

LIVRET D'ACCUEIL

DU STAGIAIRE

PROSOM

Formations en présentiel
et/ou distanciel (classe virtuelle)

L'équipe de Prosom vous souhaite la bienvenue

L'Association PROSOM, (association nationale pour la PROMotion des connaissances du SOMmeil) **située** à Lyon a été créée en 1986 par de la volonté de spécialistes du sommeil, chercheurs et praticiens spécialistes des troubles du sommeil de l'enfant et de l'adulte.

Prosom est partenaire de l'institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES) et de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance.

PROSOM a bénéficié de liens étroits avec le Laboratoire de Recherches sur le Sommeil du Pr Michel Jouvet à la Faculté de Médecine de Lyon, en particulier avec le Dr Jean-Louis Valatx, et le Dr Marie-Josèphe Challamel, responsable de l'Unité de Sommeil de l'Enfant aux Hospices Civils de Lyon.

PROSOM est une association régie par la loi de 1901, qui se finance de façon autonome, en particulier sans soutien des laboratoires pharmaceutiques, par l'organisation de stages de formation, de conférences et de fournitures de supports éducatifs.

Notre approche pédagogique se fonde sur la formation par des experts du domaine du sommeil ayant une reconnaissance nationale ou international, les connaissances transmises se basent sur des fondements scientifiques et pluridisciplinaires. Nos méthodes pédagogiques s'équilibrent entre des apports théoriques fondamentaux et des acquisitions de connaissances à partir de cas apportés par les experts. Les apprenants intègrent la théorie dans des travaux d'étude de cas et de situations cliniques et professionnelles.

Nos formateurs ont à cœur de veiller à votre bien-être et à la qualité des formations.

Ce livret d'accueil, rédigé à votre intention, vous permettra de faire connaissance avec Prosom et de trouver les informations utiles durant votre parcours.

Notre volonté est de réunir nos compétences et nos efforts pour rendre votre parcours de formation le plus agréable possible. C'est pourquoi nous nous engageons à tout mettre en œuvre pour mériter votre confiance, être à votre écoute et répondre à vos attentes.

Table des matières

1 - PRESENTATION	4
a. Notre offre de formation	4
b. Notre équipe pour vous accompagner	5
c. Notre engagement qualité et indicateurs de résultats	5
2 - ORGANISATION DE VOTRE FORMATION	6
a. Accueil de l'établissement / horaires des formations	6
b. L'accueil des personnes en situation de handicap	7
c. Horaires de présence administrative de Prosom	7
d. Restauration	7
e. Contenu de la formation	7
f. Les méthodes pédagogiques	7
g. Evaluation de la formation	8
3 Règlement intérieur de PROSOM	9
a. Objet	9
b. Hygiène et Sécurité :	9
c. Discipline	10
d. Sanctions et procédure disciplinaires	11
e. Garanties disciplinaires	12
f. Publicité du règlement	12

1 - PRESENTATION

Prosom est un partenaire de formation depuis sa création.

a. Notre offre de formation

Chaque année, **des formations continues courtes** d'une demi-journée à 2 jours sont proposées. Elles ont pour thème:

- Sommeil, alimentation et rythme de vie chez le jeune enfant (de la naissance à 6 ans)
- Mode de vie et sommeil chez l'adolescent
- Sommeil rythme de vie et travail posté
- Prévention des effets du décalage horaire
- Sommeil et stress
- Sommeil et sport
- Le pharmacien d'officine face aux problèmes de sommeil
- Le sommeil de la femme enceinte et de son bébé

L'objectif de ces stages est premièrement d'actualiser les connaissances sur le sommeil, la vigilance et les rythmes biologiques du nourrisson, de l'enfant et l'adolescent ainsi que de l'adulte et de la personne âgées. Ces connaissances pourront être directement utilisables en situation professionnelle. Ensuite, ces stages permettent de proposer une base méthodologique solide et rigoureuse dans la mise en place d'actions éducatives et de préventions dans des milieux collectifs.

Chacune des formations délivre un ensemble de compétences cohérent basé sur des connaissances scientifiques récentes et à jour des dernières publications scientifiques couplées à de multiples expériences professionnelles des différents intervenants proposant ainsi une vision pluridisciplinaire.

