULLETIN D'INSCRIPTION 2026

# QUI SOMMES-NOUS ?

**Le Comité départemental d'Education pour la Santé est une association dont l'objectif est d'accompagner les populations à choisir de manière éclairée des modes de vie qui préservent et améliorent la santé.**

Nous prônons une approche positive et globale de la santé, ressource au service de la réalisation et l'épanouissement de chacun·e. Nos interventions s'appuient sur la reconnaissance et le respect des individus, tendent à les rendre acteur·rices de leur propre santé (autonomie et responsabilité) et participent à la réduction des inégalités sociales de santé.

Proche des valeurs de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire, l'équipe pluridisciplinaire, met ses compétences au service de tou·tes les publics (enfants, adolescent·es, jeunes adultes, adultes, etc.), et des professionnel·les, pour un soutien, un accompagnement, de la formation, de la mise à disposition d'outils, etc.

## NOS VALEURS

*« Personne n'éduque personne, personne ne s'éduque seul, les Hommes s'éduquent ensemble par l'intermédiaire du monde. »*
*-Paulo FREIRE-*

- Autonomie de la personne dans ses choix en matière de santé
- Pensée critique et créative
- Pouvoir d'agir
- Approche globale et durable de la santé

## NOTRE OFFRE DE FORMATION

- Des modules de formations, thématiques, certifiés Qualiopi, programmés tout au long de l'année en inscription individuelle ou en intra sur des périodes convenues ensemble
- Des modules de formations à la carte en intra, certifiés Qualiopi, pour répondre à vos besoins sur d'autres problématiques de santé

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité à été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **Action de formation**

## NOS ACTIONS

**Intervenir en éducation pour la santé auprès des publics**

- Accompagnement par l'équipe mobile santé Bien-être
- Animation de séances d'éducation pour la santé auprès de tous les types et âges de public
- Réduction des risques en milieu festif

**Accompagner des professionnel·les et des bénévoles**

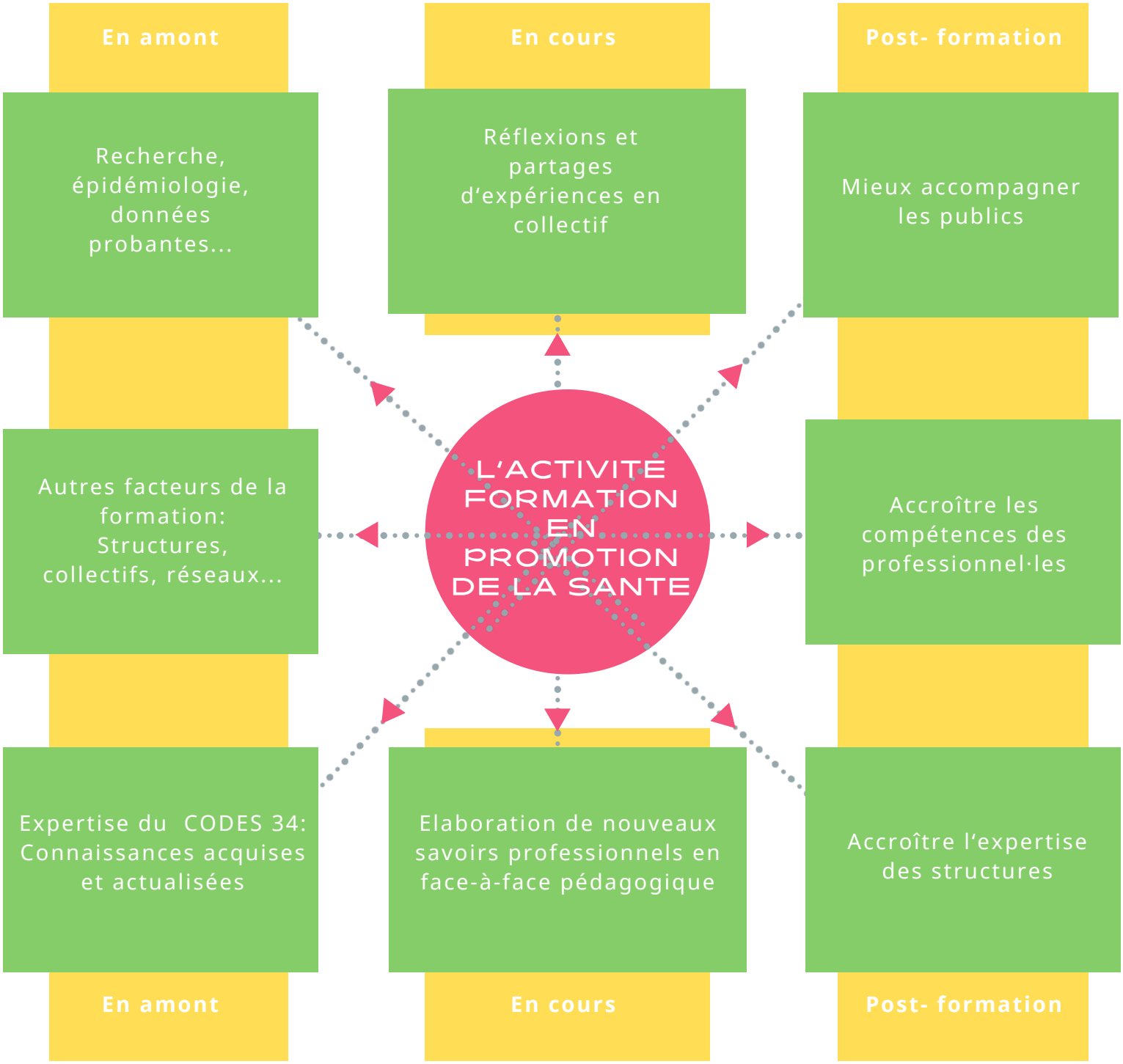
- Formation
- Conduite de séances d'analyse de pratiques professionnelles
- Accompagnement méthodologique d'élaboration et de mise en œuvre de projets de santé

