



CATALOGUE DE FORMATION 2025/2026

ASSOCIATIONS / FONDATIONS /
PORTEURS DE PROJETS / ENTREPRISES /
COLLECTIVITES

*Des formations adaptées à vos besoins de structuration,
d'accompagnement et de développement*

Une approche agile, concrète et optimiste !

Le tout dans la bonne humeur et dans l'action ...

BIENVENUE



NOTRE AMBITION

Wellinsport a pour ambition d'accompagner concrètement, de manière opérationnelle et mesurable, une ou plusieurs organisations dans leur structuration, leur développement et la pérennisation de leurs actions. Ces formations s'inscrivent dans un contexte complexe, où l'innovation, la dynamique collective et la logique de projet constituent les leviers essentiels d'une vision réaliste et durable.

NOTRE VISION

Chaque organisation possède sa propre histoire, son écosystème, ses atouts et ses vulnérabilités. C'est pourquoi nous plaçons son identité au centre de ses projets et de ses réflexions stratégiques. Chaque formation est ainsi pensée sur mesure. Notre approche pédagogique se veut agile, ancrée dans l'action et au plus près des réalités de terrain.

LA TOUCHE WELLINSPORT

Plus de 20 ans d'expérience dans l'univers de la gestion de projet, du sport.

L'envie de proposer des formations "en mouvement", dans le partage et la bonne humeur !

DOMAINES D'EXPERTISE

POUR RÉUSSIR VOS PROJETS



**CONCEPTION /
GESTION DE
PROJET**



**MESURE DE
L'IMPACT /
CAPITALISATION /
VALORISATION**



**LEVÉE DE FONDS /
STRATÉGIE DE
FINANCEMENT**



**COOPÉRATIONS /
ECOSYSTÈME**



**STRATÉGIE RSE /
MÉCENAT**



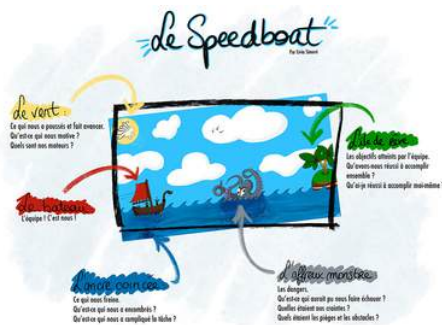
**RELATION
PARTENAIRES**



MODALITES DE FORMATION

LES MODALITES PÉDAGOGIQUES

- Chaque formation est **adaptée à vos besoins** et vos contraintes
- Nos parcours de formation combinent **plusieurs modalités pédagogiques** :
 - **Techniques de préparation mentale** telle que la méditation ou la visualisation pour gagner en concentration et productivité
 - **Supports écrits** type powerpoint, quizz, exemples concrets
 - **Moove & learn** : échanger et apprendre en marchant pour garder l'attention et développer la créativité
 - **Classe inversée** : les apprenants accèdent aux contenus théoriques sous différents formats. Puis grâce à des mises en situation concrètes, des travaux de groupes ou individuels, ils partagent les apprentissages
 - **Utilisation d'outils collaboratifs** tels que **“La ligne du temps”** (outil visuel et participatif pour retracer l'histoire d'un projet), l'outil du **“récit croisé”** (méthode de capitalisation qualitative et participative qui consiste à croiser les points de vue de plusieurs acteurs impliqués dans un même projet ou une même action), **“l'arbre des personnages”** (pour se positionner dans une organisation), le **“speed-boat”** (permettant de dresser un état des lieux d'une situation, d'un projet, ...)



“Son écoute attentive, nous a immédiatement mises en confiance et nous a permis de nous dépasser bien au-delà de ce que nous avons pu envisager”

Lise - Présidente de l'association Rhumatism Alp -

MODALITES DE FORMATION

LES MODALITES PRATIQUES

- **Modalité de réalisation de la formation :**

- Les formations proposées sont dans l'action. Elles sont des espaces de réflexion, d'échange, de partage d'appropriation collective, de bonnes pratiques et de transfert de compétences.
- Les formations peuvent être en présentiel ou en format hybride (format présentiel et distanciel) en fonction de vos contraintes.
- Les formations peuvent avoir lieu dans vos locaux ou dans une salle mise à disposition par notre organisme de formation.