Les formations proposées par PROSOM peuvent être réalisées selon trois modèles : 1/ formation intégralement en présentiel ; 2/ formation intégralement à distance ; 3/ formation mixte regroupant des participants à distance et des participants en présentiel.

1/ Formation intégralement en présentiel

Les formations intégralement en présentiel ne comportent que des participants présents physiquement dans les locaux de formation.

Cette formation se déroule dans une salle de formation avec une présentation et projetée sur un écran via un vidéoprojecteur. Le présentateur dispense alors la formation aux participants.

2/ Formation intégralement à distance

La réalisation de la formation intégralement à distance se déroule de façon synchrone. Quelques jours avant la formation, vous recevrez des informations concernant l'accès à la formation.

Pour permettre une participation optimale, il est indispensable de posséder un ordinateur, une bonne connexion internet, un micro et une webcam. La formation se déroule via le logiciel Zoom, ce logiciel est gratuit et ne nécessite pas la création d'un compte pour participer à la formation. Il est fortement

recommandé de télécharger le logiciel sur votre ordinateur pour profiter de toutes les options de participation.

Nous vous conseillons de contrôler le bon fonctionnement du logiciel et de vos moyens de communication (micro et caméra) avant la formation.

La salle de formation Zoom ouvre à 8h30 en suivant le lien que vous aurez reçu quelques jours avant. La formation débute à 9h00.

3/Formation mixte – en présence et à distance

Pour permettre une plus grande flexibilité dans la participation et rendre accessibles ses formations au plus grand nombre, PROSOM propose la réalisation de ses formations dans un format mixte regroupant une partie des participants à distance et une partie des participants en présentiel.

Lors de séance mixte, les participants en présentiel suivent la formation en direct avec le formateur via une projection en vidéo protecteur.

Les participants à distance bénéficient d'une part d'un partage d'écran de la présentation projeté ce qui leur permet de toujours être synchrones avec la présentation et d'autre part la vidéo du formateur debout devant son diaporama lors de la présentation.

Du point de vue du formateur, il peut aisément échanger avec les participants en présentiel, mais il dispose également d'un retour visuel sur tous les participants à distance via un écran supplémentaire tourné vers le formateur qui permet aux participants à distance de lever la main.

Lors de chaque présentation comportant des participants à distance, les formateurs ne sont jamais seuls à gérer les participants en ligne et en présence. Au minimum un formateur supplémentaire est présent pour aider le formateur, ainsi ce formateur supplémentaire peut contrôler que les participants à distance ne lèvent pas la main ou n'ont pas de question posée sur le chat resté sans réponse. Il permet également de contrôler les éventuelles nuisances sonores pouvant venir d'une participante allumant son micro sans s'en rendre compte.