**Soutenir les politiques publiques**

- Appui dans la planification, la mise en œuvre et l'évaluation de projets dans le cadre de dispositifs locaux de santé

# LA FORMATION EN PROMOTION ET ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

L'activité de formation en promotion de la santé se situe au cœur de nombreux enjeux: elle stimule de riches réflexions en interne et avec d'autres professionnel·les tandis que les effets des actions de formation se jouent autant auprès des publics bénéficiaires que des professionnel·les les accompagnant; enfin elle nourrit et met à jour l'expertise des structures commanditaires



# NOTRE APPROCHE EN FORMATION

## AVANT LA FORMATION

- Un accompagnement à l'ajustement des objectifs et des contenus au plus près des besoins du commanditaire
- La prise en compte des attentes individuelles dans le cadre des objectifs annoncés de formation

## PENDANT LA FORMATION

- Une approche interactive et participative entre apports théoriques, mises en situations et échanges de pratiques
- Une alternance entre des temps de travail collectif et individuel
- Une co-construction et une validation des savoirs professionnels issus des expériences et point de vue de chacun·e
- Des outils pédagogiques variés, des supports de réflexions ou de débat et des activités diversifiées
- Une individualisation de la formation par l'ajustement de certaines séquences pédagogiques
- Un dossier numérique remis aux participant·es, composé d'une bibliographie thématique et de la documentation complémentaire éventuelle

## APRES LA FORMATION

- Le centre de ressources du CODES 34 vous permet de consulter ou emprunter des ressources, il est ouvert au public sur rendez-vous
- La possibilité de prendre rendez-vous pour un accompagnement méthodologique pour toute action entrant dans le cadre du Programme Régional de Santé Occitanie
- Toute formation peut faire l'objet, à la demande, de journées de retour sur la pratique

Le CODES34 s'engage à s'adapter au mieux aux besoins des stagiaires en situation de handicap, avec des besoins d'aménagements spécifiques.
Vous pouvez contacter notre référente handicap
formation@codes34.org ou 06 72 97 52 59

# MODULES DE FORMATIONS INTRA À LA CARTE

UN DIAGNOSTIC PERSONNALISÉ

UNE FORMULE SUR-MESURE ADAPTÉE À VOS BESOINS

DES INTERVENTIONS AU PLUS PRÈS DE VOS ÉQUIPES

Nous sommes à l'écoute pour composer avec vous des modules de formations à la carte, selon vos besoins sur diverses thématiques de santé et comme décrit ci-dessous. Pour cela, consultez nous pour une proposition et un devis.

Les modules de formations présentés dans ce catalogue peuvent être déclinés en intra, selon les modalités qui vous conviennent. La plupart ne nécessite pas de prérequis, si cela est le cas ils sont précisés dans la présentation des programmes de formations.

## Nos champs d'intervention

- Promotion de la santé
- Éducation pour la santé
- Compétences psychosociales
- Compétences émotionnelles
- Conduites addictives
- Réduction des risques
- Santé mentale
- Médiation en santé
- Nutrition et précarité
- Méthodologie de projets
- Éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité
- Harcèlement

etc...

## Quelques exemples

- Développer les compétences psychosociales: l'individu, le collectif, et l'institution
  - A destination de l'Ecole des Parents et des Educateurs 34
- Le harcèlement, le définir pour mieux agir
  - A destination des éducateurs sportifs du territoire, dans le cadre d'un appel à projet de la SDJES
- Santé mentale: mieux accompagner les personnes accueillies en matière de santé psychique
  - A destination des salariés de la Régie de Développement Local
- Animer le programme de développement affectif et social (ProDas) - Renforcer les compétences psychosociales
  - Dans le cadre du PRE de la ville d'Agde
- EVARS Chez les jeunes
  - A destination des agents de la DRAAF

# SOMMAIRE DE L'OFFRE DE FORMATION


8 DATES DES FORMATIONS SUR INSCRIPTION INDIVIDUELLE

9 DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES: L'INDIVIDU, LE COLLECTIF ET L'INSTITUTION

10 ANIMER LE PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL (PRODAS). RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

11 CONDUITES ADDICTIVES: REPÉRER, ACCOMPAGNER, ORIENTER

12 SANTÉ MENTALE : MIEUX ACCOMPAGNER LES PERSONNES EN MATIÈRE DE SANTÉ PSYCHIQUE

13 RÉDUCTION DES RISQUES : DES CONCEPTS À LA PRATIQUE

14 CONCEPTION ET MISE EN OEUVRE DE PROJETS EN PS ET EPS: DE L'IDEE A L'ACTION

15 LE HARCÈLEMENT, LE DEFINIR POUR MIEUX AGIR

16 ÉDUCATION A LA VIE AFFECTIVE, RELATIONNELLE ET À LA SEXUALITÉ (EVARS) NEW!

