

**PETIT RÉPERTOIRE  
DE FORMATIONS  
ET RESSOURCES  
POUR  
ORGANISMES  
DE LOISIR**



**ULSCN**

Unité de loisir et de sport  
de la Capitale-Nationale

**ALLONS PLUS LOIN!**

ANIMATION  
GESTION  
GOUVERNANCE  
INFORMATIQUE  
RÉSEAUX SOCIAUX  
TÉLÉTRAVAIL...

**ET PLUS //**

Catégorie	Quoi ?	Qui offre ?	Lien	Quand ?	Prix	Notes
Animation	DAFA	ULSCN	<a href="https://urlz.fr/gYWS">https://urlz.fr/gYWS</a>			
Animation	Formation en accompagnement en loisirs des personnes handicapées - FACC «Certification camps de jour»	Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la Capitale-Nationale (ARLPH)	<a href="https://arlp03.com/formations/">https://arlp03.com/formations/</a>	En juin	60\$/pers.	Durée : 7 heures
Animation	Apprendre à communiquer avec aisance, naturel et conviction	Communication futée	<a href="https://urlz.fr/gYVd">https://urlz.fr/gYVd</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Document de référence
Bénévolat	LA DIVERSITÉ EN ACTION BÉNÉVOLE - Histoire et évolution du milieu associatif - Portrait du bénévolat au 21e siècle - Valeurs et principes directeurs du bénévolat - La diversité en action bénévole - Fonctions et responsabilités du gestionnaire de bénévoles - Cycle de gestion des bénévoles	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Durée environ 3 hrs. Il faut s'inscrire
Bénévolat	LE RECRUTEMENT EFFICACE DES BÉNÉVOLES - Le recrutement en 7 étapes - La conception de poste - Élaborer une stratégie de recrutement par groupe cible - Attirer les jeunes bénévoles et assurer la relève - Rédiger une offre de recrutement ciblée	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Durée environ 3 hrs. Il faut s'inscrire
Bénévolat	LA SÉLECTION ET LE FILTRAGE DES BÉNÉVOLES - La sélection et le filtrage - Le filtrage en 10 étapes - Les risques associés à un poste bénévole - Appliquer techniques et outils pour la sélection des bénévoles	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Durée environ 3 hrs. Il faut s'inscrire
Bénévolat	PRÉPARER L'IMPLICATION DES BÉNÉVOLES - Les styles de leadership - La communication efficace - L'accueil et l'intégration des bénévoles - L'orientation et la formation des bénévoles - La fixation d'objectifs	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Durée environ 3 hrs. Il faut s'inscrire
Bénévolat	SOUTENIR L'IMPLICATION DES BÉNÉVOLES - La motivation - La délégation - L'évaluation et la rétroaction - La résolution de conflits - La reconnaissance	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-geo-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Durée environ 3 hrs. Il faut s'inscrire
Bénévolat	CAP SUR LES JEUNES BÉNÉVOLES, permet aux organismes de : - faire un diagnostic de la place des jeunes dans leur organisation; - prendre conscience de différents éléments relatifs aux jeunes bénévoles (apports, caractéristiques, besoins, difficultés rencontrées); - amorcer le processus de mise en action pour favoriser la place des jeunes bénévoles dans l'organisme.	Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)	<a href="https://www.rabq.ca/formations-Cap-jeunes-benevoles.php">https://www.rabq.ca/formations-Cap-jeunes-benevoles.php</a>	En ligne en tout temps		Il faut s'inscrire
Gestion des bénévoles	Recrutement, accueil et reconnaissance des bénévoles	Centre d'action bénévole de Québec	<a href="http://cabquebec.org/nos-formations/">http://cabquebec.org/nos-formations/</a>	En ligne		Durée maximale de 1h30
Gestion des bénévoles	La gestion de conflits : un art plutôt qu'une science...	Centre d'action bénévole de Québec	<a href="http://cabquebec.org/nos-formations/">http://cabquebec.org/nos-formations/</a>	En ligne		
Gestion des bénévoles	Gestion de crise	Centre d'action bénévole de Québec	<a href="http://cabquebec.org/nos-formations/">http://cabquebec.org/nos-formations/</a>	En ligne		
Gestion des bénévoles	Fin de parcours d'un bénévole	Centre d'action bénévole de Québec	<a href="http://cabquebec.org/nos-formations/">http://cabquebec.org/nos-formations/</a>	En ligne		
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	La gestion des RH - À l'ère de la pandémie Journée Spéciale - Covid-19 (Mars 2020) Voici les temps pour retrouver chaque conférence : 00 : 15 : 10 – Mot d'ouverture 00 : 29 :00 – Aspects légaux et obligations de l'employeur 1 : 20 : 00 – Gestion du stress et de l'anxiété 2 : 21 : 03 – Gestion du travail à distance 3 : 06 : 05 – Gestion de crise (Partie 1) 5 : 15 : 05 – Gestion de crise (Partie 2) 6 : 17 : 00 – Conclusion	CRHA - Ordre des conseillers en ressources humaines agréés	<a href="https://ordrecrha.org/services/formations/evenement/J/covid-19">https://ordrecrha.org/services/formations/evenement/J/covid-19</a> (Plan des conférences de la journée & Outil)  Lien vers vidéo du Facebook live : <a href="https://www.facebook.com/OrdreCRHACRIA/videos/vb.142432962440767/523716071894596">https://www.facebook.com/OrdreCRHACRIA/videos/vb.142432962440767/523716071894596</a>	Un Facebookk «live» enregistré	Gratuit	COVID - Plus de 6 hrs de contenu !



