

FORMATIONS OBLIGATOIRES 2024/2025		en 1ere année	en 2e année	en 3e année +	Heures validées	ADUM
Ethique et intégrité scientifique	Suivi obligatoire d'1 MOOC parmi les 2 proposés ci-dessous :	X			15h par MOOC	Fun-Mooc & Catalogue
	<a href="#">MOOC éthique de la recherche (Université de Lyon) (FR/EN)</a>					
	<a href="#">MOOC intégrité scientifique (Université de Bordeaux) (FR/EN)</a>					
Outils documentaires & Règles de publication	1 formation obligatoire : Journée Recherche documentaire et publication scientifique	X			6h	Catalogue
Méthodologie de la thèse	Suivi obligatoire d'1 formation parmi les 2 ci-dessous :	X			7h	Catalogue
	<i>Conduire son projet de thèse /Conduct your PhD project (FR/EN)</i>					
	<i>Gestion du temps /Time management (FR/EN)</i>					
Communication	Suivi obligatoire d'1 formation parmi les propositions ci-dessous :	X	X		20h	Catalogue
	<i>Doctoriales UNIZAR (ou IBERUS)</i>					
	<i>Stage Voix et Gestes (FR)</i>					
	<i>Public Speaking for scientists (EN : for non-French speaking PhD students)</i>					
	<i>Ma Thèse en 180 secondes</i>					
	<i>My 3mn PhD</i>					
Entrepreneuriat	Suivi obligatoire d'1 formation parmi les propositions ci-dessous :	X	X		6h	Catalogue
	<i>Séminaire de sensibilisation à l'entrepreneuriat</i>					
	<i>Entrepreneurship training program InnoUNITA (online)</i>					
	<i>Doctoriales BIOSENA</i>					
	<i>Challenge Starthèse/Matur'UP</i>					
	<i>Hackathon Doctorants &amp; Entreprises</i>					
Appui à l'insertion professionnelle	Suivi obligatoire d'1 formation parmi les propositions ci-dessous :	X	X	X	12h	Catalogue
	<i>BAIP Séminaire Insertion professionnelle</i>					
	<i>Webinaires BAIP (suivi de 9h minimum)</i>					
	<i>Webinaires APEC (suivi de 9h minimum)</i>					
	<i>MOOC My PhDooc</i>				15h	Hors Catalogue
Enseignement et pédagogie	Si vacances d'enseignement à l'UPPA, suivi obligatoire d'1 formation parmi les 2 ci-dessous :	X	X	X	14h	Catalogue
	<i>Enseignement mode d'emploi</i>					
	<i>MOOC Se Former pour Enseigner dans le Supérieur</i>					
Diffusion de la thèse & Science ouverte	2 formations obligatoires avant soutenance :			X	1h	Catalogue
	<i>Diffuser sa thèse (BU)</i>					
	<i>Diffuser ses travaux dans l'archive ouverte HAL de l'UPPA (si publication, poster...)</i>					

**BAREME TOUTES FORMATIONS TRANSVERSES (obligatoires & conseillées)**  
Catalogue ADUM sauf formations en italique hors catalogue