b. Notre équipe pour vous accompagner

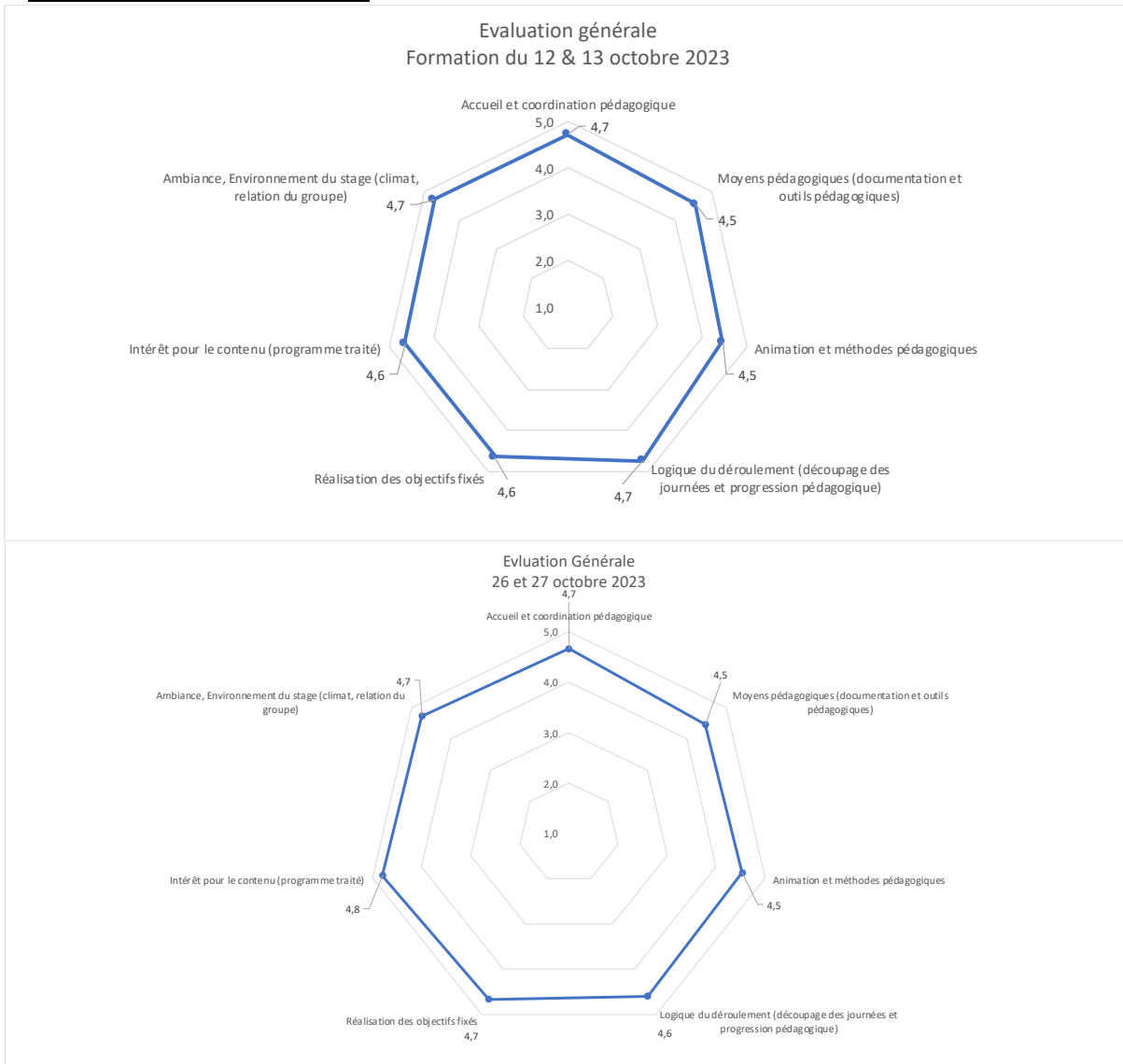
Toutes nos actions sont réalisées par des intervenants (médecin du sommeil, pédiatre, médecin de PMI, sage-femme, biologiste, psychologue clinicien) qui possèdent une compétence reconnue par leurs qualifications universitaires, titres et expériences requises pour prétendre à la qualité de spécialiste du sommeil. Ils apportent leur expertise avec des méthodes pédagogiques éprouvées qui peuvent alterner suivant les besoins des contenus de la formation en séance présentielle et/ou un suivi à distance pour des solutions concrètes.

Ces compétences faciliteront votre apprentissage et l'acquisition de nouvelles connaissances et rendront votre formation opérationnelle en utilisant les méthodes, techniques et outils les plus adaptés pour la thématique enseignée.

C. Notre engagement qualité et indicateurs de résultats

Prosom est engagé dans la démarche de certification QUALIOPi afin de répondre au mieux aux besoins de ses apprenants et de ses formateurs.

d. Indicateurs de résultats



2 - ORGANISATION DE VOTRE FORMATION

a. Accueil de l'établissement / horaires des formations

Prosom vous accueille à partir de **8h30**.

Les horaires des formations sont habituellement : **9 h – 12 h 30 /14h– 17 h**.

