

Association Faire Face

Prévention des violences de genre et autodéfense



PROGRAMME DE FORMATION 2022/2023

Ressources métier pour l'empowerment,
la prévention et la lutte contre les violences de genre

Qui sommes-nous ?

Faire Face est une association de prévention et de **lutte contre les violences de genre** qui existe depuis 2007 à Toulouse. Historiquement, notre cœur de métier est l'organisation et l'animation **d'ateliers et de stages d'autodéfense féministe**. Aujourd'hui, notre équipe est composée de **formateur.ices professionnelles** regroupant des savoirs faire pratiques et théoriques divers : expertise sur les questions de genre et discriminations, la prévention des violences et de l'autodéfense féministe, éducation populaire, pédagogies critiques et anti-oppressives, recherche en sciences sociales... qui peuvent être autant d'outils mobilisables dans nos modules de sensibilisation et de prévention des violences de genre en milieu professionnel. Faire Face est **organisme de formation professionnelle** depuis 2013 et a obtenu la **certification Qualiopi** en décembre 2021.

Nos interventions ?

L'autodéfense féministe, au cœur de notre action

L'autodéfense féministe est une méthode qui propose aux personnes concernées par les violences de genre une large palette d'outils et de stratégies verbales, mentales, émotionnelles ou physiques mobilisables pour prévenir les violences, renforcer ses capacités et sa confiance en soi, se défendre. L'autodéfense féministe est fondée sur la réalité vécue et sociologique des violences de genre, et de leur imbrication avec d'autres oppressions. Et ce dans les espaces publics, privés ou professionnels, puisqu'à la différence de la « self-défense », l'autodéfense féministe a la particularité d'appréhender les violences de manière réaliste, en dehors de toute idéologie sécuritaire. Par toutes nos actions de prévention des violences de genre et d'autodéfense, il s'agit de créer des espaces d'échanges, de réassurance et de solidarité pour faciliter la transmission de stratégies concrètes et pour permettre de déconstruire collectivement les sentiments de culpabilité, de honte et d'impuissance dans le vécu d'agression ou dans l'appréhension de se défendre. Les enjeux centraux sont : se renforcer individuellement et collectivement, prendre conscience de ses propres ressources, échanger et apprendre des stratégies diverses et appropriables par toutes, pratiquer et s'exercer dans un espace dédié et sécurisant, et ainsi re-prendre confiance en soi, se sentir plus légitime et capable au quotidien.

Irène Zeilinger, sociologue et instructrice d'autodéfense pour femmes et adolescentes depuis une vingtaine d'années, définit l'autodéfense comme un **instrument de prévention primaire de la violence**. La prévention primaire reste un des seuls outils permettant d'agir avant que la violence ne s'installe, de prévenir des situations de violences, tout en travaillant également la relecture d'agressions vécues par le renforcement de ses capacités de sa confiance en soi.

L'éducation populaire comme principe de non-hiérarchie des savoirs

Nous pensons que les **savoirs théoriques (savoirs froids)** valent autant que des savoirs issus des **expériences de vie (savoirs chauds)**. Ils s'enrichissent et se nourrissent mutuellement. Les savoirs ne doivent pas être hiérarchisés, ils se complètent selon nos parcours de vie, nos formations (scolaires, universitaires, militantes, de terrain, etc.) et nos expériences. Nous reconnaissons et valorisons les points de vue – et donc savoirs - situés et invitons à continuellement se demander *depuis quelle position sociale cette personne parle ?* De ce fait, nos formations sont donc des espaces de co-construction des savoirs, dans une perspective d'émancipation et d'autonomie de tous.tes.

La mixité choisie comme outil d'empowerment

Certaines de nos actions de formation sont organisées en non-mixité femmes transgenre^{1*} et cisgenre^{**} ou en mixité choisie sans homme cisgenre^{**}. Pourquoi ? La non-mixité / mixité choisie est **un outil pédagogique qui favorise la prise de parole et d'espace, pour un meilleur apprentissage et partage d'expériences spécifiques et communes**. C'est aussi un outil pour rompre l'isolement et le sentiment de culpabilité. Ce **climat de confiance** rend possible une meilleure compréhension de ses peurs, de ses appréhensions, mais aussi favorise une prise de conscience de sa puissance d'agir pour élargir collectivement les capacités d'action et d'autonomie de chacun.e en milieu professionnel mais aussi au-delà.