Compétences à acquérir (liste non exhaustive)	en 1ere année	en 2e année	en 3e année +	Heures validées
<b>Formations linguistiques</b>				
Anglais - Cours niveaux B2 /C1	X	X	X	40h*
Anglais - Bonus Certification CAMBRIDGE	X	X	X	10h
Anglais - English for Research Communication	X	X	X	24h
Espagnol - Cours niveaux A1/A2/B1/B2/C	X	X	X	40h*
Espagnol - Bonus Certification DELE	X	X	X	10h
Français - Cours débutants /A2/B1/B2/C1/C2	X	X	X	48h*
Français - Bonus Certification DELF	X	X	X	10h
Français - Bonus Certification Voltaire (sous réserve d'ouverture)	X	X	X	10h
Intercompréhension en langues romanes	X	X	X	24h
* Totalité du volume horaire validé si 75% d'assiduité au moins, heures réelles si participation >25% et <75%, formation non validée si participation <25%				
<b>Méthodes et outils de la thèse</b>				
Conduire son projet de thèse /Conduct your PHD project (FR/EN)	X			7h
Gestion du temps / Organising your work	X	X	X	6h
Journée Recherche documentaire et publication scientifique spécifique à chaque ED	X			6h
Concevoir un poster scientifique / How to design a scientific poster	X	X	X	18h
Ateliers BU / Formations documentaires "à la carte" du SCD	X	X	X	selon volume
Formations URFIST (Bordeaux ou autres)	X	X	X	6h
<i>MOOC Recherche reproductible : principes méthodologiques pour une science transparente</i>	X	X	X	24h
<i>MOOC Reproducible Research : methodological principles for transparent science</i>	X	X	X	24h
<i>MOOC Reproducible Research II : practices and tools for managing comput</i>	X	X	X	24h
<b>Ethique de la recherche et intégrité scientifique</b>				
Journée "L'intégrité académique : des principes aux pratiques"	X	X		5h
<i>MOOC Ethique de la recherche / Université de Lyon</i>	X	X	X	15h
<i>MOOC Intégrité scientifique dans les métiers de la recherche / Université de Bordeaux</i>	X	X		15h
<i>MOOC Research integrity in scientific professions / Université de Bordeaux</i>	X	X		15h
<b>Communication</b>				
Voix et gestes	X	X	X	20h
Public speaking for scientists	X	X	X	14h
Ma thèse en 180 secondes (si finale régionale +10h, nationale +10h)		X	X	40h
My 3mn PHD UNITA (si finale UNITA +10h)		X	X	40h
<b>Enseignement et pédagogie</b>				
Enseignement mode d'emploi	X	X	X	14h
<i>MOOC Se Former pour Enseigner dans le Supérieur</i>	X	X	X	24h
Formations & webinaires Pôle Ingénierie Pédagogique UPPA (ex-SUP-ARTICE)	X	X	X	selon volume
<b>Science ouverte</b>				
Ateliers BU "à la carte" du SCD	X	X	X	selon volume
Open science / Gestion et intégrité des données de recherche pour la Science Ouverte	X	X	X	10h
<i>MOOC "La science ouverte" de Sorbonne Université</i>	X	X	X	15h
Diffuser sa thèse (BU)	X	X	X	1h
Diffuser ses travaux dans l'archive ouverte HAL de l'UPPA (si publication, poster...)	X	X	X	1h
<b>Sciences Avec et Pour la Société (SAPS)</b>				
La Thèse de mon parrain /ma marraine : vulgarisation et encadrement de lycéens	X	X	X	40h
<b>Qualité de vie et des conditions de travail</b>				
Formation aux Premiers Secours en Santé Mentale - PSSM	X	X	X	12h
Sensibilisation aux violences sexistes et sexuelles	X	X	X	9h
<b>Appui à l'insertion professionnelle</b>				
Les appels à Projets Recherche et Innovation au niveau national et international	X	X	X	11h
BAIP Séminaire Insertion professionnelle (secteur privé)	X	X	X	12h
<i>Webinaires BAIP</i>	X	X	X	selon volume
<i>Webinaires APEC</i>	X	X	X	selon volume
<i>MOOC My PhDooc</i>	X	X	X	15h
<b>Management et entrepreneuriat</b>				
Séminaire de sensibilisation à la valorisation des résultats de recherche / SATT AST		X	X	12h
Autumn Entrepreneurship School / Re-UNITA	X	X	X	4h
Autres formations UNITA				selon volume
Séminaire de sensibilisation à l'entrepreneuriat	X	X	X	6h
HACKATHON Doctorants & Entreprises				18h
Challenge Starthèse - Matur'UP création d'entreprise				40h
<i>DeepTech Tour Pau</i>				3h
<b>Doctoriales</b>				
Doctoriales de la Biodiversité Biosena	X	X		25h
Rencontres Doctoriales transfrontalières UPPA/UNIZAR	X	X		20h
Doctoriales transfrontalières UPPA/UPV (non ouvertes en 2023/24)	X	X		30h
<b>Enjeux sociétaux et environnementaux</b>				
Forum sur les transitions	X	X	X	20h
Science de la Durabilité / Introduction	X	X	X	3h
Science de la Durabilité / Approfondissement	X	X	X	4h
Atelier de sensibilisation 'Fresque du climat' / Pau & Bayonne	X	X	X	3h
BIOSENA / L'interdisciplinarité en Sciences de la Durabilité	X	X	X	14h
Ecologie et circulation des savoirs	X	X	X	7h
Contributions doctorales pour sauver la planète	X	X	X	6h
<b>Formations scientifiques</b>				
Formations scientifiques ouvertes à tous	X	X	X	selon volume
Formations spécifiques à chaque ED	X	X	X	selon volume

BAREME ACTIVITES CAPITALISABLES A déclarer « hors catalogue » dans ADUM pour validation par la direction de l'ED	Heures validées
<b>Autres formations du parcours :</b>	
Autres formations (UPPA hors catalogue ADUM, laboratoires, autres universités, en entreprise...)	selon volume
Divers MOOC (Fun MOOC ou autre plateforme)	selon volume
Module master ou équivalent, DU (voir volume horaire du module)	Maximum 50h
Suivi de 10 conférences UNITA : Liste récapitulative à valider par un responsable	5h
<b>Activités scientifiques :</b>	
Séminaires de laboratoire : Liste récapitulative à valider par un responsable (1h/séminaire, maximum 10h validées)	10h maxi
Journée d'Etude disciplinaire :	
Contribution	10h + 5h/j
Participation simple	5h/jour
Participation école de printemps/été/hiver	5h/jour
Congrès ou colloque :	
Poster	4h + 5h/j
Communication orale	10h + 5h/j
Participation simple	5h/jour
Séjour à l'international (dont cotutelle) de 2 semaines minimum (10h/semaine)	20h à 40h maximum
Publication(s) dans un journal/Acte(s) de colloque, avec comité de lecture (sur justificatif)	10h/publi Maximum 30h
Prix et distinctions scientifiques dans une conférence	5h
<b>Médiation scientifique :</b>	
Actions Sciences Avec et Pour la Société (SAPS) :	
Animation scientifique (Fête de la science, Café des Sciences, Nuit des chercheurs...)	5h
Campus des enfants	5h (maximum 2 fois)
Pint of science : Conférencier (2h), Organisateur (10h)	2h à 10h selon le cas
Ambassadeur Déclics	3h (maximum 2 fois)
Animation d'ateliers d'une demi-journée auprès de scolaires	10h
Cordées de la réussite	3h
Visite de laboratoire avec lycéens	3h (maximum 2 fois)
Animations grand public (Journées du patrimoine, Touskiflot...)	5h (maximum 2 fois)
<b>Expériences professionnelles :</b>	
Journée d'Etude disciplinaire : Organisation (non cumulable avec participation)	20h
Engagement associatif (UPPA ou externe)	10h
Implication dans la vie de l'ED (représentants conseil ED, QVT...)	20h
Implication dans la vie de l'Etablissement (mandats électifs, groupes de travail...)	20h
Encadrement étudiant de Master (au cas par cas sur justificatif)	de 5h à 30h maximum
Parrainage de stagiaire (collégien ou lycéen)	Forfait 3h
Stages en entreprise (au cas par cas sur présentation d'un justificatif)	Maximum 50h
Activités d'enseignement	Maximum 60h