Catégorie	Quoi ?	Qui offre ?	Lien	Quand ?	Prix	Notes
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Gérer les préoccupations multiples découlant des changements engendrés par la COVID-19	CRHA - Ordre des conseillers en ressources humaines agréés	<a href="https://urlz.fr/eyc6">https://urlz.fr/eyc6</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Établir un plan efficace pour le retour au travail en contexte de pandémie	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eyca">https://urlz.fr/eyca</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Face aux changements frénétiques, comment libérer le potentiel des employés ?	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eycF">https://urlz.fr/eycF</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Gestion de stress	INNOVELAB	<a href="https://innovelab.ca/services-innovelab/gestion-de-stress/">https://innovelab.ca/services-innovelab/gestion-de-stress/</a>	aussi en ligne	295\$ + tx par personne	1,5 à 3h - 6 à 40 personnes en présentiel
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Leadership créatif	INNOVELAB	<a href="https://urlz.fr/ey9a">https://urlz.fr/ey9a</a>		?	0,5 à 1 jour - 6 à 20 personnes en présentiel
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Résolution créative de problème	INNOVELAB	<a href="https://urlz.fr/ey97">https://urlz.fr/ey97</a>	aussi en ligne	695\$ + tx par personne	7h - 10 à 40 personnes en présentiel
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Pleine conscience au travail	INNOVELAB	<a href="https://urlz.fr/gYQn">https://urlz.fr/gYQn</a>	aussi en ligne	595\$ + tx par personne	2 à 4h - 6 à 40 personnes en présentiel
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Diversité et inclusion au travail : Exemple inspirant	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eyc2">https://urlz.fr/eyc2</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Santé et mieux-être au travail : Exemple inspirant	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eybZ">https://urlz.fr/eybZ</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Conflits au travail : Les prévenir, les maîtriser et les résoudre !	CRHA - Ordre des conseillers en ressources humaines agréés	<a href="https://urlz.fr/eybO">https://urlz.fr/eybO</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Remédier à la négligence et gérer l'incompétence	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eycw">https://urlz.fr/eycw</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Comment prévenir le harcèlement au travail	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eycH">https://urlz.fr/eycH</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Démystifier le harcèlement psychologique ou sexuel au travail	CNESST	<a href="https://cnesst.telug.ca/nt/webinaires.php">https://cnesst.telug.ca/nt/webinaires.php</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1h30
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Enquête à la suite d'une plainte pour harcèlement	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eycJ">https://urlz.fr/eycJ</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	La gestion du stress	Institut de leadership	<a href="https://vimeo.com/405451830">https://vimeo.com/405451830</a>	Webinaire	Gratuit	Durée : 01:01:18
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19	Gouvernement du Québec	<a href="https://urlz.fr/gYWc">https://urlz.fr/gYWc</a>			Informations
