



**Saint-So Formation**

[www.saintsoformation.org](http://www.saintsoformation.org)

**Responsable pédagogique des sessions :**

**Fanny Kaminski**

[fannykaminski@saintsoformation.org](mailto:fannykaminski@saintsoformation.org)

**Responsable du centre de formation :**

**Nathalie DEVILLARD**

**Responsable administrative :**

**Carole MORA**

**Tél. : 04 74 35 98 27**

Notre centre de formation est spécialisé dans la santé, le social et le service à la personne. Des professionnels et des formateurs confirmés (infirmiers, psychologues, conseillère en Économie Sociale et Familiale, éducatrice spécialisée, puéricultrices...) accompagnent les stagiaires dans leur professionnalisation, que ce soit dans la découverte ou dans l'approfondissement des connaissances et compétences de chacun.

# Formations courtes Catalogue 2022-2023



**Saint-So Formation**

**04 74 35 98 27**

[contact@saintsoformation.org](mailto:contact@saintsoformation.org)

N° Siret : 779 378 272 00016

N° d'activité : 82 01 00885 01

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État*



La certification a été délivrée au titre des catégories  
d'actions suivantes  
**ACTIONS DE FORMATION**  
ACTIONS PERMETTANT DE VALIDER DES ACQUIS DE L'EXPERIENCE

# FORMATIONS COURTES

## CATALOGUE 2022-2023

### SOMMAIRE

1. Accompagner la personne vieillissante en situation de dépendance .....	3
2. Accompagner la personne en situation de handicap .....	4
3. Du besoin de s'alimenter au plaisir de manger : accompagner les personnes vieillissantes .....	5
4. Respecter l'intimité des personnes dans des situations d'accompagnement de publics fragiles ....	6
5. De la communication à la relation d'aide .....	7
6. Accompagner les personnes dans leur quotidien.....	8
7. Entretien du logement.....	9
8. Entretien du linge et repassage.....	10
9. Stage Analyse de la Pratique Professionnelle .....	11
10. Technique d'aide à la toilette.....	12
11. Techniques d'aide aux transferts .....	13

## Accompagner la personne vieillissante en situation de dépendance

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Connaître les principales manifestations et pathologies liées au vieillissement
- ✚ Évaluer les impacts des pathologies liées au vieillissement dans les actes de la vie quotidienne des personnes en situation de dépendance
- ✚ Être en mesure d'adapter son accompagnement auprès du public concerné

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

##### NOTIONS/DÉFINITIONS

- Santé/maladie
  - Normal/pathologique
- ##### LE VIEILLISSEMENT
- Les incidences physiologiques (digestives, cutanées, motrices...)
  - Les incidences intellectuelle et psychologique
  - La représentation du vieillissement
- ##### LES MALADIES LIÉES AU VIEILLISSEMENT ET LEURS CONSÉQUENCES SUR LE QUOTIDIEN DES PERSONNES
- Les démences/la maladie d'Alzheimer
  - L'ostéoporose/le risque de chute/les déficiences motrices
  - Les maladies neurodégénératives : la maladie de Parkinson
  - Les atteintes sensorielles (DMLA, surdité...)
  - Les maladies cardiaques
  - La dépression

#### ✚ JOURNÉE 2

##### ADAPTER SON ACCOMPAGNEMENT AU PUBLIC

- La communication adaptée à la personne atteinte de démence
- Sécuriser l'environnement : notion de risque
- Organiser l'environnement afin de maintenir l'autonomie de la personne
- Aider la personne dans ses déplacements
- Évaluer les besoins de la personne afin d'adapter sa pratique
- La notion d'urgence

### PUBLIC

- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structures et domicile
- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle, simulateur de vieillissement

### INTERVENANTS

Infirmière  
Psychologue

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Accompagner la personne en situation de handicap

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Être capable de comprendre la notion de handicap, de repérer les différents types de handicap et leurs conséquences dans la vie quotidienne
- ✚ Être capable d'adapter son accompagnement en ciblant les besoins des personnes
- ✚ Être capable d'adapter sa communication à la personne

