



ASSOCIATION GLOBAL DEFENSE FEMININE

LUTTER CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

Public concerné :

Toutes les femmes qui souhaitent acquérir des outils pour agir face à une situation de violence subie

Prérequis :

Aucun

Effectif à former :

Groupe de 16 personnes maximum

Durée :

1 journée de 5 heures (10h00/12h00 – 13h30/16h30)

Objectif stratégique :

Cette formation va donner les moyens à une femme d'éviter, de sommer ou de se face à une agression

Intervenant.es :

Guillaume CHAPUIS – Instructeur formateur

Marine LEPAGE – Instructrice formatrice

Le CV de l'intervenant est accessible sur demande

Objectifs opérationnels : *Quels sont les changements attendus ?*

- Analyser son environnement, sa posture afin d'éviter ou anticiper une situation d'agression
- Sommer un agresseur pour le déstabiliser et faire cesser l'agression
- Appliquer des techniques pour se soustraire à l'agression

Contenu de la formation

MODULE 1 : ANALYSER SON ENVIRONNEMENT, SA POSTURE AFIN D'EVITER OU ANTICIPER UNE SITUATION D'AGRESSION

- Définir un environnement et identifier les risques associés
- Identifier les différents types d'agression
- Apprendre les techniques pour détecter un risque d'agression
- Utiliser ses capacités physiques et psychiques pour anticiper et éviter l'agression
- Se positionner dans un environnement pour être en position de sécurité

Exercice pratique : Mise en situation par des ateliers d'applications, jeux de rôle



ASSOCIATION GLOBAL DEFENSE FEMININE

MODULE 2 : SOMMER UN AGRESSEUR POUR LE DESTABILISER

- Définir le concept de la sommation : contexte et définition
- Connaitre les différentes techniques de sommation : le « monsieur arrêter », frappe de poitrine...
- Lister les atouts de chaque technique de sommation
- Appliquer les techniques de sommation en fonction de l'environnement et de la situation d'agression

Exercice pratique : Mise en situation par des ateliers d'applications, jeux de rôle

MODULE 3 : APPLIQUER DES TECHNIQUES POUR SE SOUSTRAIRE A L'AGRESSION

- Identifier les 3 cibles : les yeux, la gorge, les 'parties' et comprendre la réaction provoquée
- Définir ses outils pour toucher les cibles
- Associer les outils et les cibles pour se soustraire face à une agression

Exercice pratique : Mise en situation par des ateliers d'applications, jeux de rôle

Méthode pédagogiques :

- Méthode expositive, démonstrative, active
 - Pédagogie active basée sur des explications théoriques associées de la mise en situation. Chaque situation expérimentée fait l'objet d'un débriefing avec les participantes
- Méthode TPR : théorie Pratique Retour d'expérience

Modalités d'évaluations et suivi de l'action :

- Exercices pratiques d'application par des ateliers pratiques et jeux de rôles
- Questionnaire de recueil d'appréciation à chaud remis à chaque participante
- Bilan oral réalisé en fin de session
- Attestation de formation délivrée
- Feuille d'émargement signée par demi-journée par les stagiaires et le formateur

Tarif :

Inter : 350€ par stagiaire

Pour les formations intra ce parcours est adaptable en fonction de vos besoins et fera l'objet d'un diagnostic préalable et d'un devis

Délai et modalités d'accès :

Inter : début de la formation suivant un planning établi (délai moyen constaté 1 mois)

Intra : Pour les formations dispensées dans votre établissement le planning sera fixé après validation du devis en fonction de nos possibilités respectives.



ASSOCIATION GLOBAL DEFENSE FEMININE

Comment se passe l'inscription ?

Pour s'inscrire contactez-nous par mail ou téléphone. Toutes prestations fait l'objet d'un devis.

Accessibilité :

Pour tout besoin d'aménagements spécifiques (pédagogie et accessibilité physique) merci de prendre contact avec nous : globaldefensefeminine@gmail.com

Référent formation :

Guillaume Chapuis – Directeur Technique – (globaldefensefeminine@gmail.com)

☎ 06 70 33 24 26