17 NUTRITION ET PRÉCARITÉ: DES PRATIQUES ALIMENTAIRES FAVORABLES À LA SANTÉ NEW!


Qualiopi processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité à été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **Action de formation**

# DATES DES FORMATIONS SUR INSCRIPTION INDIVIDUELLE

**25 mars 2026**
Réduction des risques: des concepts à la pratique

**09 et 10 juin 2026**
Conduites addictives: repérer, accompagner, orienter

**11 et 12 juin 2026**
Santé mentale: mieux accompagner les personnes en matière de santé psychique

**29 et 30 septembre 2026**
Education à la vie affective, relationnelle et à la sexualité (EVARS)

**07, 08 et 09 octobre 2026**
Développer les compétences psychosociales: l'individu, le collectif et l'institution

**16 au 20 novembre 2026**
Animer le programme de développement affectif et social (ProDas): renforcer les CPS

Des modules courts de sensibilisation (< 2 jours) peuvent être également organisés, à la demande (exemples: sensibilisation sur le harcèlement à destination d'étudiants, sensibilisation sur le protoxyde d'azote, écoute et émotions, numérique et CPS...)

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES : L'INDIVIDU, LE COLLECTIF ET L'INSTITUTION

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre l'approche par les compétences psychosociales et identifier les enjeux
- Reconnaître des facteurs de développement des compétences psychosociales dans la pratique professionnelle
- S'approprier des outils et des techniques de développement des compétences cognitives, émotionnelles et sociales

## COMPÉTENCES VISÉES

- Expliciter l'intérêt du développement des compétences psychosociales
- Citer les compétences psychosociales
- Identifier une démarche et des actions de développement des compétences psychosociales dans sa structure
- Intégrer comment développer les compétences psychosociales dans sa posture professionnelle
- Utiliser un outil de développement des CPS

## CONTENU

**JOUR 1 - Les CPS: genèse, concepts et typologie**

- Le développement des CPS : une approche en promotion de la santé pour renforcer le pouvoir d'agir
- Le référentiel 2022 : une typologie en 9 CPS principales et 21 CPS spécifiques
- Les facteurs communs aux interventions efficaces : conditions d'actions de qualité
- La méthode SEPT : une démarche par étape pour animer

**JOUR 2 - Expérimentation et analyse de techniques et outils de développement des CPS**

- Apports théoriques en lien avec les 3 grandes catégories de CPS (émotionnelles / cognitives / sociales)
- Découverte et expérimentation d'activités par grande catégorie de CPS
- Analyse de séquences d'animation collective à partir de la méthode SEPT

**JOUR 3 - Réflexion sur la posture professionnelle et la dimension institutionnelle**

- Focus sur le développement des CPS en entretien individuel
- La place de l'outil pédagogique
- Intégrer les CPS dans sa pratique au quotidien : acteurs, temporalités et espaces
- Enjeux et limites de l'approche par les CPS
- Repérer les ressources

**JOUR 4 optionnel - Module de spécialisation : animation et CPS ou Méthodologie de projets CPS**

- En fonction du diagnostic initial ou de l'émergence de nouveaux besoins en cours de formation, un jour 4 peut être dédié soit à l'approfondissement de techniques d'animation et de mise en place d'activités par grande catégorie de CPS, soit à l'accompagnement méthodologique d'un projet selon les critères de qualité du dernier référentiel

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

21 à 28h
3 à 4 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# ANIMER LE PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL (PRODAS)
## Renforcer les compétences psychosociales

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les fondamentaux de la démarche ProDAS
- Identifier les principes d'animation de cercles de paroles axés sur l'expression de soi et de ses ressentis
- Mettre en œuvre des outils de développement des Compétences psychosociales en lien avec la connaissance de soi, la réalisation de soi et les interactions sociales
- Reconnaître la place des compétences émotionnelles dans la relation à l'autre

## COMPÉTENCES VISÉES

- Animer des groupes de paroles sur l'expression de soi et de ses émotions
- Construire des séances de développement des compétences psychosociales auprès d'un public
- Développer ses capacités d'écoute et de communication bienveillante
- Diffuser la démarche ProDAS au sein de son établissement
- Agir pour l'amélioration de la relation éducative

## CONTENU

- Présentation du ProDAS : les fondamentaux (conscience de soi, réalisation de soi et interactions sociales)
- ProDAS et le développement des compétences psychosociales : favoriser l'autonomie de la personne
- La posture d'écoute centrée sur la personne : obstacles à la communication et principes d'écoute active
- Les besoins : définition, fonction et expression des besoins
- Les émotions : définition, fonction et expression des émotions
- Expérimentation de l'outil central ProDAS : expérimentation quotidienne du cercle de paroles
- Finalités, principes pédagogiques, techniques d'animations
- Activités pédagogiques sur les besoins, les émotions et l'attitude de compréhension de la personne
- Expérimentation d'outils d'animation sur les 3 facteurs et les thématiques associées (estime de soi, émotions, gestion des conflits, l'écoute, etc.)
- Conditions de mise en œuvre du ProDAS au sein d'une structure ou d'un dispositif
- Bibliographie et sitographie

## MODALITES

Dans le cas où la formation est choisie en format 4 jours + 1 jour, ce dernier est non optionnel, en différé dans les 2 mois suivants, en présentiel ou fractionné en distanciel.