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

##### NOTIONS/DÉFINITIONS

- Notion de « normalité »
  - Définition de handicap, notion de déficience, incapacité
  - Origine du handicap
  - Handicap moteur/sensoriel/mental
- ##### LA REPRÉSENTATION DU HANDICAP

#### ✚ JOURNÉE 2

##### LES BESOINS SPÉCIFIQUES DE LA PERSONNE

- Adapter son accompagnement aux besoins de la personne
- ##### SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT
- Adapter l'environnement
- ##### LA COMMUNICATION
- Communication verbale et non verbale
  - Les outils de communication
  - Adapter sa communication à la personne

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle, simulateur de vieillissement

### INTERVENANTS

Éducatrice spécialisée

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Du besoin de s'alimenter au plaisir de manger : accompagner les personnes vieillissantes

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Connaissance des besoins spécifiques de la personne âgée en matière de nutrition
- ✚ Être capable de repérer les signes de dénutrition chez une personne âgée
- ✚ Savoir faire du moment du repas un moment de plaisir
- ✚ Adapter son accompagnement aux besoins de la personne

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

- Vieillesse physiologique
- Quelles incidences ?
- Prévention : hygiène dentaire, alimentation équilibrée, hydratation, le repas plaisir, l'activité physique
- Dépistage de la dénutrition : les situations à risque

#### ✚ JOURNÉE 2

- Évaluation de la dénutrition : courbes de poids, IMC, grille de surveillance de l'alimentation, MNA
- Diagnostic
- Étiologie
- Conduite à tenir : conseils, les gestes dans l'accompagnement à la prise alimentaire, le refus alimentaire, les menus enrichis, les éléments de suivi

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle

### INTERVENANTS

Conseillère en Économie Sociale  
et Familiale

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Respecter l'intimité des personnes dans des situations d'accompagnement de publics fragiles

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Connaître les notions de secret professionnel et de discrétion professionnelle
- ✚ Être en mesure d'adapter son accompagnement en respectant l'intimité des personnes
- ✚ Être en mesure d'accompagner les personnes en maintenant la bonne distance professionnelle

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

- Notion de secret professionnel et de discrétion professionnelle
- L'éthique et la déontologie dans l'accompagnement des personnes dépendantes
- Notion d'intimité
- Étude de situations
- Mise en situation autour de situations concrètes pouvant être rencontrées dans l'accompagnement et l'aide à la personne

#### ✚ JOURNÉE 2

##### MISE EN PRATIQUE

- Le rapport à l'intime lors de l'accompagnement des personnes dans les temps clés du quotidien : toilette, repas, repos, déplacement...
- La distance professionnelle
- Le toucher et ses limites
- Le rapport au corps
- Les émotions
- Mise en pratique
- Analyse de la pratique autour de situations concrètes

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle

### INTERVENANTS

Éducatrice spécialisée

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## De la communication à la relation d'aide

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Connaître et savoir utiliser les outils de communication
- ✚ Savoir prendre du recul face aux différentes situations de communication
- ✚ Savoir reconnaître et gérer ses émotions dans la communication à l'autre
- ✚ Tenir compte des capacités et des difficultés de la personne aidée et savoir adapter sa communication
- ✚ Être capable d'analyser les situations de communication

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

##### NOTIONS/ DÉFINITIONS

- Les modes de communication : communication verbale, paraverbale, non verbale
- La relation d'aide
- Notion d'émotion
- Image de soi

#### ✚ JOURNÉE 2

##### ADAPTER SA COMMUNICATION

- La communication adaptée, les outils de communication
- La communication comme support à la relation
- La communication comme support d'autonomie
- L'observation
- L'écoute active
- L'empathie / la distance professionnelle
- La création du lien de confiance
- Les freins à la communication
- L'influence des références personnelles dans la communication
- Analyse de situations de communication
- Les outils de transmission

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle

### INTERVENANTS

Psychologue

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Accompagner les personnes dans leur quotidien

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Prendre en charge le quotidien de personnes en fragilité de manière professionnelle et adaptée
- ✚ Savoir organiser et sécuriser un logement
- ✚ Savoir réaliser l'entretien d'un logement, du linge
- ✚ Savoir élaborer et réaliser des menus
- ✚ Savoir accompagner les personnes pendant le temps du repas

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

ORGANISER ET ADAPTER LE LOGEMENT  
EN FONCTION DES PERSONNES (HABITUDES,  
ACTIVITÉS, ÉTAT...)