Une philosophie politique féministe intersectionnelle

Notre approche est enfin féministe dans la mesure où nous prenons en compte les violences spécifiques subies par les personnes concernées par les violences de genre et le sexisme. Celles-ci vivent des discriminations similaires . Elles en vivent, aussi, des différentes en fonction de leur classe sociale, leur capacité physique et mentale, leur origine réelle ou supposée, leur âge, leur orientation sexuelle, leur identité de genre et leur religion. Aucune expérience de violence ou de discrimination n'est supérieure à une autre. Au lieu de les hiérarchiser, il s'agit donc de prendre en compte comment elles s'entrelacent et se renforcent entre elles afin de travailler à la déconstruction de l'ensemble des rapports de pouvoir au sein de la société, des espaces professionnels comme personnels, etc.

EN BREF - *Nos interventions permettent aux participant.es non seulement de comprendre ces situations inégalitaires, de violences et d'oppressions et de s'approprier leurs enjeux, mais également de s'outiller grâce à des méthodes et des techniques concrètes pour **agir et passer à l'action**. Toutes nos formations sont proposées afin d'identifier des situations d'agressions, de harcèlement, de violences, de (re)prendre et/ou (re)trouver du pouvoir et de la **puissance d'agir (empowerment)** en permettant à chacun.e de devenir acteur-riche dans la lutte contre les violences de genre.*

1*Personne transgenre : personne qui se ressent d'un autre genre que celui qui lui a été assigné à la naissance.

**Personne cisgenre : personne dont l'identité de genre correspond à celui qui lui a été assigné à la naissance.

• • • • Quelle accessibilité ?

Faire Face souhaite que ses formations soient accessibles à tous et toutes. **Ses formateur.ices sont formées aux différentes réalités de handicap et de diversité fonctionnelle** (nous proposons par ailleurs des stages d'autodéfense adaptés et spécifiques à certains types de handicap). Les personnes en situation de handicap peuvent nous le signaler avant la formation (par téléphone, mail ou en remplissant la fiche d'inscription) ou au démarrage ou ne pas le signaler selon leurs souhaits et besoins.

Lorsqu'une personne nous signale un handicap ou une spécificité (au niveau visuel, auditif, physique, psychique et/ou mental), la/le formateur.ice échange en amont et/ou au cours de la formation avec elle pour cerner ses besoins et surtout déterminer avec elle quelles sont les éventuelles compensations possibles et réalisables, comment adapter les éléments de la pédagogie de la formation... **Nous considérons la personne en tant qu'experte de sa vie et de ses spécificités : c'est à elle de nous indiquer comment nous adapter au mieux à ses contraintes et à ses besoins.**

Concernant l'accessibilité physique aux lieux de formation, il est important de préciser que **Faire Face n'a pas de locaux propres où elle effectue les stages**. Les stagiaires peuvent demander toute précision qui serait utile concernant l'accessibilité du lieu d'un stage et nous nous engageons à obtenir une réponse claire et précise aux questions posées auprès du prestataire de salle et à chercher avec les stagiaires une solution. Si certains des locaux que nous utilisons ne sont pas accessibles pour des personnes dont la mobilité est réduite du fait de l'inadaptation des toilettes, notamment, nous essayons au maximum de travailler dans des salles adaptées.

• • • • Quelle évaluation ?

Nous nous appuyons sur la notion **d'évaluation formative** qui a pour fonction d'améliorer l'apprentissage en cours de formation en repérant les difficultés des stagiaires (diagnostic) afin de leurs venir en aide (remédiation) : en modifiant la situation d'apprentissage, les contenus ou le rythme de la formation, pour apporter si nécessaire des améliorations appropriées. L'évaluation formative a une perspective pédagogique.

