

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 1 (1999)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Formation continue

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Perfectionnement de l'ASEP

Le programme de l'ASEP est en principe ouvert à tous les intéressés. Toutefois, dans les cas où le nombre d'inscriptions dépasserait celui des places disponibles, priorité serait d'abord donnée aux enseignants membres de l'ASEP, puis aux enseignants nonmembres de l'association et enfin aux autres intéressés.

Les personnes qui souhaitent participer à l'un des cours proposés sont priées de s'adresser au: Secrétariat de l'ASEP, case postale 124, 3000 Berne 26. Tél. 031/302 88 02 (mardi, jeudi + vendredi après-midi, sinon répondeur automatique), fax 031/302 88 12, e-mail: svssbe@access.ch

**48**

### Ski et snowboard à l'école (CC J+S Ski et snowboard/CP J+S Ski et snowboard/CP IS)

**Buts et contenu:** transmettre les idées essentielles du cours central IASS et J+S. Différentes approches possibles pour atteindre les sensations du carving. Snowboard: initiation et perfectionnement personnel; mouvements clés communs au snowboard et au carving.

**Méthodologie:** travail par groupe, individualisation, mise en commun dans des groupes mixtes (snowboardeurs et skieurs).

**Public cible:** tout enseignant intéressé.

**Finances d'inscription:** membres ASEP: Fr. 50.–; non-membres: Fr. 100.–

**Remarque:** frais au maximum Fr. 300.– (demi-pension et abonnement). Chaque participant apporte son matériel personnel.

**Direction du cours:** Jacques Gavillet, Bionnens, 1670 Ursy. Tél. 021/909 57 83 et José Yerly, rue de Champ-Barby 20, 1630 Bulle. Tél. 026/912 33 29.

**Lieu:** Saas Fee.

**Date:** du mercredi 8 au vendredi 10 décembre 1999.

**Délai d'inscription:** vendredi 29 octobre 1999.

## AOS

### S38 Le bénévolat dans le sport

**Buts et contenu:** faire prendre conscience aux participantes et aux participants que c'est par la création d'un milieu propice qu'on peut parvenir à concrétiser le maintien et la promotion du bénévolat. «Bénévole... et après?» de l'AOS permettra d'analyser, d'améliorer et d'optimiser les différentes activités bénévoles.

**Méthodologie:** les cinq thèmes du manuel de formation «Bénévole... et après?»: 1. Structures et infrastructures; 2. Formation et perfectionnement; 3. Planification et gestion du personnel; 4. Ambiance dans l'association; 5. Reconnaissance.

**Public cible:** collaboratrices et collaborateurs bénévoles de sociétés sportives et, tout particulièrement, président(e)s, vice-président(e)s, responsables

techniques et responsables du personnel. Au maximum 24 participant(e)s.

**Finances d'inscription:** Fr. 150.–. Grâce à des fonds de promotion de la Société du Sport-Toto, le tarif de participation est réduit et comprend les repas, l'hébergement et la documentation.

**Direction du cours:** Matthias Baumberger, coordinateur Sport pour Tous, AOS.

**Lieu:** Lausanne.

**Date:** du vendredi soir 3 septembre au samedi 4 septembre 1999.

**Inscription:** AOS, formation, case postale 202, 3000 Berne 32. Tél. 031/359 71 11, fax 031/352 33 80, e-mail: swissolympic@swiss-sport.ch

**Délai d'inscription:** mardi 3 août 1999.

### S39 Parler en public

**Buts et contenu:** savoir présenter un exposé avec aisance et efficacité.

**Méthodologie:** assimiler les règles de base de la communication orale; affiner son style personnel à l'aide de la vidéo; exercer l'élocution et la diction; gérer le trac; présenter un conférencier.

**Public cible:** cadres des fédérations nationales, cantonales et régionales. Limité à 8 personnes.

**Finances d'inscription:** Fr. 350.–. Grâce à des fonds de promotion de la Société du Sport-Toto, le

tarif de participation est réduit et comprend le repas et la documentation.