- Hygiène et sécurité
- Prévention des accidents domestiques
- Techniques et produits d'entretien
- Organiser la garde-robe
- Assurer l'entretien du linge de maison et des vêtements
- Assurer le repassage du linge
- Assurer les petites réparations courantes de couture

#### ✚ JOURNÉE 2

ORGANISER LES REPAS

- Programmer des menus équilibrés
- Effectuer des achats alimentaires
- Les principes de conservation des aliments
- La prévention des intoxications alimentaires
- Utiliser des techniques culinaires simples et adaptées aux personnes
- Utiliser les appareils et équipements du domicile

GÉRER UN BUDGET FAMILIAL

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle, simulateur de vieillissement

### INTERVENANTS

Conseillère en Économie Sociale  
et Familiale

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Entretien du logement

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Maîtriser l'hygiène des locaux : bio-nettoyage
- ✚ Se perfectionner dans la maîtrise des techniques d'entretien et de désinfection des sols et surfaces au domicile
- ✚ Assimiler les techniques de nettoyage et les notions de sécurité d'utilisation des produits

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

##### NOTIONS/DÉFINITIONS

- La chaîne infectante (microbes, réservoirs, mode de transmission, porte d'entrée, récepteurs)
- Le bio-nettoyage
- Hygiène du salarié
- Tenue vestimentaire, lavage des mains
- Qu'est-ce que le nettoyage ?
- Qu'est-ce que le nettoyage désinfectant ?
- Principes fondamentaux
- Mesurer l'efficacité de la fonction qualité

#### ✚ JOURNÉE 2

##### MISE EN PRATIQUE

##### Les procédures de nettoyage

- Généralités
- Cercle de Sinner
- Les matériaux
- Les salissures
- Liste et description du matériel d'entretien
- Utilisation, caractéristiques et propriétés
- Procédés chimiques

##### Les produits d'entretien

- Composition des produits
- Modalités pratiques d'utilisation
- Stockage, sécurité d'emploi
- Techniques de base

##### Notions d'organisation du travail

- Ergonomie et sécurité des gestes
- Dépoussiérage
- Lavage des sols
- Balayage humide
- Entretien des sanitaires et lavabos
- Entretien des surfaces verticales des couloirs et escaliers
- Entretien des communs et entretien des chambres et locaux vides ou occupés
- Technique d'entretien de fond
- Décapage des sols
- Méthode spray
- Mise en place de planning de nettoyage

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle

### INTERVENANTS

Conseillère en Économie Sociale et Familiale

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

Durée : 14 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-17h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Optimisation des gestes pour gagner en rapidité et en efficacité
- ✚ Connaissance des textiles, des produits de lavage et de détachage
- ✚ Techniques de repassage et de pliage
- ✚ Maîtrise de la couture simple

### PROGRAMME

#### ✚ JOURNÉE 1

##### NATURE DES DIFFÉRENTS TEXTILES ET ENTRETIEN

- Les différents types de fibres, leur origine, leurs propriétés, leur usage
- Analyse des différentes étiquettes apposées aux vêtements
- Le Code International d'Entretien des Textiles (lavage, désinfection, repassage, nettoyage à sec, séchage en tambour)
- Mode d'entretien du linge en fonction de la nature des textiles

##### LAVAGE DU LINGE

- Tri du linge (selon les fibres qui le composent, le type de linge, la couleur, la saleté)
- Lavage : à la main, à la machine
- Les produits adaptés au mode de lavage, aux textiles, avant lavage, lavage, après lavage...
- Les machines à laver
- Séchage du linge : les sèche-linge (modes de fonctionnement, règles d'utilisation, précautions)
- Détachage du linge : taches, produits, techniques
- Les dangers liés à l'usage des produits détachants et désinfectants