Des bilans collectifs et individuels, en cours de formation, à l'issue, à chaud et à froid sont effectués pour vérifier si les principes découlant de la formation ont été bien acquis par tou.te.s.

Les structure qui nous ont fait confiance

SECTEUR CULTUREL



SECTEUR ÉDUCATIF



SECTEUR ASSOCIATIF



SECTEUR DU MÉDICO-SOCIAL, SANITAIRE ET SOCIAL



COLLECTIVITÉS TERRITORIALES



ENTREPRISES PRIVÉES



**Renforcer sa capacité d'agir
avec l'autodéfense
en milieu professionnel**

Modules

A1- Format 1J

A2- Format 2J

A3- Format 1J (verbale)

A4- Format 1J renforcement
(« sur mesure »)

**SENSIBILISATION ET
PRÉVENTION DES VIOLENCES
DE GENRE AU TRAVAIL**

**Comprendre, repérer et réagir
face aux violences de genre
en milieu professionnel**

Modules

M1- Format 1/2 journée (sensibilisation)

M2- Format 1J

M3- Format 2J

**L'éducation populaire et
l'autodéfense pour lutter contre les
inégalités en milieu professionnel**

Modules

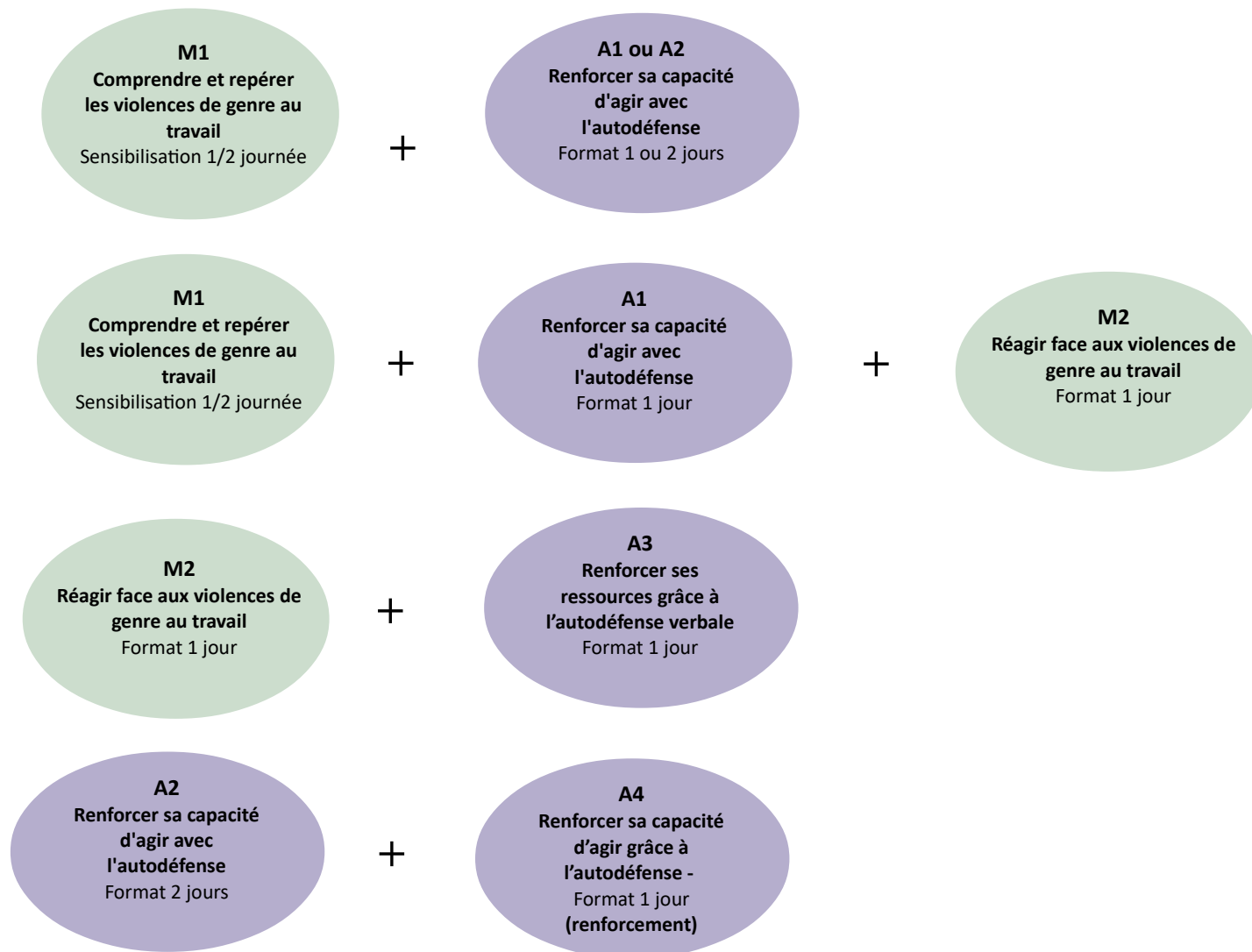
E1- Format 3J

E2- Format 5J

● Module en non-
mixité (femmes cis
et trans) OU mixité
choisie (sans
hommes cisgenres)

● Module en mixité

En fonction de vos besoins et de vos contraintes, **nous sommes en capacité de nous adapter sur la combinaison des différents modules et le découpage des modules longs en plusieurs séances.** Quelques exemples de combinaisons déjà réalisées avec des partenaires :



Module M1

Comprendre et repérer les violences de genre en milieu professionnel

Module de sensibilisation

Durée : 1/2 journée de formation (3 ou 4h)
Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs
Tarif structure : 600 €

En mixité

Objectifs et compétences visées

- Construction collective d'une culture commune autour de l'égalité et de la prévention et la lutte contre les violences de genre
- Déconstruire les mythes et les stéréotypes de genre
- Comprendre les mécanismes des violences et discriminations
- Repérer les violences de genre en milieu professionnel

Contenus pédagogiques

