

**FORMATION _ ACTION dans le cadre d'un cycle de formation
en non-mixité choisie à destination des PAYSANNES**

**« Autodéfense verbale & féministe
et ou
comment être Femme en agriculture »**

Vendredi 29 Novembre 2024 de 9h30 à 17h30
locaux de la Confédération paysanne à Bagnolet (93)

Dans le cadre du programme de formations FADEAR/Confédération paysanne, nous organisons une action de formation autour de l'autodéfense des paysannes.

Contexte

Dans le contexte professionnel, on peut être confronté.e à des transgressions de limites, des agressions verbales et physiques, du harcèlement moral et sexuel ou encore des discriminations diverses.

Les collègues et les supérieur.es, les collaborateur.ices, les client.es, les partenaires, ou encore des tierces personnes peuvent avoir des comportements irrespectueux, et, entraîner, à force de répétition, des dérives, des états de vulnérabilité... pouvant mettre en péril l'intégrité mentale et physique des femmes paysannes. C'est aussi le cas dans les milieux syndicaux et militants. Comme partout, ces violences ou situations malaisantes peuvent être sexualisées, impliquer des rapports de pouvoir, avoir un caractère sexiste.

La formation s'intègre dans un objectif préventif large avec une approche féministe intersectionnelle. Elle propose une grille de lecture commune des situations d'agressions aux transgressions de limites les plus diverses, donne des outils de régulation émotionnelle, des stratégies de défense verbale et permet une mise en pratique immédiate en fournissant des techniques de dégagement et de dissuasion.

Informations pratiques

Lieu : locaux de la Confédération paysanne – 104 rue Robespierre 93170 Bagnolet

Durée : 7h00 - **Modalité de formation** : en présentiel **Horaires** : 28/11/2024 : 9h30 - 17h30.

Intervenante extérieure : Nyno LANGLOIS, formatrice en auto-défense féministe association Sista !

Animateur Formateur : Bertille FAGES, animatrice formation FADEAR.

Accessibilité aux personnes handicapées : nous vous invitons à nous contacter directement sur ce sujet pour évaluer l'accès en fonction du type de handicap, et si besoin trouver des solutions.

Public : paysannes responsables (ou en devenir) souhaitant s'initier sur le sujet et renforcer sa pratique.

Pré-requis : aucun

Objectifs pédagogiques

Objectif principal

Agrandir la capacité d'agir des personnes face aux situations d'agression ou de transgressions de limite (face à d'autres bénévoles/membre de l'équipe et/ou face aux festivalier.es).

Objectifs opérationnels

Se mettre au centre, reconnaître ses propres limites, renforcer sa légitimité et l'estime de soi, prendre conscience de sa propre force, oser dire et oser agir, favoriser l'entraide et l'expression, s'entraîner face à des situations concrètes, tester les outils et techniques.

Programme prévisionnel

Accueil à partir de 9h00

Début de la formation à 9h30 - Définition des cadres de travail et des intentions de la formation

17h30 : bilan à chaud et évaluation de la formation (satisfaction et des acquis par stagiaires)

Fin de la formation à 18h

Contenu

Présentations croisées : Expression des attentes et constitution du groupe.

Le stage consiste à :

- *Conscientiser les dépassements de limites / situations désagréables / agressions*

Expérimenter ses propres limites, ce qu'il se passe lorsqu'elles sont dépassées et comment les exprimer clairement - *Le premier secours émotionnel* – rester capable de réagir d'une manière contrôlée dans des situations chargées émotionnellement; faire redescendre ses émotions à un taux acceptable pour soi

- *Se défendre verbalement*

Introduction aux techniques verbales: désescalade, confrontation, fuite, déstabilisation : développement de repères de base, outils et techniques, mises en situation et entraînement à ces techniques

- *Apprendre à faire corrélér son langage verbal et son langage non-verbal*

Appuyer un message par le physique

Apprendre la posture de base en auto-défense féministe, travailler l'ancrage, le souffle, le cri

Appréhender des techniques de dégagement et de dissuasion pour appuyer un message clair et se dégager d'une situation si le verbal ne suffit pas; appréhender sa propre force

Méthodes pédagogiques et moyens matériels

La journée commence par un temps prévu pour que chacune puisse « se poser », prendre sa place dans le groupe et aborder la journée de formation.

Ensuite, les participantes sont invitées à exprimer leurs questions ou les situations qu'elles souhaitent aborder dans la journée. Cet ensemble d'attentes nous permet de construire ensemble le déroulement de la journée qui pourra comprendre : Analyse de situation, mise en situation, apports théoriques et pratiques, le tout en alternance avec des temps d'échanges dans le groupe. Cette méthode très active fait largement appel à la participation et à l'expérience de chacune.