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

31 à 35h
4.5 ou 5 jours ou 4 jours + 1 jour

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 8 pers. et close à max. 12 personnes

codes 34
Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# CONDUITES ADDICTIVES : REPÉRER, ACCOMPAGNER, ORIENTER

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances autour des conduites addictives
- Adapter sa posture professionnelle à l'écoute et au repérage des comportements à risque et troubles de l'usage
- Repérer des relais pour orienter

## COMPÉTENCES VISÉES

- Savoir identifier les différents types de risques et troubles liés à l'usage
- Comprendre les mécanismes et facteurs en jeu dans les conduites addictives
- Être capable de se positionner dans la relation d'aide et d'accompagnement
- Pouvoir orienter efficacement en repérant ses limites

## CONTENU

**JOUR 1**

- Recueil de représentations sur les SPA et les conduites addictives
- Apports théoriques et définitions clés : addiction, dépendance, prévention, réduction des risques
- Définir les usages et les risques associés
- Recueil et typologie de cas pratiques

**JOUR 2**

- Posture et relation d'aide : de l'accompagnement à la gestion de l'urgence
- Prévention des addictions, identifier les composantes d'efficacité en prévention des addictions
- Analyse de situations et échanges de pratiques
- Repérage des structures et relais de prise en charge
- Bibliographie et sitographie

## MODALITES

Du fait d'un programme dense et du besoin fréquemment exprimé par les stagiaires pour des compléments notionnels et des retours sur la pratique, cette formation est proposée en 2 jours + 1 jour optionnel et en différé (en présentiel ou distanciel).

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 à 21 h
2 jours + 1 jour

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# SANTÉ MENTALE : MIEUX ACCOMPAGNER LES PERSONNES ACCUEILLIES EN MATIÈRE DE SANTÉ PSYCHIQUE

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des repères sur la santé mentale
- Adapter sa posture professionnelle au mal-être psychique
- Repérer des relais pour orienter

## COMPÉTENCES VISÉES

- Identifier une problématique de santé mentale
- Se positionner dans la relation d'aide en lien avec la santé mentale
- Orienter en repérant ses limites

## CONTENU

**JOUR 1**

- Recueil de représentations en santé mentale
  - Faire évoluer les représentations en mettant au travail la dualité norme-subjectivité
- Définir la santé mentale et identifier des spécificités selon les publics
  - Identifier les dynamiques psychiques corrélées avec les déterminants de santé
- Apports théoriques : historique et concepts en santé mentale, santé psychique et repères sur les principales pathologies
  - Acquérir des repères pour accueillir et savoir accompagner la souffrance psychique ainsi que différentes manières d'être au monde
- Repérage des structures de santé mentale sur le secteur
  - Connaître les différents dispositifs et interlocuteurs pour pouvoir orienter et ne pas être seul dans ses pratiques

**JOUR 2**

- Analyse de situations et échanges de pratiques
  - Mettre au travail des situations qui mettent en difficultés en s'appuyant sur la dynamique institutionnelle
- Posture et relation d'aide en santé mentale
  - Se positionner de manière à pouvoir réagir avec l'agressivité et la souffrance sans se mettre en difficulté
- Fondamentaux de l'écoute et place des compétences émotionnelles dans la pratique
  - Valoriser son vécu et ses compétences relationnelles pour les mettre au service de l'accompagnement
- Bilan et évaluation

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 h
2 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34
Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

Sensibilisation

INTRA & INTER

# RÉDUCTION DES RISQUES: DES CONCEPTS A LA PRATIQUE

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Cerner les enjeux de la démarche de réduction des risques (RdR) dans son histoire et sa mise en pratique
- Établir le lien entre la prévention, la RdR et la promotion de la santé
- Identifier des outils et une posture adaptée à la mise en œuvre d'une stratégie de réduction des risques

## COMPÉTENCES VISÉES

- Savoir identifier la plus-value et les leviers de la réduction des risques
- Mobiliser des techniques et outils pour incorporer la RdR dans sa pratique professionnelle

## CONTENU

- Présentation des différentes stratégies en promotion de la santé
- Inscription et articulation de la réduction des risques avec les concepts en santé
- Valeurs associées à cette stratégie de santé publique
- Historique : dates marquantes et impacts sur la santé globale
- Présentation de la réduction des risques en espace légal, public et festif
- Découverte et démonstration du matériel de prévention

## MODALITES

Ce module 1 jour se décline en 2 options :

- En complément de la formation "Conduites addictives : repérer, comprendre, accompagner"
- Seul avec pré-requis : connaissances de bases sur les conduites addictives et pratiques de terrain

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

7 h
1 jour

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# CONCEPTION ET MISE EN OEUVRE DE PROJETS EN EDUCATION ET PROMOTION DE LA SANTE: DE L'IDEE A L'ACTION