- Approche des différents types de violences de genre
- Les manifestations des violences dans le milieu professionnel et les conséquences des violences sur les victimes
- Notion de continuum des violences : comprendre les processus du sexisme ordinaire aux violences physiques et sexuelles

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques (sociologie du genre)
- Méthodes participatives issues de l'éducation populaire
- Supports interactifs (vidéos, témoignages, textes, chiffres...)
- Cadre anti-oppressif garantissant le non-jugement
- Construction collective de savoirs à partir de la mobilisation du vécu des participant.e.s

Module M2

Comprendre, repérer et agir face aux violences en milieu professionnel

Durée : 1 jour

Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs

Tarif structure : 1200 €

En mixité

Objectifs et compétences visées

- Construction collective d'une culture commune autour de l'égalité et de la prévention et la lutte contre les violences de genre
- Déconstruire les mythes et les stéréotypes de genre
- Comprendre les mécanismes des violences et discriminations
- Repérer les violences de genre en milieu professionnel
- Identifier des pistes d'action pour les victimes

Contenus pédagogiques

- Approche des différents types de violences de genre
- Les manifestations des violences dans le milieu professionnel et les conséquences des violences sur les victimes
- Notion de continuum des violences : comprendre les processus du sexisme ordinaire aux violences physiques et sexuelles
- Qualifier juridiquement les violences sexistes et sexuelles
- Repérer les ressources disponibles pour les victimes

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques (sociologie du genre)
- Méthodes participatives issues de l'éducation populaire
- Supports interactifs (vidéos, témoignages, textes, chiffres...)
- Cadre anti-oppressif garantissant le non-jugement
- Construction collective de savoirs à partir de la mobilisation du vécu des participant.e.s

