Autodéfense féministe

Prévention des violences sexistes et sexuelles

OBJECTIFS

initier les participantes aux outils de l'autodéfense féministe en renforçant leur confiance en elles, en diminuant le sentiment d'insécurité et en augmentant les ressources et les capacités d'action individuelles et collectives face aux agressions.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

les stratégies de prévention; les violences que vivent les femmes; identifier ses limites et les poser de manière efficace; apprivoiser ses émotions pour y trouver des leviers d'actions ; pratiquer des techniques physiques, verbales et non verbales; travailler sur des situations spécifiques (ex. harcèlement sexuel au travail ou à l'école, violences dans le couple ou la famille, harcèlement sexiste dans l'espace public, discriminations).

Un certificat de réalisation sera remis à chaque stagiaire

MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Support pédagogique
Travail en groupe, en sous-groupe et en individuel
Pédagogie active

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Tableau d'évaluation des acquis rempli par la formatrice en fin de formation

DÉCLARATION D'ACTIVITÉ DE L'OF

ARDEAR Auvergne Rhône-Alpes. N° d'organisme de formation : 82420117742

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR

ADDEAR Rhône

DURÉE : 1 jour(s)

DATE LIMITE : 11/09/2025

MODALITÉS D'ACCÈS

Il est nécessaire de s'entretenir avec le ou la responsable pédagogique en amont de
votre inscription, afin de vérifier que le contenu répondra à vos besoins. Les modalités d'accès seront reprécisées lors de la confirmation d'inscription. Selon l'origine géographique du groupe, le ou la responsable pédagogique peut adapter le lieu de la formation, dans la mesure du possible.
Notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux situations de handicap, temporaires ou permanentes. Merci de contacter notre référent handicap (par mail à formation@ardear-aura.fr) afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation.

TARIFS

Non agricole **nous contacter €**

Finançable par le fond de formation Vivea

Prise en charge Vivea possible pour paysan·nes et porteur·ses de projet

ATTESTATION

Aucune

RENSEIGNEMENTS

Charlotte PENEL
charlotte.penel@addear69.org
ADDEAR du Rhône

MENTIONS

Nombre moyen de participant·es à nos for mations : 6

SATISFACTION : 92

NOTE : Repas partagé le midi

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant

20/09/2025	Le Treuil 42330 Loire	Association Impact

☐ J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation (Voir la fiche)