

Les Mémentos du CREPS

Montpellier Font Romeu

Capitaliser et apprendre de l'expérience

www.mementocrepsmtp.fr

FPS des agents du ministère des Sports



6 février 2026

Julie Jean & Olivier Lerouge



Sommaire

- 1 L'ADN des mémentos
- 2 Un collectif d'entraîneurs et de psychologues
- 3 La méthode de production des contenus
- 4 Le dispositif actuel : du blog à l'accompagnement
- 5 Le blog et sa structuration
- 6 Actualités et perspectives
- 7 Échanges avec le groupe



L'ADN des mémentos

Un projet historique

Projet formation/production porté par Pierre Salamé dans les années 2000

Un groupe d'analyse de pratiques composé de psychologues et d'entraîneurs de haut niveau

Des études de cas travaillées dans l'esprit du cadre théorique de l'action située

Comprendre

La psychologie du sport accessible à tous

Outiller

Des ressources pratiques et concrètes

Partager

Une communauté engagée et collaborative

Un collectif d'entraîneurs et de psychologues

Les auteurs

Une cinquantaine de contributeurs au fil des ans

- Entraîneurs de haut niveau
- Psychologues du sport
- Chercheurs en sciences du sport
- Professionnels de la préparation
- Grands témoins et contributeurs ponctuels



Pierre Salamé - Fondateur

Dynamique de travail

- Analyse de pratique régulière
- Retours d'expérience terrain
- Co-construction des savoirs expérientiels
- Validation par les pairs
- Mutualisation des expertises

Intelligence collective

Capitalisation et partage d'expériences professionnelles pour la montée en compétences

La méthode de production des contenus

Fondée sur l'action située et l'analyse de pratiques



Cadre théorique : « l'action située »

Les mémentos s'appuient sur l'analyse de situations concrètes vécues par les entraîneurs. Chaque contenu part d'un cas réel pour en extraire des principes généralisables et des outils directement applicables sur le terrain. Cette approche garantit la pertinence et l'utilité immédiate des ressources produites.

Le dispositif actuel de production et d'intervention

Échange – Partage – Production – Capitalisation – Formation



Site internet

mementocrepsmtp.fr

Informer – Agréger –
Orienter – Discuter



12 brochures

Les mémentos

Guides pratiques
thématisques
téléchargeables



40 podcasts

Paroles de coach

Épisodes de 5-6 minutes
sur des thématiques clés



Webinaires

2 par an + replays

Sessions live ouvertes à
tous depuis 2020

+ Un catalogue de formation « tout en ligne » à destination des stagiaires de l'EDC, les stagiaires BP et DE, grand public

Le blog : structure et organisation

www.mementocrepsmtp.fr

Architecture et fonctionnalités

- Thématiques : Confiance, Motivation, Concentration, Communication
- Navigation « intuitive » et recherche facilitée
- Contenus régulièrement mis à jour
- Formats variés : articles, vidéos, fiches PDF, podcasts
- Espace commentaires et partages d'expérience

Accessibilité totale

Gratuit, ouvert et disponible 24/24 pour tous les acteurs du sport
Possibilité de **s'abonner** pour être informé des dernières publications

The screenshot shows the 'NOS ACTIVITÉS' (Our Activities) section of the website. At the top, there is a header with the CREPS logo and a search bar. Below the header, the section title 'NOS ACTIVITÉS' is displayed in large blue text. A sub-section title 'A VOUS DE CHOISIR !' is shown in bold blue text. The main content is organized into six cards arranged in a 2x3 grid. Each card has a blue icon and a title: 'Les brochures' (book icon), 'Les livres' (book with eye icon), 'Les formations' (graduation cap icon), 'Les podcasts' (microphone icon), 'Les actualités' (newspaper icon), and 'La boutique' (book icon). Each card also has a 'EN SAVOIR PLUS' button at the bottom. To the right of the cards, there is a sidebar with sections for 'CATÉGORIES' and 'ÉTIQUETTES', each containing a list of tags. The 'CATÉGORIES' section includes 'Brochures', 'Capsule', 'Communauté', 'Formation', 'Live', 'Mémentos', 'Non classé', and 'Replay'. The 'ÉTIQUETTES' section includes various tags such as 'analyse de pratique', 'André Lachance', 'Attention', 'Capsule', 'Communication', 'Compétition', 'Concentration', 'Confiance en soi', 'creps de montpellier', 'échanges de pratique', 'Entraînement', 'Entrepreneur', 'Fabien Cadet', 'Feedback', 'fixation d'objectifs', 'Formation', 'geste sportif', 'INSEP', 'jocelyn trillat', 'Julie Jeon', 'Live', 'Motivation', 'mémentos', 'Motivation', 'Mémentos', 'Objectifs', 'olivier terroux', 'organisation apprenante', 'Parent', 'Paroles d'exp...', and 'S'abonner'.

Actualités et perspectives

Actualités récentes

- Evolution des live et création des **Focus mémentos** : La gestion de l'échec (18 février 2026)
- Mise en place de MasterClass pour les stagiaires BP et DE du CREPS de Montpellier Font Romeu
- Intégration des IAG dans la dynamique de production (nolej, notebook LM, IA Rapid Mooc... etc)

Perspectives 2026

- Développement de la version « MOOC » des modules de formation (avec entrée et sortie permanentes)
- Extension progressive du réseau d'auteurs contributeurs
- Enrichissement continu des formats (capsules vidéo, modules interactifs)
- Pilotage du dispositif par la MRP Occitanie
- Partenariats avec fédérations et établissements (RNSPF, Deffinum, EDC)



Module 1 :
Comprendre la concentration

Leçon 1 : La concentration : de quoi parle-t-on ?

Leçon 2 : Quels liens avec la performance ?

Lecture : mémento n°5 Comprendre la concentration

Exercice : Évaluer sa concentration

Quiz séquence 1 (3 essais) : Comprendre la concentration



Échanges avec le groupe

Vos questions et vos retours





Contact

CREPS Montpellier Font Romeu

🌐 www.mementocrepsmtp.fr

✉ julie.jean@creps-montpellier.sports.gouv.fr

✉ olivier.lerouge@creps-montpellier.sports.gouv.fr

📍 2 Av. Charles Flahault, 34090 Montpellier

☎ 04 67 61 05 22

Merci de votre attention