Module M3

Comprendre, repérer et agir face aux violences en milieu professionnel

Durée : 2 jours

Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs

Tarif structure : 2400 €

En mixité

Objectifs et compétences visées

- Construction collective d'une culture commune autour de l'égalité et de la prévention et la lutte contre les violences de genre
- Déconstruire les mythes et les stéréotypes de genre
- Comprendre les mécanismes des violences et discriminations
- Repérer et prévenir les violences de genre en milieu professionnel
- Identifier et élargir la palette des pistes d'actions pour les victimes
- Connaître les premières réactions en tant que témoin et en tant que victime
- Faciliter la définition d'un cadre de travail moins violent, moins sexiste et dégager des pistes d'actions concrètes pour le mettre en place

Contenus pédagogiques

- Approche des différents types de violences de genre
- Les manifestations des violences dans le milieu professionnel et les conséquences des violences sur les victimes
- Notion de continuum des violences : comprendre les processus du sexisme ordinaire aux violences physiques et sexuelles
- Qualifier juridiquement les violences sexistes et sexuelles, connaître les procédures pénales ou disciplinaires
- Repérer les ressources disponibles pour les victimes
- Appréhender la posture d'écoute active
- Partager des bonnes pratiques / d'expériences de dispositifs et actions mises en place en milieu professionnel

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques (sociologie du genre)
- Méthodes participatives issues de l'éducation populaire
- Supports interactifs (vidéos, témoignages, textes, chiffres...)
- Cadre anti-oppressif garantissant le non-jugement
- Construction collective de savoirs à partir de la mobilisation du vécu des participant.e.s

Module A1

Renforcer sa capacité d'agir avec l'autodéfense en milieu professionnel

Durée : 1 jour

Public : Tous professionnels / Tous secteurs

Tarif structure : 1200 €

*En non-mixité ou
mixité choisie*

Objectifs et compétences visées

- Connaître et s'approprier des outils de défense verbale, psychologique et physique
- Prendre conscience des différents types de violence et des mécanismes structurels qui les reproduisent
- Renforcer ses ressources et identifier ses capacités d'action dans son environnement professionnel
- Développer son autonomie, sa confiance en soi et diminuer sa culpabilité
- Éprouver sa propre force et énergie
- Élargir sa palette d'outils pour poser des limites
- Échanger et apprendre des stratégies et des techniques de prévention des violences sexistes et sexuelles, prévention du harcèlement et d'autodéfense

Contenus pédagogiques

- Différents types de violences et transgressions de limites
- Éducation et socialisation différenciée
- Cadre juridique et professionnel
- Stratégies de prévention des violences
- Outils du langage non-verbal, stratégies verbales et techniques physiques pour faire cesser une agression et se mettre en sécurité

Moyens pédagogiques

- Cadre anti-oppressif et cohésion de groupe
- Apports théoriques et messages clés de prévention
- Exercices à partir de cas pratiques proposés par la/le formateur.ice
- Alternance de temps de parole et d'exercices corporels
- Co-construction de savoir et partage d'expériences
- Partage et visibilisation d'histoires de réussites individuelle et collective

Module A2

Renforcer sa capacité d'agir avec l'autodéfense en milieu professionnel

Durée : 2 jours (le module A2 peut être complété par un module de renforcement d'une journée (A4) organisé plus tard « sur mesure » pour poursuivre et approfondir ce qui aura été réalisé avec le groupe lors du module de 2 jours précédent)

Public : Tous professionnels / Tous secteurs

Tarifs structure : 2400 €

En non-mixité ou mixité choisie

Objectifs et compétences visées

- Connaître et s'approprier des outils de défense verbale, psychologique, émotionnelle et physique
- Identifier les différents types d'agressions et élargir sa palette d'outils pour poser des limites
- Renforcer ses ressources et identifier ses capacités d'action dans son environnement professionnel
- Développer son autonomie, sa confiance en soi et diminuer sa culpabilité
- Éprouver sa propre force et énergie
- Échanger et apprendre des stratégies et des techniques de prévention des violences sexistes et sexuelles, du harcèlement et d'autodéfense en milieu professionnel
- Savoir réagir en situation de conflit et d'agression en tant que victime et en tant que témoin, développer un répertoire de réponses mobilisables dans tous les espaces de sa vie, y compris professionnel
- Repérer les ressources à disposition / à mettre en place dans son environnement professionnel