**Direction du cours:** Jean-Claude Hennet.

**Lieu:** Lausanne.

**Date:** du jeudi 9 septembre au vendredi 10 septembre 1999.

**Inscription:** AOS, formation, case postale 202, 3000 Berne 32. Tél. 031/359 71 11, fax 031/352 33 80, e-mail: swissolympic@swiss-sport.ch

**Délai d'inscription:** lundi 9 août 1999.

### S41 L'entraînement mental

**Buts et contenu:** ce cours a pour objectif de faire mieux connaître l'entraînement mental. Les participant(e)s apprendront notamment à en maîtriser les aspects déterminants ainsi qu'à cerner le profil mental de l'athlète, ceci dans le but d'utiliser efficacement cet outil, tant dans l'entraînement de la technique et de la tactique que lors de la préparation à la compétition.

**Méthodologie:** effets et utilisation de l'entraînement mental; critères d'efficacité de l'entraînement mental, pratique de l'entraînement mental.

**Public cible:** entraîneuses et entraîneurs. Limité à 15 per-

sonnes.

**Finances d'inscription:** Fr. 120.– par séminaire. Grâce à des fonds de promotion de la Société du Sport-Toto, le tarif de participation est réduit et comprend le repas et la documentation.

**Direction du cours:** Sylvain Silberstein.

**Lieu:** Lausanne.

**Date:** jeudi 23 septembre 1999.

**Inscription:** AOS, formation, case postale 202, 3000 Berne 32. Tél. 031/359 71 11, fax 031/352 33 80, e-mail: swissolympic@swiss-sport.ch

**Délai d'inscription:** lundi 23 août 1999.

## Université

### Certificat en réadaptation cardio-vasculaire

**Buts et contenu:** la validation de cette formation permet l'obtention d'un certificat correspondant aux exigences du Groupe suisse de travail pour la réadaptation cardio-vasculaire (GSRC). Ce certificat permet de travailler dans ce domaine conformément à l'Ordonnance sur les prestations de l'assurance de soins (OPAS). Physiologie de l'exercice; physiologie et physiopathologie du système cardio-vasculaire; diagnostic et traitement; facteurs de risque et prévention secondaire, aspects psychosociaux, processus d'acceptation de la maladie, aspects théoriques et pratiques de l'activité physique; interprétation des tests; élaboration de programmes d'entraînement; etc.

**Méthodologie:** conférences, ateliers, travail personnel et en groupe, stages pratiques.

**Public cible:** physiothérapeutes diplômés et maîtres d'éducation physique et de sport au bénéfice d'un diplôme ou d'une licence ayant suivi ou étant inscrits à un cours de réanimation cardio-respiratoire reconnu par la Croix rouge suisse (attestation exigée). Maximum 30 personnes.

**Lieu:** Institut des sciences du sport et de l'éducation physique, Université de Lausanne, Lausanne; Ecole cantonale vaudoise de physiothérapeutes, Lausanne; Centre jurassien de réadaptation cardio-vasculaire, Le Noirmont.

**Date:** du jeudi 16 au samedi 18 septembre 1999 à Lausanne; du jeudi 4 au samedi 6 novembre 1999 au Noirmont; du lundi 29 novembre au samedi 4 décembre 1999 au Noirmont; stage de 2 semaines à faire au choix entre le printemps et l'automne 2000, dans une institution de réadaptation cardio-vasculaire agréée par le GSRC comme centre de formation.

**Finances d'inscription:** 3100.– Fr. y compris les supports de cours et le stage, répartis comme suit: Fr. 2100.– pour 12 jours de cours, y compris supports de cours; Fr. 1000.– pour 2 semaines de stage; repas et hébergement non compris. **Inscription:** Service de formation continue, Université de Lausanne, Château de Dorgny, 1015 Lausanne. Tél. 021/692 22 90, fax 021/692 22 95, e-mail: secretariat@sfc.unil.ch

**Délai d'inscription:** 15 août 1999. **Informations:** site Internet de la Formation continue de l'Université de Lausanne: www.unil.ch/sfc