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Conciliation emploi-famille	TÉLUQ	<a href="https://www.telug.ca/site/etudes/clom/conciliation-emploi-famille.php">https://www.telug.ca/site/etudes/clom/conciliation-emploi-famille.php</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 12 à 15 heures, à votre rythme
Gestion d'entreprise et de Ressources humaines	Les 9 clés pour engager les employés dans le changement en période de crise	Institut de leadership	<a href="https://vimeo.com/402988123?mc_cid=06caa939d4&amp;mc_eid=[UNIQID]">https://vimeo.com/402988123?mc_cid=06caa939d4&amp;mc_eid=[UNIQID]</a>	Webinaire	Gratuit	Durée : 58:47
Gestion d'entreprise	Capsules diverses en Gestion, gouvernance, communication...	UQTR & MCC	<a href="https://urlz.fr/h15K">https://urlz.fr/h15K</a>	Capsules vidéos	Gratuit	
Gestion d'entreprise	Le leadership situationnel	Institut de leadership	<a href="https://vimeo.com/407201220">https://vimeo.com/407201220</a>	Webinaire	Gratuit	Durée : 01:02:11
Gestion d'entreprise	Découvrez la gestion - Subtilités de la gestion et du métier de gestionnaire	TÉLUQ	<a href="https://www.telug.ca/site/etudes/clom/decouvrez-la-gestion.php">https://www.telug.ca/site/etudes/clom/decouvrez-la-gestion.php</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 7 heures, à votre rythme
Gestion d'entreprise	Les normes du travail à votre portée	TÉLUQ & CNESST	<a href="https://cnesst.telug.ca/">https://cnesst.telug.ca/</a>	En ligne	Gratuit	
Gestion d'entreprise	Objectif : Équité salariale	TÉLUQ & CNESST	<a href="https://cnesst.telug.ca/">https://cnesst.telug.ca/</a>	En ligne	Gratuit	
Gestion d'entreprise	10 actions à mettre en place dans ta business dès maintenant pour survivre à la crise	Communication futée	<a href="https://urlz.fr/gYWg">https://urlz.fr/gYWg</a>	Guide incontournable	Gratuit	
Gestion d'entreprise	Gérer au temps de la COVID-19 : 4 propositions pour développer la résilience de son organisation	Gestion HEC Montréal	<a href="https://urlz.fr/gYWh">https://urlz.fr/gYWh</a>	Article à lire	Gratuit	
Gouvernance	La fiscalité des OBNL - Notions de base TPS, TVQ & obligations fiscales	Conseil québécois des arts médiatiques au Québec - CQAM	<a href="https://urlz.fr/ey9g">https://urlz.fr/ey9g</a>	Généralement en novembre	65\$ en 2020 (Soutien d'emploi Qc)	12 places (se donnait à Montréal, en ligne en 2020)
Gouvernance	Gouvernance démocratique - OBNL (Boîte à outils)	(CSMO-ESAC) Comité sectoriel de main-d'œuvre Économie sociale Action communautaire	<a href="https://urlz.fr/ey9e">https://urlz.fr/ey9e</a>		35 \$	Outils téléchargeables Module 1 : Créer un OBNL : Tout ce que vous devez savoir Module 2 : Établir son cadre de gouvernance, le maintenir et l'évaluer Module 3 : L'assemblée générale (AG) des membres Module 4 : Le conseil d'administration et ses comités
Gouvernance	L'évaluation du maintien de l'équité salariale	CRHA	<a href="https://urlz.fr/eyd1">https://urlz.fr/eyd1</a>		Gratuit	Webinaire. Durée : 1h30
Gouvernance	Conseil d'administration et assemblée générale annuelle à l'heure de la distanciation sociale	RLSQ	<a href="https://www.publicationsports.com/ressources/files/960/ca-aga_virtuel_le_s.pdf?t=1590493390">https://www.publicationsports.com/ressources/files/960/ca-aga_virtuel_le_s.pdf?t=1590493390</a>		Gratuit	