Contenus pédagogiques

- Différents types de violences et transgressions de limites
- Éducation et socialisation différenciée
- Cadre juridique et professionnel
- Outils du langage non-verbal, stratégies verbales et techniques physiques pour faire cesser une agression et se mettre en sécurité
- Stratégies de prévention des violences et différents types d'outils de gestion des émotions (« kit d'urgence », « valise émotionnelle »,...)
- Techniques pour se dégager de prises et techniques de désescalade

Moyens pédagogiques

- Cadre anti-oppressif et cohésion de groupe
- Apports théoriques et messages clé de prévention
- Exercices à partir de cas pratiques proposés par la/le formateur.ice et mises en situation / jeux de rôles à partir de situations proposées par les participant.es
- Alternance de temps de parole et d'exercices corporels
- Co-construction de savoirs et d'outils de prévention dédiés au milieu professionnel
- Partage et visibilisation d'histoires de réussites individuelle et collective construction d'outils de prévention dédiés

Module A3

Renforcer ses capacités d'agir avec l'autodéfense verbale en milieu professionnel

Durée : 1 jour

Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs

Mixité : en non-mixité femmes transgenre* et cisgenre** OU en mixité choisie sans homme cisgenre**

Tarif structure: 1200 €

*En non-mixité ou
mixité choisie*

Objectifs et compétences visées

- Connaître et s'approprier des outils d'autodéfense verbale
- Savoir repérer les violences et les transgressions de limites
- Comprendre le contexte et les violences structurelles
- Multiplier ses stratégies de prévention et de pose de limites
- Savoir réagir en situation de conflits et d'agressions

Contenus pédagogiques

- Stratégies d'autodéfense verbale et leurs champs d'application
- Stratégies de prévention et de « désescalade » de la violence
- Identification des différents types d'agressions et de pose de limites
- Gestion des émotions

Moyens pédagogiques

- Cadre anti-oppressif garantissant le non-jugement
- Apports théoriques, savoirs issus de l'expérience et kinésiques (étude du langage corporel)
- Exercices de mises en situation avec jeux de rôles
- Alternance de temps de parole et d'exercices dans le corps
- Construction de savoirs et partages d'expériences

Module E1

Éducation populaire et autodéfense pour lutter contre les inégalités et les violences de genre

Durée : 21 heures réparties sur 3 jours

Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs

Mixité : en non-mixité femmes transgenre* et cisgenre** OU en mixité choisie sans homme cisgenre**

Tarif structure : 2400 €

*En non-mixité ou
mixité choisie*

Objectifs et compétences visées

- Comprendre l'influence des parcours de vie et des contextes sur nos façons de voir, de penser, de sentir, d'agir
- Savoir repérer la pluralité des discriminations/oppressions et des rapports sociaux inégalitaires pour démêler la complexité du réel
- Connaître et s'approprier des outils et méthodes existantes et disponibles visant l'égalité
- Se renforcer et développer ses ressources et stratégies.

Contenus pédagogiques

- Sociologie des mécanismes de domination de genre, de classe, de race, d'âge, de sexualité
- Outils et pratiques de conscientisation et d'émancipation collective : groupe d'interview mutuel, arpentage, bases du théâtre forum et bases de l'entraînement mental
- Posture de l'animateur-riche et techniques d'animation de groupe au regard des questions des discriminations
- Méthode d'autodéfense féministe : techniques psychologiques, verbales et physiques.

Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports de contenus théoriques et méthodologiques, d'exemples pratiques, de temps d'analyses et d'échanges en petits groupes, de partages de savoirs et d'expériences, de travail coopératif tourné vers l'action
- Usage et découverte de techniques pédagogiques et de méthodes d'animation issues de l'éducation populaire ou de la formation dont les stagiaires pourront se servir à l'issue du stage.