Lors de formation à distance, la salle de conférence en ligne ouvre également à 8h30 pour permettre de contrôler le bon fonctionnement des micros, caméra de tous les participants ainsi que la bonne réception des caméras, micros et partage d'écran des formateurs.

b. L'accueil des personnes en situation de handicap

Prosom porte une attention toute particulière à l'accueil des personnes en situation de handicap. L'ensemble du bâtiment dédié à la formation (parties communes, salles de formations, WC, plateau pédagogique) est conforme à l'Arrêté du 20 avril 2017 relatif à l'accessibilité aux personnes handicapées des établissements recevant du public.

Nous pouvons accueillir toute personne en situation de handicap, quel que soit sa pathologie ou son handicap.

Des **moyens de compensations** c'est-à-dire des moyens pour rendre accessible nos formations aux personnes en situation de handicap sont à étudier avec notre référent handicap suivant le type de handicap.

Référent handicap Prosom : Dr Elisabeth Locard - Mail : elisabeth.locard@gmail.com

Des aménagements sont possibles aussi bien lors de la formation comme par exemple la demande d'un temps supplémentaire à l'organisme formateur.

c. Présence administrative de Prosom

Prosom ne dispose pas d'horaire d'ouverture.

Pour toute demande vous pouvez contacter le secrétariat de Prosom par mail : prosom@wanadoo.fr

Si vous désirez échanger par téléphone avec le secrétariat de Prosom, il est nécessaire d'envoyer un mail pour prendre rendez-vous.

e. Restauration

Dans le respect des consignes sanitaires actuelles, liés à la COVID 19, les repas seront pris à l'extérieur du lieu de formation pendant le temps de la pause méridienne.

f. Contenu de la formation

Le **programme**, disponible sur le site www.prosom.org rubrique « Nos formations », met en adéquation le contenu de la prestation et les exigences de compétences pour la validation de la formation suivie (Attestation, les modalités d'évaluation des acquis et de satisfaction des apprenants.)

g. Les méthodes pédagogiques

Notre approche pédagogique se fonde sur la formation par des experts du domaine du sommeil ayant une reconnaissance nationale ou internationale, les connaissances transmises se basent sur des fondements scientifiques et pluridisciplinaires. Nos méthodes pédagogiques s'équilibrent entre des apports théoriques fondamentaux et des acquisitions de connaissances à partir de cas apportés par les experts. Les apprenants intègrent la théorie dans des travaux d'étude de cas et de situations cliniques et professionnelles.

Le contenu de nos formations comporte :

Des apports théoriques qui permettent aux participants d'acquérir des connaissances approfondies, scientifiques et actualisées : sur le sommeil et son organisation jour/nuit et leurs modifications au cours des différents âges de la vie ; sur les difficultés et pathologies du sommeil

Une approche heuristique :

- Avec l'auto-évaluation des participants sur leurs connaissances sur le sommeil en début de formation et en fin de formation, leur autoévaluation des acquis.
- Avec l'analyse et les échanges avec les formateurs et l'ensemble des participants sur des cas de troubles et de pathologie du sommeil ; c'est à partir de ces cas rapportés par les participants et les formateurs que pourront s'établir les stratégies de la prise en charge.

Une approche pratique :

- Comment conduire la prise en charge des troubles du sommeil : l'enseignement de l'utilisation des outils cliniques (agendas de sommeil, échelles et questionnaires) ; ces outils permettent d'objectiver et de caractériser les troubles du sommeil.
- Comment accompagner les parents, les professionnels de la petite enfance, les professionnels de santé et les enseignants dans la prévention et la prise en charge des principales difficultés de sommeil.
- Comment construire et animer des actions de promotion de la santé sur le thème du sommeil et des rythmes de vie

h. Évaluation de la formation

En début de formation :

Une auto-évaluation des stagiaires sous forme de quizz (Pré-Test) permet d'évaluer leurs connaissances du sujet abordé. Ces mêmes questions seront reprises en fin de session afin d'évaluer la progression pédagogique pendant le parcours de formation (Post-Test).

Ce questionnaire a également pour but de connaître les différentes attentes des participants sur la formation. Ces questionnaires sont analysés avant la formation pour permettre de répondre au mieux aux participants.