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances sur les concepts de promotion de la santé (PS) et d'éducation pour la santé (EPS)
- Intégrer les notions nécessaires pour la conception d'un projet PS-EPS
- S'approprier les éléments clés pour la réalisation d'un projet PS-EPS
- Assimiler les principes essentiels pour l'évaluation d'un projet PS-EPS

## COMPÉTENCES VISÉES

- Définir les concepts et termes suivants: santé, promotion à la santé, santé publique, prévention, déterminants de la santé, inégalités sociales de santé
- Mettre en pratique les étapes de la méthodologie de projet: analyser une situation, identifier les besoins du public, définir des objectifs, concevoir une action, utiliser des indicateurs pour évaluer un projet EPS

## CONTENU

**JOUR 1 - De l'idée au projet: comprendre et structurer un projet en promotion de la santé**

- Notions essentielles en promotion et éducation à la santé
- Objectifs et enjeux des projets en promotion de la santé
- Les étapes clés d'un projet
- De l'analyse de la situation à la planification: quelles priorités? Quels objectifs ? Quelles stratégies ?
- Des ateliers pratiques pour chaque phase

**JOUR 2 - De la planification à l'évaluation: réussir la mise en œuvre et mesurer l'impact**

- Structurer une séance d'éducation à la santé
- Evaluer un projet de promotion à la santé: pourquoi ? comment ? quels critères et indicateurs?
- Valoriser son projet: l'importance de la communication
- Des ateliers pratiques pour chaque phase

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 h
2 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA

# LE HARCÈLEMENT, LE DEFINIR POUR MIEUX AGIR

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Définir la notion de harcèlement : des représentations au cadre légal
- Distinguer différentes formes de harcèlement et les mécanismes en jeu
- Repérer des facteurs de risques : de la littérature au réel
- Identifier des postures de prise en charge en cas de harcèlement : accompagnement et orientation

## COMPÉTENCES VISÉES

- Reconnaître une situation de harcèlement
- Favoriser la parole et l'écoute dans ces situations
- Accompagner, orienter les différents acteurs (auteur – victime- témoin)

## CONTENU

**JOUR 1 - Définir et détecter**

- Définition et caractéristiques du harcèlement
- Le cadre légal
- Reconnaître les différentes formes de harcèlement
- Repérer les facteurs de risques et les agissements susceptibles d'amener à une situation de harcèlement

**JOUR 2 - Agir**

- Posture d'accompagnement
- La mise en place de mesures disciplinaires
- Quels recours possibles ?
- Ressources, relais et orientation
- Sensibilisation à une démarche de prévention dans les structures

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 h
2 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA

NEW!

# EDUCATION A LA VIE AFFECTIVE, RELATIONNELLE ET À LA SEXUALITÉ (EVARS)

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Approfondir les définitions et renforcer la littératie sur les notions clés de l'EVARS
- Clarifier et consolider la posture d'animation en EVARS
- Identifier les représentations individuelles et collectives en lien avec les enjeux actuels de l'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle

## COMPÉTENCES VISÉES

- Employer un vocabulaire plus inclusif et adapté aux différents publics pour faciliter les échanges
- Adopter une posture facilitatrice favorisant la participation active et l'expression des élèves
- Exprimer ses limites et repérer des ressources

## CONTENU

**JOUR 1 - Approfondir les définitions autour de l'EVARS**

- Affiner notre compréhension des termes et déconstruire les répresentations autour de l'EVARS
- Consolider la posture en animation des temps d'EVARS
- Identifier les leviers pour créer un climat bienveillant

**JOUR 2 - Exprimer ses limites et réperer des ressources**

- Réflechir aux situations délicates et adaptation de la posture
- Identifier les relais et supports utiles pour orienter les élèves
- Clarifier les connaissances sur les enjeux actuels de l'EVARS

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 h
2 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

codes 34 Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

INTRA & INTER

# NUTRITION ET PRÉCARITÉ: DES PRATIQUES ALIMENTAIRES FAVORABLES À LA SANTÉ

NEW!

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le lien entre santé, nutrition et précarité
- Identifier des moyens pour atteindre les repères nutritionnels du PNNS à moindre coût
- Saisir les modalités d'accompagnemment sur les enjeux de l'alimentation
- Repérer et expérimenter des outils pour aborder le thème de la nutrition avec des personnes en situations de précarité

## COMPÉTENCES VISÉES

- Expliciter le lien entre précarité et alimentation
- Citer les principaux repères pour avoir une alimentation équilibrée
- Citer les principaux repères pour manger équilibré avec un petit budget
- Utiliser des modalités d'accompagnement en matière d'alimentation spécifiques aux personnes en situation de précarité
- Identifier des outils pour aborder le thème de la nutrition avec des personnes en situation de précarité

## CONTENU

**JOUR 1**

- Notions de santé, précarité et nutrition
- Alimentation et précarité: freins et obstacles à une alimentation équilibrée
- Equilibre alimentaire et petit budget
- Base de l'équilibre alimentaire et repères de consommation (programme PNNS)

**JOUR 2**

- Modalités d'accompagnement (posture et techniques)
- Expérimentation d'outils pédagogiques adaptés à une démarche d'accompagnement