Catégorie	Quoi ?	Qui offre ?	Lien	Quand ?	Prix	Notes
Gouvernance via un Facebook live	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les rencontres de CA à distance, quelques pistes de solutions pour une rencontre réussie :</li> <li>Les plateformes qui facilitent les réunions;</li> <li>Le conseil pour l'avant, pendant et après la réunion;</li> <li>Rôle de chacun des administrateurs pour la réussite de vos rencontres;</li> <li>Plateformes suggérées : www.Jitsi.org ; https://signal.org/fr/ ; FaceTime</li> </ul>	Loisir Sport Montérégie	<a href="https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/2801183709961570/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ">https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/2801183709961570/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ</a>		Gratuit	Durée : 26 minutes
Gouvernance via un Facebook live	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comment faire une AGA à distance ?</li> <li>Type de plateforme – vidéoconférence</li> <li>Vote électronique</li> <li>Le déroulement de l'AGA</li> <li>Piste de solution et importance d'un plan stratégique</li> </ul>	Loisir Sport Montérégie	<a href="https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/152132396184987/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ">https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/152132396184987/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ</a>		Gratuit	Durée : 42 minutes
Gouvernance via un Facebook live	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gouvernance des OSBL</li> <li>Remboursement en lien avec le COVID-19</li> <li>Les obligations d'un OSBL</li> <li>Les types d'assurance que pourrait avoir un OSBL</li> </ul>	Loisir Sport Montérégie	<a href="https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/1876020819194516/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ">https://www.facebook.com/loisiretsportmonteregie/videos/1876020819194516/?_tn_=%2Cd%2CP-R&amp;eid=ARB83TEviEFJAmTjrbgHGJAz0k-gf0BHzm1layYmvXGGNKP3ZfVDqj2O7f-nM-MyN8AHc4JS2sHssZUJ</a>		Gratuit	Durée : 25 minutes
Informatique	Environnement Office 2010 ou 365 WORD ou EXCEL - Niveaux de base ou plus avancés Plateforme numérique de votre choix	Centre d'action bénévole de Québec	<a href="http://cabquebec.org/nos-formations/">http://cabquebec.org/nos-formations/</a>	En ligne		
Informatique	Découverte de Canva	Tuto gratuits	<a href="https://urlz.fr/ey9k">https://urlz.fr/ey9k</a>	En ligne	Gratuit	53:19
Informatique	J'enseigne à distance	Université TÉLUQ	<a href="https://urlz.fr/eya1">https://urlz.fr/eya1</a>	En ligne	Gratuit	Formations pour s'adapter à différentes clientèles, du préscolaire aux adultes
Informatique	Tableaux comparatifs d'outils numériques (logiciels) & liens vers des tutoriels	Université TÉLUQ	<a href="https://urlz.fr/eyaa">https://urlz.fr/eyaa</a>	En ligne	Gratuit	
Informatique	Introduction au transfert de vos activités de formation en présentiels vers une formation à distance	CRHA - Ordre des conseillers en ressources humaines agréés	<a href="https://urlz.fr/eycn">https://urlz.fr/eycn</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 1 heure
Réseaux sociaux / Technologies	Instagram - Marketing pour professionnels	udemy	<a href="https://www.udemy.com/course/instagram-marketing-pour-les-professionnels/">https://www.udemy.com/course/instagram-marketing-pour-les-professionnels/</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	S'inscrire en suivant lien