Pendant la formation :

Chaque formateur met en place des évaluations intermédiaires à **la fin de chaque module** afin de vérifier les acquis des connaissances acquises par les stagiaires sous forme de mises en situations professionnelles, débriefing, étude de cas.

À la fin de chaque temps de module, un temps est consacré aux questions sur le module.

À l'issue de la formation :

Plusieurs évaluations sont réalisées par Prosom:

- Une **auto-évaluation (Post test)** reprenant les questions du Pré-Test permet de se rendre compte de la progression des acquis durant le parcours de formation.
- Une **évaluation générale de la formation** portant sur le contenu des interventions, la qualité des intervenants, l'interactivité entre stagiaire et formateurs, la qualité des documents, la durée de la formation, les points forts, les points faibles, les conditions matérielles (l'accueil, l'organisation, les locaux, les supports)
- Une **évaluation de la formation par l'intervenant** sur la composition du groupe, la participation, les difficultés rencontrées. Cette évaluation est réalisée en réunion avec la présence du président de PROSOM.

3 Règlement intérieur de PROSOM

Le règlement intérieur ci-après doit être respecté par les personnes accueillies dans les formations

a. Objet

Prosom assure

- Des formations sur le sommeil et ses troubles destinées aux professionnels de santé, actifs dans le domaine des soins, de l'hygiène et de la prévention
- L'organisation et l'animation de rencontres, conférences, exposés-débats
- La production et la diffusion de supports pédagogiques adaptés à différents publics
- Des expertises méthodologiques

La déclaration d'activité est enregistrée **sous le numéro OPCA 82 69 10052 69**. auprès du Préfet de la Région. Le présent règlement est établi conformément aux dispositions des Articles L. 6352-3, L. 6352-4 et R. 6352-1 à R. 6352-15 du Code du Travail. Il s'applique à tous les stagiaires inscrits à une session de formation dispensée Prosom et ce, pour la durée de la formation suivie.

Ce règlement a vocation à préciser :

- Les mesures relatives à l'hygiène et à la sécurité
- Les règles disciplinaires et notamment l'échelle des sanctions applicables aux stagiaires ainsi que leurs droits en cas de sanction.

b. Hygiène et Sécurité :

Consignes de 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, lorsqu'elles existent, doivent être strictement respectées

sous peine de sanctions disciplinaires. En particulier les règles imposées par la situation sanitaire liée au Covid, doivent être strictement respectées dans leur évolutivité.

Accident -Maladie - Déclaration – Absences

Tout accident, même bénin, survenu au cours de la formation (ou du trajet) doit être porté à la connaissance de la direction de Prosom dans les heures qui suivent. Il en est de même pour toute absence ou maladie.

Entretien du matériel

Il est obligatoire de maintenir l'ensemble du matériel pédagogique et les équipements mis à disposition, en parfait état de propreté et d'entretien, et d'aviser le formateur et la direction de toute défaillance qui pourrait être constatée.

Il est interdit d'utiliser et/ ou d'emporter, pour son usage personnel, les matériels mis à disposition.

Usage du tabac

Il est strictement interdit de fumer dans les locaux dédiés à la formation. Le fait de fumer dans les locaux expose le salarié à des sanctions disciplinaires.

Incendie

Les personnes présentes dans les locaux de formation doivent prendre connaissance des consignes de sécurité et d'évacuation en cas d'incendie. Celles-ci sont affichées dans les locaux. Tout matériel de secours ou d'extinction doit être rendu libre d'accès. Aucun matériel de secours ne peut être manipulé hors incendie.

Alcool

La consommation des boissons alcoolisées dans les locaux de formation est interdite. De même, il est interdit d'introduire ou de distribuer dans ces locaux de la drogue ou des boissons alcoolisées.

C. Discipline

Respect des instructions

Chaque stagiaire doit respecter les consignes concernant le déroulement des formations, qui lui ont été remises **lors de l'inscription définitive**.

Horaires des formations – Retards

Les stagiaires doivent respecter les horaires des formations définis par le programme. Les cours se déroulent, chaque jour, selon leur planification, de 9 h à 12 h 30 et de 14 à 17 h Les stagiaires seront particulièrement ponctuels, ceci dans le respect de l'enseignant, de leurs collègues et du bon déroulement de la formation. Tout retard doit être justifié auprès du formateur et/ou de la direction. Leur répétition peut donner lieu à l'application d'une sanction.