## INFORMATIONS PRATIQUES

Individuel : 250€/jour
Intra : 1100€/jour

Professionnel éducatif, social, médico-social, insertion, culturel

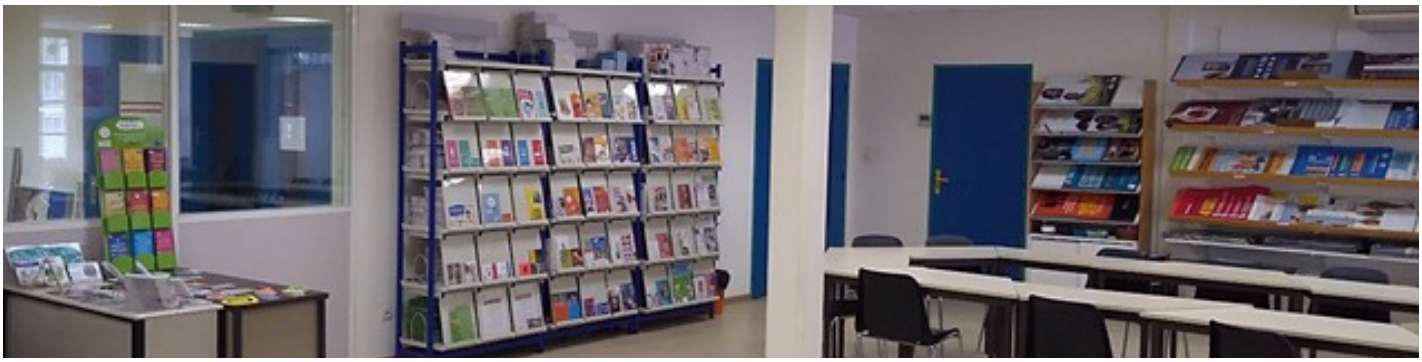
Inscription individuelle jusqu'à 15 jours avant le début de la formation ou en intra

14 h
2 jours

Pas de pré-requis

Formation confirmée à min. 7 pers. et close à max. 12 à 14 personnes

# CENTRE RESSOURCES - ACCOMPAGNEMENT DES PORFESSIONNEL·LES



## CENTRE RESSOURCES

- Le CODES 34 met à disposition des professionnel·les, des étudiant·es et des bénévoles son centre de ressources, un espace d'accueil et de documentation.
- Il est situé au cœur du centre André Lévy et permet de bénéficier d'un lieu pour promouvoir, partager et emprunter les acquisitions du CODES 34 mais aussi pour organiser des réunions et animer des formations.
- Les adhérent·s y ont accès sur rendez-vous pour un abonnement annuel de 5 euros par personne physique et 30 euros par personne morale.
- Les fonds du pôle s'articulent autour de 4 formats : les outils pédagogiques, les ouvrages, les affiches et les brochures.
- L'emprunt est limité à 3 outils pédagogiques et 3 livres par usager. Le don d'affiches et de brochures est limité à 50 exemplaires.

## CONTACT

Pour le centre ressources et l'accompagnement méthodologique :

Zélie DE REKENEIRE, chargée de mission santé
zelie.de-rekeneire@codes34.org
04 67 64 07 28 - 06 79 01 15 01

## ACCOMPAGNEMENT MÉTHODOLOGIQUE DE PROJET

- Le CODES 34 propose un appui méthodologique à toute personne, pour tout projet de promotion de la santé ou d'éducation pour la santé sur le territoire de l'Hérault.
- Nous accompagnons la mise en place de projets qui visent à décliner de façon opérationnelle le Projet Régional de Santé Occitanie , de l'idée à la réalisation:

1. Compréhension et analyse du contexte et faisabilité
2. Définition et formulation des objectifs
3. Détermination des critères et des modalités d'évaluation
4. Élaboration du plan d'action
5. Accompagnement à la réalisation de support et de contenu en éducation pour la santé

## THÉMATIQUES DES RESSOURCES

- Nutrition
- Vie affective, relationnelle et sexuelle
- Addictions
- Compétences psychosociales
- Hygiène de vie
- Santé environnement
- Usage des écrans
- Concepts en éducation et promotion de la santé
- Santé mentale
- Pathologies
- Divers (accès aux droit, sécurité routière, soutien à la parentalité, systèmes de santé...)

# MODALITÉS D'INSCRIPTION INDIVIDUELLE

Après votre inscription, vous recevrez un mail de confirmation avec :

- une convocation précisant les lieux, date(s) et horaires, de la formation
- un livret d'accueil,
- le programme de la formation,
- le règlement intérieur de la structure,
- un recueil des attentes, à nous renvoyer.

Après la formation, vous recevrez une attestation de participation ainsi que des ressources pédagogiques complémentaires.