- **Modalité et délai d'accès à la formation :**

- Me contacter par mail ou téléphone pour prendre RDV pour une première rencontre (physique ou téléphone) afin de clarifier vos attentes et répondre à vos questions.
- Dans un délai de 48h, proposition d'un contenu adapté à vos besoins et un planning prévisionnel
- Confirmer votre engagement par mail, afin que je vous envoie un contrat de formation à signer
- Signer le contrat en indiquant la période souhaitée de formation.
- Déterminer la date de début de formation
- Et c'est parti !

- **Durée des formations**

- La durée de chaque formation est notée ci-après dans la fiche détail de la formation
- Les formations sont sur une ou deux journées (journées pouvant être non consécutives afin d'optimiser l'apprentissage)

- **Tarif**

- Le tarif de chaque formation est notée ci-après dans la fiche détail de la formation
- Les modalités de règlement sont les suivantes :
 - 50% du prix du bilan de compétences à régler au démarrage de celui-ci
 - 50% du prix du bilan de compétences à régler à la fin

- **Charte éthique et déontologique**

- Les formations WELLINSPOORT garantissent le respect de sa charte déontologique. La charte est en ligne sur notre site internet

LES FORMATIONS INTER

Elles regroupent des participants de plusieurs organisations et permettent d'avoir des échanges enrichissants entre apprenants venant d'univers variés. Ce type de formation est idéal si vous voulez former peu de personnes ou obtenir d'autres points de vue sur les sujets abordés.

MODALITES D'ÉVALUATION

Evaluation au démarrage de la formation

Evaluation le Jour 1 en début de formation sur les connaissances liées au sujet : autodiagnostic

Evaluation pendant la formation

Echanges informels tout au long de la formation

Evaluation à chaud en fin de journée 1 (questions ouvertes posées à l'oral)

Evaluation suite à la formation

Signature d'une feuille d'émargement à la fin de chaque journée de formation

Un certificat de réalisation est remis à chacun en fonction du résultat

Évaluation à chaud - validation des connaissances acquises : Evaluation finale en fin de formation

Questionnaire de satisfaction (Evaluation de l'intervenant et de la formation) par les stagiaires et le commanditaire

Évaluation 3 mois après le bilan : Questions par mail



POUR QUELS PUBLICS?

ASSOCIATIONS

Faites monter en compétences vos salariés mais aussi dirigeants et bénévoles avec une formation en interne dans votre structure ou en inter (regroupant plusieurs associations)

FONDATIONS

Accompagnez différemment les porteurs de projet (associations, sportifs de haut niveau, ...) que vous financez et offrez leur la possibilité d'optimiser la durabilité de leur projet, de créer du lien et des coopérations durables et de rester actif !

COLLECTIVITÉS

Accompagnez différemment les associations de votre territoire et mettez en place des formations concrètes et indispensables pour la continuité de la dynamique associative.

ENTREPRISES

Au coeur de votre stratégie RSE, formez-vous aux techniques de mécénat, renforcez l'engagement de vos collaborateurs et engagez-vous de manière durable pour un monde meilleur !

ACCES HANDICAP

La formation est construite pour pouvoir accueillir, accompagner et/ou orienter les publics en situation de handicap.

En cas de besoin d'adaptation, veuillez me contacter pour définir les aménagements nécessaires à la bonne réalisation de la formation.



FORMATION «BOOSTEZ VOS FINANCEMENTS»

MÉTHODOLOGIE / OUTILS / POSTURE

COMMENT TROUVER DE NOUVELLES SOURCES DE FINANCEMENT EN PASSANT EN MODE PROJET? DE L'IDÉE AU PROJET EN EMBARQUANT UN COLLECTIF AUTOUR, SE STRUCTURER ET APPRÉHENDER LE/LES PROJETS COMME SOURCE DE FINANCEMENT, AVEC LES OUTILS ADAPTÉS ?

