

CONSTAT

Les agressions physiques des personnels sur le lieu de travail peuvent conduire à des risques psycho-sociaux importants et instaurer un climat de violence au sein de l'entreprise.

Apprendre à gérer des situations conflictuelles en rassurant les salariés sur leurs capacités à utiliser des techniques simples de self défense permet d'améliorer considérablement les conditions de travail.

LES FORMATEURS

Tous les formateurs sont des intervenants expérimentés dans le domaine des sports de combat.

Ils sont détenteurs de diplômes d'État dans le domaine des sports de combat et interviennent régulièrement auprès de professionnels en situation de grande difficulté dans leur pratique quotidienne.

LA FORMATION

DURÉE : 6 HEURES

OBJECTIF

Acquisition de compétences

- Apprendre à anticiper une situation de conflit
- Apprendre à gérer le stress en situation d'agression
- Apprendre les gestes de self-défense au niveau individuel et collectif

PUBLIC

- Salariés des structures qui ont en charge des publics difficiles
- Accessibilité aux personnes en situation de handicap

PROGRAMME DE LA FORMATION

Bloc 1 | Apprendre A gérer sa peur

- Les mécanismes du conflit
- Contrôler son appréhension
- Des techniques de boxe aux techniques de self-défense

Bloc 2 | Contrôler Pour sécuriser

- Se protéger contre des frappes et maîtriser l'individu
- Se protéger contre des morsures et maîtriser l'individu
- Self défense collective

Bilan de la formation