Détails sur les modalités de la formation et de son organisation

Tarification de la formation

Cette formation bénéficiera d'un financement du fonds de formation VIVEA 2024 pour les non salarié.es agricoles.

Coût de la formation pour les **non salarié.es actifs** ressortissant.es au fonds VIVEA, un coût pédagogique par stagiaire sera demandé par la FADEAR via un accord de financement individuel (à partir de de votre plafond annuel de prise en charge) qui vous sera demandé lors de la formation et dont le montant est de **217 €/1 jour/stagiaire** (soit 31 €/heure)

Pour rappel : en 2024, vous bénéficier en tant que ressortissant.es du fonds VIVEA d'une enveloppe

de droit annuel à la formation individuelle/collective de 3 000 euros.



En parallèle, prise en charge intégrale des frais pour les paysan.nes adhérent.es à la Confédération paysanne ou au réseau de la FADEAR participant.es à la formation déplacement, repas, hébergement, indemnité de remplacement) et frais pédagogiques en cas non éligibilité au fonds VIVEA par la FADEAR.

Formation qui bénéficie d'une prise en charge de financement du fonds VIVEA 2024 pour les non salarié-e-s agricoles.

* Pour toutes autres situations si vous êtes intéressé.es par la formation, nous consulter avant la formation pour trouver une solution.

Attestation de formation : une attestation de formation délivrée par la FADEAR vous sera fournie en fin de formation.

Durée : 1 jour (7 heures) (*horaires précis à confirmer !*)

Début le 29/11/2024 à 9h30 (arrivée souhaitée avant) pour terminer à 17h30

Contact inscription : Julien Melou, animateur FADEAR /

Bulletin d'inscription à nous renvoyer par mail – formations@fadear.org –
Autodéfense verbale & féministe le Vendredi 29 Novembre 2024 à Bagnolet
(formation n°A)

Nom

Prénom :

Structure / Statut (salarié_e, paysan_ne,
autre...) :

Adresse
complète :

Tel :

Mail :

Attentes particulières vis-à-vis de la
formation :

.....
.....
.....

☐

En m'inscrivant à cette formation, j'accepte les conditions générales de vente de la
FADEAR, et son règlement intérieur, en ligne, sur notre site
<https://www.agriculturepaysanne.org/formations> dans l'onglet Formation.

.....

Fait à le Signature :

Comment avez-vous eu connaissance de cette formation ? (site internet, email, bouche à oreilles,
autre...) :

*** Données collectées**

Les données collectées par la FADEAR dans le cadre de ce questionnaire ne seront pas conservées au-delà de la
durée de 3 ans. Elles n'ont pour seul objet que l'organisation de l'événement (confirmation, relance, envoi de
documents pré et post formation et le suivi des stagiaires).

- Droit d'accès

Les personnes dont les informations sont collectées et traitées peuvent demander l'accès aux données les
concernant à tout moment et sans limitation.

- Droit de rectification et d'opposition

Les personnes dont les données sont collectées et traitées peuvent demander la rectification des données
conservées. Ils peuvent également s'opposer à leur utilisation.

Pour toutes questions concernant vos données collectées et vos droits – merci de contacter cette adresse
jmelou@fadear.org, pour toutes informations.

COMMENT SE RENDRE À LA FADEAR ?

COMMENT ?

METRO

9 ROBESPIERRE
OU
3 GALLIENI

BUS

192 RÉPUBLIQUE
⇒ ROBESPIERRE

DEPUIS LA GARE DE L'EST OU GARE DU NORD :

Prendre le **Métro 5**, direction «Place d'Italie», descendre à «République».
Puis, prendre le **Métro 3**, direction «Gallieni», descendre à «Gallieni».

DEPUIS LA GARE D'AUSTERLITZ :

Prendre le **Métro 5**, direction «Bobigny», descendre à «République».
Puis, prendre le **Métro 3**, direction «Gallieni», descendre à «Gallieni».

DEPUIS LA GARE ST-LAZARE :

Prendre le **Métro 3**, direction «Gallieni», descendre à «Gallieni».

DEPUIS LA GARE DE LYON :

Prendre le **Métro 1**, direction «Château de Vincennes», descendre à «Nation».
Puis, prendre le **Métro 9**, direction «Mairie de Montreuil», descendre à «Robespierre».

DEPUIS LA GARE MONTPARNASSE :

Prendre le **Métro 6**, direction «Nation», descendre à «Nation».
Puis, prendre le **Métro 9**, direction «Mairie de Montreuil», descendre à «Robespierre».

CONTACTS



104 rue Robespierre - 93170 BAGNOLET
Tél. 01 43 63 91 91
www.agriculturepaysanne.org
www.jeminstallepaysan.org



OÙ?