Pauses café et déjeuner

Les pauses café (matin et après-midi) auront lieu à l'intérieur des locaux de formation en respectant en particulier les consignes liées à la situation sanitaire.

Le déjeuner de midi sera pris à l'extérieur en respectant le temps de pause imparti

Entretien des locaux collectifs

Il est demandé aux stagiaires de respecter la propreté des salles de formation et des locaux (sanitaires ...) mis à leur disposition,

Accès aux locaux de travail

Leur accès est réservé aux seuls intervenants et stagiaires de Prosom.

Absences

Les sorties et/ou absences pendant les heures de formation doivent être exceptionnelles et faire l'objet d'une autorisation délivrée par la direction. Toute absence répétée lors d'une formation longue durée, peut donner lieu soit à sanction ; soit à l'exclusion de la formation. Nous insistons sur l'importance de la régularité des présences des stagiaires à la formation. En cas d'absences, non justifiées et répétées, Prosom se réserve la possibilité **d'avertir l'employeur du stagiaire par l'intermédiaire de son supérieur hiérarchique.**

Communications téléphoniques

Les communications téléphoniques à caractère personnel reçues ou données pendant les heures de cours doivent être limitées aux cas d'urgence : il est demandé aux stagiaires d'éteindre leurs téléphones portables et de s'abstenir de toute lecture de message durant leurs présences aux cours. Tout manquement à cette consigne peut être suivi de sanctions.

Vidéo des sessions de formation

Sauf dérogation express, il est formellement interdit d'enregistrer ou de filmer la session de formation et de faire parvenir des informations concernant le déroulement des formations sur les réseaux sociaux

d. Sanctions et procédure disciplinaires

Sanctions

Toute violation de ces consignes, ou tout agissement considéré comme fautif ou susceptible de perturber le déroulement de la formation pourra, en fonction de sa gravité, faire l'objet d'une décision disciplinaire prise par la direction de Prosom par ordre croissant d'importance :

- Avertissement écrit par le Directeur de Prosom ou son représentant
- Exclusion temporaire ou définitive de la formation

Procédure disciplinaire (selon l'article R 6352-4 à 6352-8 du Code du travail)

1) Le directeur ou son représentant convoque le stagiaire en lui indiquant l'objet de cette convocation. Celle-ci précise, la date, l'heure et le lieu de l'entretien. Elle est écrite et est adressée par lettre recommandée ou remise à l'intéressé contre décharge.

2) Au cours de l'entretien, le stagiaire peut se faire assister par la personne de son choix. La convocation fait état de cette faculté.

3) Le directeur ou son représentant indique le motif de la sanction envisagée et recueille les explications du stagiaire.

4) La sanction ne peut intervenir moins d'un jour franc ni plus de 15 jours après l'entretien. Elle fait l'objet d'une décision écrite et motivée, notifiée au stagiaire par lettre recommandée ou remise contre récépissé.

5) Lorsque l'agissement a rendu indispensable, une mesure conservatoire d'exclusion temporaire à effet immédiat, aucune sanction définitive, relative à cet agissement, ne peut être prise sans que la procédure citée précédemment ait été observée.

6) Le Directeur informe de la sanction prise :

- L'employeur, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'une action de formation dans le cadre du plan de formation d'une entreprise

- L'employeur et l'opérateur de compétences qui a pris en charge les dépenses de la formation, lorsque le stagiaire est un salarié bénéficiant d'un congé individuel de formation - l'opérateur de compétences qui a assuré le financement de l'action de formation dont a bénéficié le stagiaire.

e. 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.
- Le type de sanction appliquée suivra la nature et l'importance du grief.
- Le directeur de l'organisme de formation informe l'employeur ou l'organisme prenant à sa charge les frais de formation, de la sanction prise.

f. Publicité du règlement

Le présent règlement est disponible au libre accès sur le site de PROSOM

Lyon
Bruno Claustrat
Président de Prosom