Dans le cadre d'une prise en charge financière , la structure employeuse recevra la convention, le devis, le programme de formation et les conditions générales de vente

Les frais d'inscription comprennent l'ensemble des frais pédagogiques. Ils ne comprennent pas les frais de déplacements des participant·es, de restauration, et d'hébergement

Le bulletin d'inscription, présent dans ce catalogue (p.24), est aussi disponible sur notre site internet, à l'adresse suivante: https://codes34.org/nos-formations/#notre-offre

Il est à adresser par mail au plus tard 15 jours avant la date de la formation

Pour des questions d'aménagement, contactez la référente handicap Mathilda SOUQUE-CASSES

**formation@codes34.org**
**06 72 97 52 59**

# MODALITÉS D'ÉVALUATIONS ET DÉMARCHE QUALITÉ

**Le CODES 34 est engagé dans une démarche qualité pour l'ensemble de ses actions. Pour cela, vous disposez de deux interlocutrices, Anne-Laure STOCKER – coordinatrice de formation, et Mathilda SOUQUE-CASSES, chargée de veille formation. La démarche vise à porter une attention fine à l'adaptation des contenus de formation proposés ainsi qu'à l'évolution de ses contenus au regard des appréciations des participant·es. Pour cela, une démarche d'évaluation est déployée depuis la demande et jusqu'à 3 mois après la formation. La mission de coordination de formation garantit une qualité globale et une cohérence de la démarche pédagogique.**

## EN AMONT DE LA FORMATION

- Diffusion d'un questionnaire de recueil des attentes pour ajuster au mieux les contenus de formation, et de recueil des besoins pour les participant.es ayant des contraintes techniques ou logistiques spécifiques

## PENDANT LA FORMATION

- Diffusion d'un questionnaire individuel d'auto-positionnement initial au regard des objectifs pédagogiques
- Mise en place d'une feuille de présence émargée chaque demi-journée par les participant·es
- Recueils de la perception des participant·es dans leur progression

## EN FIN DE FORMATION

- Diffusion d'un questionnaire individuel d'auto-positionnement final au regard des objectifs pédagogiques et d'un Quizz
- Diffusion d'un questionnaire d'évaluation globale de satisfaction pour vérifier comment les objectifs pédagogiques et les compétences visées ont été atteints, sur base du déclaratif
- Un bilan de formation produit en interne par le formateur
- Une synthèse annuelle pour faire évoluer les pratiques en équipe

## EN DIFFÉRÉ A 3 MOIS

- Diffusion d'un questionnaire d'évaluation du transfert des acquis en milieu professionnel

Dans le cadre de la démarche Qualiopi, vous avez la possibilité d'émettre une réclamation en fin de formation, dont nous tiendrons compte dans une intention d'amélioration de la qualité.

**formation@codes34.org**

# PRÉPAREZ VOTRE VENUE

## INDICATIONS POUR ACCÉDER AU CODES 34

**Adresse :** 54 chemin de Moularès, sur le parking de la résidence Dom Bosco.

A droite du portail blanc d'accès au parking, vous trouverez un portillon d'accès piéton : il est ouvert de 8h45 à 17h00 . Engagez vous sur le parking, vous trouverez nos locaux à 50 mètres sur la droite (Centre André Levy).

Le parking est privé : si vous venez en voiture, vous trouverez des places pour vous garer dans les rues attenantes.
Le stationnement est payant. Les tarifs sont différents selon les zones de stationnement. Dans les rues directement attenantes au CODES 34 s'applique le Tarif zone jaune(limité à 5h/jour), mais à deux pas il est possible de se garer dans une rue en zone orange (tarifs moins élevés qu'en zone jaune et limité à 7h/jour).
Vous pouvez consulter les zones de stationnement et leurs tarifs sur le site de la TAM ou en téléchargeant le plan « bien stationner à Montpellier ». Plus la durée de stationnement est courte, moins le stationnement est cher.
En zone jaune, le tarif est de 2,30€/heure et 40€ pour 5 heures. En zone orange, le tarif est de 1.50€/heure et 35€ pour 7 heures. Le paiement du stationnement peut s'effectuer sur place à la borne ou via l'application M'Ticket'Tam.

# PRÉPAREZ VOTRE VENUE

L'arrêt de bus le plus proche est Place de l'Europe, desservi par les lignes 9, 16 et 51.

L'arrêt de Tramway le plus proche est Rives-du-Lez, desservi par les lignes 1, 3 et 4.
En cliquant sur ce lien vous visualiserez le trajet à pied depuis l'arrêt des lignes 1 & 4 (via l'arrêt de la ligne3).

Il est également possible de se garer dans un parking relais et de rejoindre les locaux du Codes 34 en tramway. Les parkings Odysseum (à 6 arrêts de tram de Rives-du-Lez) et Occitanie (à 15 arrêts) sont desservis par les lignes menant directement à l'arrêt le plus proche.

Les habitants de la Métropole peuvent voyager gratuitement en transports en commun en ayant un Pass Gratuité valide. Pour les voyageurs occasionnels non-résidents de la Métropole, il existe plusieurs modalités pour l'achat d'un titre de transport :
-Via l'application sur smartphone M'Ticket TaM
-Depuis un QR code déployé à chaque point d'arrêt, station de tramway et arrêt de bus, permettant d'acheter un titre horodaté en 3 clics, et de le conserver sur smartphone,
-Sur l'un des 64 distributeurs de titres, situés aux principales stations de tramway,
-Chez l'un des 100 commerçants – relais TaM.
Les tickets magnétiques ne seront plus utilisables : ne sont valables que les tickets dématérialisés.

Si toutefois vous ne parveniez pas à trouver nos locaux, contactez-nous au 04 67 64 07 28.

