



AUTODÉFENSE  
Association de prévention  
des violences de genre

## Qui sommes-nous ?

Faire Face est une association créée en 2007 à Toulouse dans les champs de **la prévention et de la lutte contre les VSS (violences sexuelle et sexiste)**.

Aujourd'hui, encore, **le cœur de notre activité est l'organisation et l'animation d'ateliers et de stages d'autodéfense à destination des personnes qui vivent des violences liée à leurs genre.**

Dans tous nos ateliers et stages sont combinés la transmission et le partage d'outils d'autodéfense psychologique, verbale, émotionnelle et physique. Par ailleurs, pour promouvoir et diffuser ces outils, l'association coordonne des actions de sensibilisation et d'information sur l'autodéfense féministe et la prévention des violences de genre. L'objectif de l'association est de lutter contre les violences et d'encourager l'autonomie, la liberté, la puissance d'agir et la confiance en soi des personnes.



# Objectifs et contenu d'un stage ados

Ici pas de cours d'arts martiaux, encore moins de recettes miracles mais une boîte à outils à partager autour de techniques simples et efficaces pour apprendre à poser des limites.

Les stages ont pour but de **prévenir et de faire face au harcèlement et aux agressions dans tous les espaces** (affective, à l'école, à la maison, dans la rue...). Par une personne proche ou inconnue. C'est aussi un moyen de **re-prendre confiance en soi, de s'affirmer au quotidien**.

Les jeunes – et leurs parents – se sentiront plus à l'aise de savoir de quoi ils sont capables pour prévenir les violences. **Bien sûr, une bonne dose d'information est nécessaire. Les outils et le niveau d'information est pensé en fonction des tranches d'âges et particulièrement adapté.**

Par des exercices et mises en situations, on s'entraîne à :

- reconnaître des situations d'agressions verbale, sexuelle ou physique le plus tôt possible et de comprendre la différence entre une autorité adulte justifiée et un abus de pouvoir.
- développer des techniques pour réagir lorsqu'on ne se sent pas à l'aise ou en danger et pour faire diminuer la violence autour de soi.
- Poser ses limites et se positionner face à de la violence verbale en développant nos propres stratégies (crier et faire un scandale, chercher de l'aide, poser des limites verbales et non verbales...).
- Se protéger et se défendre physiquement, en déstabilisant un agresseur, en exerçant des coups simples et efficaces pour faire cesser une agression.

**C'est aussi l'occasion de travailler autour des idées reçues concernant les violences, en se partageant des stratégies dans un cadre de non-jugement confidentiel.**

Un des enjeux centraux est de mettre en avant que la violence commence là où les limites de chacun.e se terminent. De manière générale, l'objectif est d'avoir plus d'outils pour se renforcer individuellement et collectivement et de voir tout ce dont nous sommes capables !

**\*Personne cis(genre) : personne dont l'identité de genre correspond à celle qui lui a été assigné à la naissance.**

**\*\*Personne trans(genre) : personne dont l'identité de genre ne correspond pas à celle qui lui a été assigné à la naissance.**

## Tranches d'âge

Nous animons des stages ados de **12 à 16 ans** (les stages adultes débutent à 16 ans), par tranche d'âge favorisant la communauté de vécu, c'est-à-dire par groupe de 12-14 ans et 14-16 ans ou 15-17 ans.

## Format d'intervention

Nous animons des **stages 1 jour** (de 7h dont une pause déjeuner) en une session (sur une journée complète) ou en deux sessions (2x3h).

## Pour qui ?

**Le stage se déroule en mixité choisie.**

**Soit: pour les filles (cis et trans\*\*), les personnes non binaire et les garçon trans\*\*, sans garçon cisgenre\*.**

La mixité choisie est un outil pédagogique qui favorise la prise de parole et d'espace pour un meilleur apprentissage et partage d'expériences spécifiques.

Elle permet d'acquérir des techniques dans un climat de confiance, rendant possible une meilleure compréhension de ses peurs, de ses appréhensions, mais aussi de ses ressources et de sa puissance.