OBJECTIFS

Al'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Identifier les enjeux et les bénéfices du travail en mode projet dans un contexte associatif, en lien avec les dynamiques de changement et d'innovation.
- Analyser un projet associatif pour en dégager une action concrète, et le traduire en projet d'activité ou événement structuré.
- Décrire les composantes essentielles d'un projet (objectifs, acteurs, ressources, contraintes, indicateurs) et intégrer les grandes étapes de sa conception à sa mise en œuvre.
- Utiliser une méthodologie adaptée et mobiliser des outils de gestion de projet (fiche-projet, rétroplanning, budget prévisionnel, etc.) en fonction des besoins et capacités de leur structure.
- Formaliser un projet de manière claire et argumentée, dans un format structuré (note de cadrage, fiche-projet), en assurant cohérence entre fond et forme.

CONTENU

Jour 1

- Apprendre à se positionner dans son écosystème associatif
- Introduction à la gestion de projet : le projet comme dynamique de développement de l'association
- Définition du contenu d'un projet : de l'idée à l'action (les grandes étapes de conception d'un projet) et focus sur les outils à concevoir
- Traduction opérationnelle et mise en place de l'organisation efficace, réaliste et optimale (moyens humains, opérationnels, matériels et financiers). Découverte des outils de pilotage



Jour 2

- Gestion des risques (anticipation et solutions avant de se lancer dans le projet)
- Pilotage et communication (stratégie et plan d'actions opérationnels)
- Mesure de l'impact et évaluation (en réponse aux objectifs quantitatifs et qualitatif du projet)

LES SPECIFICITES

PREREQUIS : Aucun

EFFECTIF : A partir de 2 personnes

PUBLIC : Bénévoles, salariés, d'associations

DUREE : 2 jours soit 14 heures

JOURNEES NON CONSECUTIVES permettant aux participants de s'approprier les contenus

METHODE / MOYENS / OUTILS

- Inspiré et argumenté grâce aux expéditions sportives conçues et pilotées par l'intervenante
- Alternance d'apports théoriques et applications pratiques
- Supports de formation, documentations - sites spécialisés
- Mise à disposition d'une boîte à outils (documents adaptés aux structures en libre téléchargement)
- Vidéos et photos

MODALITES D'EVALUATION

- Evaluation de la formation par le participant et par le commanditaire
- Auto-évaluation à chaud en fin de J1
- Evaluation des acquis en fin de formation





INTERVENANTE

Alexandra AMAND LE MOUEL

Gérante de la société Wellinsport - Consultante spécialisé dans l'univers du sport depuis 20 ans. Experte en gestion de projets, levées de fonds et stratégie de développement.

Retrouvez plus d'informations sur www.wellinsport.com

TARIF

2 jours de formation : 2 000 € TTC *

(salle mise à disposition à Capbreton selon disponibilités, dans vos locaux ou à définir ensemble)

- Tarif valable pour une formation dans un rayon de 50 km de Seignosse.
- Forfait déplacement en sus (sur devis) pour toute formation au delà de 50 km de Seignosse

CONTACT

Alexandra AMAND LE MOUEL

alexandra.lemouel@wellinsport.com

06 11 79 86 75



Juillet 2025

QUI SOMMES-NOUS?

PRÉSENTATION

L'entreprise Wellinsport a été créée en 2010 par Alexandra AMAND LE MOUEL. Diplômée de Toulouse Business School en 2003 (Master 2), elle s'est spécialisée dans l'accompagnement d'acteurs de l'économie sociale et solidaire. Plus de 20 ans d'expérience aux côtés des acteurs de terrain



OÙ?

Basée dans les Landes (40), à Seignosse, entre océan, forêt et montagne, Alexandra intervient partout en France et DOM-TOM.



NOUS CONTACTER

06 11 79 86 75
alexandra.lemouel@wellinsport.com
www.wellinsport.com



Une question, un besoin d'information, une inscription? Je me tiens à votre service pour analyser vos besoins, résoudre vos problématiques, élaborer une ingénierie pédagogique adaptée, vous proposer des parcours de formations à votre image et en réponse à vos ambitions !

Organisme certifié QUALIOP : La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes: Actions de formation. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400219840 auprès du préfet de la région Nouvelle-Aquitaine



ILS NOUS FONT CONFIANCE