# PRÉPAREZ VOTRE VENUE

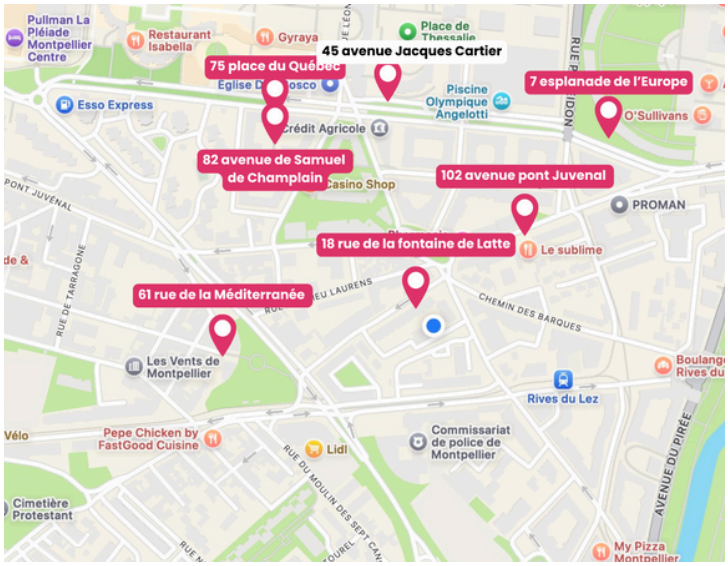
## ACCESSIBILITÉ DES LOCAUX

Les locaux du CODES 34 sont accessibles aux personnes en situation de handicap via l'accompagnement d'un membre du CODES 34.

## PLACE PMR (PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE)

Des emplacements de stationnement PMR sont disponibles à proximité immédiate des locaux du CODES 34. Vous trouverez ci-dessous les adresses, ainsi que la distance à pied depuis le point de départ.

- 18 Rue de la Fontaine de Lattes à 150 m
- 102 Avenue du Pont Juvenal à 250 m
- 61 Rue de la Méditerranée à 350 m
- 45 Avenue Jacques Cartier à 450 m
- 75 Place du Québec à 500 m
- 82 Avenue Samuel de Champlain à 500 m
- 7 Esplanade de l'Europe à 600 m




## RÈGLEMENT INTÉRIEUR

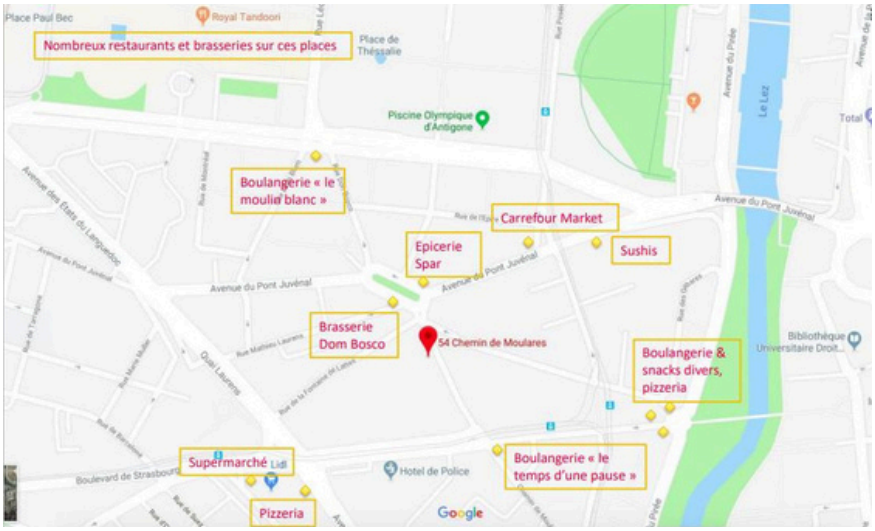
Vous êtes tenu de prendre connaissance du règlement intérieur qui vous sera transmis avec votre convocation.

## POINTS DE RESTAURATION À PROXIMITÉ

Brasserie Dom Bosco
04 99 64 52 15

Boulangerie le temps d'une pause
04 67 42 25 92

La réservation est conseillée



codes 34
Comité départemental d'éducation pour la santé

FORMATION

# Bulletin d'inscription 2026

**Titre de la formation et dates**

.....

**Vous êtes :**

☐ Un particulier ☐ Un salarié de structure

**Votre structure :**

.....

**Vos informations**

**Nom - Prénom**

.....

**Votre profession**

.....

**Mail**

.....

**Téléphone**

.....

**Mode de financement prévu**

.....

**Canal d'information**

.....

**Reconnaissance RQTH**

☐ Oui ☐ Non

**Besoins d'aménagements spécifiques**

.....

**Vous êtes rattaché à une structure:**

**Effectif de l'équipe à former et fonctions professionnelles**

.....

**Nom-Prénom du signataire de la convention**

.....

A RETOURNER PAR MAIL :
formation@codes34.org **OU**
NOUS CONTACTER PAR TÉLÉPHONE
**06 72 97 52 59**

codes34

# COMITÉ DÉPARTEMENTAL D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ DE L'HÉRAULT

CENTRE ANDRÉ LEVY, RESIDENCE DOM BOSCO
54 CHEMIN DE MOULARÈS
34070 MONTPELLIER
formation@codes34.org
https://codes34.org
04 67 64 07 28