**Les participant.e.s viennent donc sur auto-détermination**, ils déterminent elleux-mêmes si ils sont concerné.e.s par cette mixité choisie.

**Tout comme les personnes choisissent librement de participer ou non** à ce stage selon si c'est le moment ou non pour elles. Le volontariat est une condition indispensable pour un stage d'autodéfense !

# Rapports sur les VSS dans l'éducation

- "Les violences sexistes à l'école, une oppression viriliste», Eric Debarbieux avec Arnaud Alessandrin, Johanna Dagorn et Olivia Gaillard, Observatoire européen de la violence à l'école, 2018 :

<https://prevenance-asso.fr/wp-content/uploads/2018/06/Les-violences-sexistes-%c3%a0-l%e2%80%99%c3%a9cole-une-oppression-viriliste.pdf>

- « Formation à l'égalité filles-garçons : faire des personnels enseignants et d'éducation les moteurs de l'apprentissage et de l'expérience de l'égalité », Haut Commissariat à l'Égalité, 2017:

[https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce\\_rapport\\_formation\\_a\\_l\\_egalite\\_2017\\_02\\_22\\_vf-2.pdf](https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce_rapport_formation_a_l_egalite_2017_02_22_vf-2.pdf)

Au-delà du contexte scolaire, les périodes d'isolement et de confinement ont créé et renforcé des situations déjà présentes de violences intrafamiliales. Nous assistons aujourd'hui à une libération de la parole sur les violences sur mineures que nous devons accompagner. Les ateliers d'autodéfense sont un outil majeur de prévention primaire des violences.

## Recommandations et guides de l'Éducation Nationale

(cliquez sur les images pour accéder aux liens de lecture/téléchargement)



Memento à l'usage des chefs d'établissements, 2022



Comportements sexistes et violences sexuelles, prévenir, repérer et agir, 2020



Convention interministérielle pour l'égalité entre les filles et les garçons, entre les femmes et les hommes dans le système éducatif, 2019-2024



Prévention de l'homophobie et de la transphobie dans les collèges et les lycées - Guide d'accompagnement, 2019



Contre les discrimination et les violences de genre, mon CVC s'engage, 2020

# Merci aux partenaires qui nous ont fait confiance pour les stages jeunesse !

- Lycée Rive Gauche (Toulouse, Le Mirail, 31)
- Lycée Roland Garros (Toulouse, Les Minimes, 31)
- Lycée Saint Marie de Saint-Sernin (Toulouse, 31)
- Lycée Polyvalent Le Garros (Auch, 32)
- Collège Georges Sand (Toulouse, 31)
- Collège André Malraux (Ramonville, 31)
- Collège Voltaire (Colomiers, 31)
- Collège Lakanal (Foix, 09)
- Collège Bayle (Pamiers, 09)
- Mix Ado (Saint-Orens, 31)
- Point Info Jeunes (Foix, 09 ; Saverdun 09)
- MJC Gratentour (31)
- Association de parents Papoti-Papota (Béziers, 34)
- Association Voir et Comprendre (Toulouse, Le Mirail, 31)
- Association ANC (Negreneys, Toulouse, 31)
- Association Planning Familial 31, 46, 48
- Femmes de Papiers (Saint-Gaudens, 31)
- Centre social Bagatelle (Toulouse, 31)
- Clubs de prévention (Empalot Toulouse ; Blagnac, 31)
- Mission locale (Toulouse, 31)
- Accueil Jeunes des Pradettes (Toulouse, 31)
- Collège Jean-pierre Verlain (Toulouse, 31)

- **S'INSCRIRE INDIVIDUELLEMENT :**  
[inscriptions@faireface-autodefense.fr](mailto:inscriptions@faireface-autodefense.fr)
- **NOUS ÉCRIRE :**  
[association@fairefaceautodefense.fr](mailto:association@fairefaceautodefense.fr)

**+d'infos sur : [www.faireface-autodefense.fr](http://www.faireface-autodefense.fr)**