#### ✚ JOURNÉE 2

##### LE REPASSAGE

- Matériel : usage et entretien du fer à repasser à vapeur, la centrale à vapeur, la table à repasser
- Technique de base : repasser une chemise, une robe, un pantalon
- Pliage du linge : en fonction des habitudes familiales ou de l'espace de rangement
- Gestion de l'activité dans le cadre de la garde d'enfants : moments adaptés, installation, précautions à prendre, analyse des dangers

##### COUTURE

- Apprentissage des points de base (surfiler, faufiler, point avant, arrière, points d'ourlets)
- Faire un ourlet, coudre un bouton sur différents types de tissus
- Effectuer une réparation simple (couture ou ourlet défait, petit accroc, recoudre un bouton, une agrafe, une pression)

### PUBLIC

- Demandeurs d'emploi en recherche d'un travail salarié au service des personnes en situation de fragilité
- Tout professionnel des établissements médicosociaux : structure et domicile

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, analyse des expériences, Powerpoint et vidéos, apports conceptuels et méthodologiques, brainstorming, feed-back ; quiz et échanges, jeux de rôle

### INTERVENANTS

Conseillère en Économie Sociale et Familiale

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

## Stage Analyse de la Pratique Professionnelle

Durée : sessions de 3 heures (les lundis matin prédéfinis en fonction des besoins) Horaires : 9h-12h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey (et possibilité d'intervention sur site)

### OBJECTIFS

Le groupe d'analyse de la pratique vise à :

- ✚ Mieux comprendre la complexité de l'expérience éprouvée en ouvrant un espace de compréhension des situations de travail significatives d'un malaise ou d'une question portée par les professionnels
- ✚ Assurer une aide psychologique des professionnels du domicile à partir de leur pratique
- ✚ Favoriser la remise en question et la prise de recul pour un meilleur positionnement professionnel

### PROGRAMME

Le contenu de ces groupes de parole se construit dans une démarche participative. Le formateur ne décide pas seul du sujet abordé ni de ce qui est dit, c'est le groupe dans son ensemble qui le décide avec lui.

Le contenu va permettre d'aborder les points suivants :

- Analyse des situations
- Échange sur le quotidien du poste de travail à domicile, élaboration d'une réflexion à partir des attitudes et habitudes
- Travail sur les différents ressentis, sur les émotions et comment les gérer, face à des situations complexes (décès, violence, agressivité, troubles du comportement...)
- Réflexion sur les limites de la posture de travail
- Ébauche de la distance professionnelle et prise de conscience des savoirs, savoir-être et savoir-faire

L'interaction entre pairs par le dispositif groupal va présenter plusieurs avantages :

- Favoriser l'émergence de plusieurs points de vue au travers des échanges
- Permettre aux équipes de travailler sur des problématiques à partir de situations de terrain
- Solliciter les capacités d'autorégulation pour pouvoir gagner en réflexion et en confiance lors de la gestion de situations compliquées

### PUBLIC

- L'ensemble des intervenants à domicile (titulaires du titre ADVF, diplômés AVS, AS...)
- Nombre de participants : 14 maximum

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

L'intervention est basée sur une attitude de non-jugement, d'écoute bienveillante et de coopération dans un travail commun.

Chaque participant propose le libre récit d'une situation de travail qui sera explorée avec les interventions et les ressources des autres participants et de l'intervenante.

### INTERVENANTS

Psychologue

### TARIF

Nous consulter pour un devis.

Durée : session de 6 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-16h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Améliorer la qualité et la sécurité des soins d'hygiène à domicile
- ✚ Acquérir les outils et les techniques favorisant un accompagnement à la toilette de qualité
- ✚ Savoir répertorier les ressources de la personne afin de maintenir son autonomie
- ✚ Connaître et savoir adapter à la personne les techniques de soin d'accompagnement lors des temps de toilette

### PROGRAMME

Le contenu de cette formation vise à acquérir et/ou à développer des compétences techniques et relationnelles afin d'améliorer sa pratique professionnelle dans les temps d'accompagnement à la toilette.