Module E2

Éducation populaire et autodéfense pour lutter contre les inégalités et les violences de genre

Approfondissement

Durée : 28h réparties sur 5 jours

Public : Tout.e.s professionnel.le.s / Tous secteurs

Mixité : en non-mixité femmes transgenre* et cisgenre** OU en mixité choisie sans homme cisgenre**

Tarif structure : 4800 €

Objectifs et compétences visées

- Comprendre l'influence des parcours de vie et des contextes sur nos façons de voir, de penser, de sentir, d'agir
- Savoir repérer la pluralité des discriminations/oppressions et des rapports sociaux inégalitaires pour démêler la complexité du réel
- Connaître et s'approprier des outils et méthodes existantes et disponibles visant l'égalité
- Se renforcer et développer ses ressources et stratégies
- Travailler sur un chantier : chercher des axes de solutions en collectif à une problématique individuelle

Contenus pédagogiques

- Sociologie des mécanismes de domination de genre, de classe, de race, d'âge, de sexualité
- Outils et pratiques de conscientisation et d'émancipation collective : petite histoire/grande histoire, enquête sensible, groupe d'interview mutuel, arpentage, théâtre forum, entraînement mental, chantier
- Posture de l'animateur-rice et techniques d'animation de groupe au regard des questions des discriminations
- Méthode d'autodéfense féministe : techniques psychologiques, verbales et physiques.

Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports de contenus théoriques et méthodologiques, d'exemples pratiques, de temps d'analyses et d'échanges en petits groupes, de partages de savoirs et d'expériences, de travail coopératif tourné vers l'action
- Usage et découverte de techniques pédagogiques et de méthodes d'animation issues de l'éducation populaire ou de la formation dont les stagiaires pourront se servir à l'issue du stage.

COMMENT FINANCER UNE FORMATION OU OBTENIR UNE PRISE EN CHARGE ?

Vous avez des droits ! Renseignez-vous auprès de vos collègues, de votre employeur, de votre délégué.e du personnel, de votre conseiller Pôle emploi ou de votre OPCO et utilisez vos droits !

- **Si vous êtes salarié.e.s**

Faites une demande dans le cadre du plan de formation de votre structure. La demande doit être adressée à votre employeur.e ou au service de formation.

Pensez à anticiper vos demandes car elles doivent être acceptées par votre employeur.e puis validées (pour le volet financier) par l'OPCO.

- **Si vous êtes chômeur-se**

Vous avez plusieurs solutions : faire une demande auprès de votre conseiller.e Pôle emploi ou auprès du département voire de la Région.

- **Si vous êtes bénévoles dans le cadre associatif**

Sachez que dans le cadre du FDVA (Fond de Développement de la Vie Associative), des subventions existent pour former les bénévoles des associations.

Plus d'infos en allant sur : <https://www.associations.gouv.fr/FDVA.html>

- **Vous n'êtes aucun des trois et vous n'avez pas de prise en charge**

Si vous n'avez pas de possibilités de prise en charge, pas de panique...

Contactez-nous, nous essaierons de trouver une solution ensemble...

En aucun cas, les questions économiques ne doivent bloquer votre participation !

- **Vous êtes employeur-e, responsable de formation d'une structure**

Il y a aussi des solutions de financement collectif, de prise en charge collective...

Vous pouvez mobiliser vos droits pour financer des formations directement sur votre structure, équipe, collectif, etc. Il y a des droits à utiliser dans vos OPCO. Demandez-leur ! Et si tout cela vous semble compliqué, contactez-nous !

N'hésitez pas à nous contacter pour construire un projet de formation et envisager les possibilités de financement.

Quelque soit votre situation, les demandes doivent être anticipées pour être validées à temps !

Contactez-nous !

Nous nous engageons à répondre à vos demandes d'informations
et à vous envoyer un devis sous 15 jours ouvrées.

N° d'organisme de formation : 73 31 06 760 31

Organisme certifié Qualiopi depuis décembre 2021



Marilou Bex, Coline Dhaussy

et Diane Kachour

07 62 62 70 80

faireface.association@gmail.com