Réseaux sociaux / Technologies	Instagram - Augmenter son engagement et sa visibilité	Udemy	<a href="https://www.udemy.com/course/instagram-comment-gagner-1500-followers-mois-sans-triche-hillteyou/">https://www.udemy.com/course/instagram-comment-gagner-1500-followers-mois-sans-triche-hillteyou/</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	S'inscrire en suivant lien
Réseaux sociaux / Technologies	Apprendre à faire des capsules vidéo	La série de capsules pour apprendre à faire des capsules	<a href="https://urlz.fr/gYT8">https://urlz.fr/gYT8</a>	En ligne	Gratuit	5 capsules vidéos
Réseaux sociaux / Technologies	Montage vidéo sur DaVinci Resolve	Stratégie Vidéo	<a href="https://urlz.fr/gYTg">https://urlz.fr/gYTg</a>	En ligne	Gratuit	Durée : 39 minutes
Réseaux sociaux / Technologies	Tu veux faire de la vidéo (de qualité) sur le Web ?	Communication futée	<a href="https://urlz.fr/gYTn">https://urlz.fr/gYTn</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Mini-formation gratuite
Réseaux sociaux / Technologies	Plan d'action pour (re)booster ta présence en ligne	Communication futée	<a href="https://urlz.fr/gYVj">https://urlz.fr/gYVj</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Document de référence
Réseaux sociaux / Technologies	12 stratégies pour maximiser l'engagement sur tes vidéos	Communication futée	<a href="https://urlz.fr/gYVm">https://urlz.fr/gYVm</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	Document de référence
Télétravail	J'enseigne à distance	TÉLUQ Université	<a href="https://www.teluq.ca/site/etudes/clo/m/enseigne-a-distance.php?fbclid=IwAR2Qtw-wAJi0bV7kh-Hb8x-5pPhuMeYvGIZmNBv6el-yp0D5Z0Kt94h4vNm">https://www.teluq.ca/site/etudes/clo/m/enseigne-a-distance.php?fbclid=IwAR2Qtw-wAJi0bV7kh-Hb8x-5pPhuMeYvGIZmNBv6el-yp0D5Z0Kt94h4vNm</a>		Gratuit	Offert par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement. Adapté aux enseignants (tous niveaux) ainsi qu'à toutes personnes voulant enseigner en ligne.
Télétravail	Le télétravail : Enjeux et défis	Université TÉLUQ	<a href="https://urlz.fr/gYTR">https://urlz.fr/gYTR</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	3-4 heures, à votre rythme Découvrez les avantages et les inconvénients du télétravail, les modalités et les outils de mise en œuvre, les enjeux à considérer (isolement, productivité, qualité du travail), les facteurs de succès, les modes de gestion et d'encadrement du travail.
Télétravail	Maîtriser les visioconférences avec Zoom	udemy	<a href="https://www.udemy.com/course/visio-zoom/">https://www.udemy.com/course/visio-zoom/</a>	En ligne en tout temps	Gratuit	S'inscrire en suivant lien
Autres...	Secourisme - Différentes formules	Croix-Rouge canadienne	<a href="https://urlz.fr/ey9L">https://urlz.fr/ey9L</a>	Varié	Varié	
Formations diverses	Programmation annuelle variée Possibilité de visionner formations passées à prix modique...	AQLP - Alliance Québécoise du Loisir Public	<a href="https://www.loisirpublic.qc.ca/programme-de-formations">https://www.loisirpublic.qc.ca/programme-de-formations</a>	Varié	Varié	
Formations diverses	Programmation annuelle variée Offre de formations en gestion, informatique, arts, etc...	Conseil de la culture	<a href="https://urlz.fr/gYQQ">https://urlz.fr/gYQQ</a>	Varié	Varié	