Le contenu va permettre d'aborder les points suivants :

- Débat, analyse de situations, échange sur les situations d'accompagnement rencontrées
- Les techniques d'accompagnement aux soins d'hygiène au travers de mises en situations pratiques :
  - Aide à l'habillage et au déshabillage
  - Intimité et toilette intime
  - Toilette partielle au lit
  - Toilette partielle et aide à la douche
  - Toilette partielle et aide à la toilette au lavabo
  - Toilette complète
- Thèmes abordés dans la pratique :
  - Notion de respect
  - Notion d'intimité
  - Notion d'habitude de vie
- Réflexion sur les limites de la posture de travail

### PUBLIC

- L'ensemble des intervenants à domicile (titulaires du titre ADVF, diplômés AVS, AS...)
- Nombre de participants : de 5 à 10 personnes maximum

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Débat
- Apport théorique et documentaire
- Analyse de la pratique
- Mise en situation dans une salle adaptée et équipée de matériels spécialisés
- Simulateur de vieillissement

### INTERVENANTS

Infirmière

### TARIF

Nous consulter pour un devis.



## Techniques d'aide aux transferts

Durée : session de 6 heures

Horaires : 9h-12h / 13h-16h

Lieu : Saint-So'Formation – Saint-Sorlin-en-Bugey

### OBJECTIFS

- ✚ Acquérir les techniques posturales pour adapter son corps à l'action d'accompagnement aux transferts
- ✚ Comprendre l'intérêt de la prévention pour éviter les troubles musculo-squelettiques
- ✚ Réaliser l'aide aux transferts dans la sécurité de l'accompagnant et de l'accompagné

### PROGRAMME

Le contenu de cette formation vise à acquérir et/ou à développer des compétences techniques afin d'améliorer sa pratique professionnelle dans les temps d'accompagnement des personnes lors des transferts.

Le contenu va permettre d'aborder les points suivants :

- Débat, analyse de situations, échange sur les situations d'accompagnement rencontrées
- Des exercices pratiques :
  - Technique de verrouillage du bassin
  - Les prises à adopter (cuillère, barre de coude et poignet, position d'appui genou)
- La préparation d'un accompagnement aux transferts :
  - Évaluation de la situation (environnement, aide technique, matériels, capacités de la personne)
  - Solliciter l'aide adaptée de la personne
  - Utiliser le matériel d'aide aux déplacements et aux transferts
- Les techniques :
  - Rehaussement et mobilisation au lit
  - Transferts lit-fauteuil
  - Transferts fauteuil-lit
  - Transferts fauteuil-fauteuil roulant
  - Transfert position assise à debout
  - Accompagnements dans les déplacements (canne, fauteuil, aide humaine...)
- Notion d'habitude de vie
- Réflexion sur les limites de la posture de travail

### PUBLIC

- L'ensemble des intervenants à domicile (titulaires du titre ADVF, diplômés AVS, AS...)
- Nombre de participants : de 5 à 10 personnes maximum

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apport théorique et documentaire
- Analyse de la pratique
- Mise en situation dans une salle adaptée et équipée de matériels spécialisés
- Simulateur de vieillissement

### INTERVENANTS

Infirmière

### TARIF

Nous consulter pour un devis.



**Saint-So Formation**

[www.saintsoformation.org](http://www.saintsoformation.org)

**10 place de la Halle**  
**01150 SAINT-SORLIN-EN-BUGEY**  
**04 74 35 98 27**  
**[contact@saintsoformation.org](mailto:contact@saintsoformation.org)**

**GPS : 45.88257,5.374652**

**À 1h30 de Grenoble.** D1075 direction Bourg-en-Bresse. Après Montaliou-Vercieu, à 10 km, grand rond-point, suivre 1<sup>re</sup> à droite : Saint-Sorlin-en-Bugey.

**À 45 mn de Lyon.** A42 direction Genève, sortie « Meximieux-Pérouges ». Suivre la direction Lagnieu, puis Saint-Sorlin.

**À 30 mn de Bourg-en-Bresse.** D1075 direction Ambérieu-en-Bugey, puis Lagnieu et Saint-Sorlin.

**Dans le village de Saint-Sorlin,** prendre à droite direction Sault-Brenaz. Le centre de formation (château) se situe à la sortie à gauche (suivre « Lycée Saint-Sorlin »).

