Programme de Formation

SELF-DEFENSE (A DESTINATION DES AGENTS DE TERRAIN)

Organisation

Durée : 13 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Cette formation s'adresse aux agents communaux et régionaux qui exercent leur fonction dans l'espace public, au contact du citoyen (gardien de la paix, agents constatateurs communaux et régionaux, médiateurs de rue / de nuit, stewards urbains et agents de proximité, gardiens de parc, agents de prévention, ...).

Objectifs pédagogiques

1) Connaitre le cadre légal
2) Savoir adopter une attitude corporelle préventive
3) Savoir travailler en binôme
4) Savoir protéger son intégrité physique en cas d'agression
5) Savoir répondre proportionnellement à une agression

Description

FINANCEMENT ET GRATUITE

Grâce au subside octroyé par safe.brussels à l'ERAP, et dans les limites de ce dernier, cette formation est accessible gratuitement au public visé par le programme (cf. ci-dessous), sous réserve du respect de nos CGV.

INTRODUCTION

Les agents de proximité dans l'espace public doivent parfois faire face à des situations d'intimidation et de violence. Savoir réagir avec mesure et efficacité permet de travailler sereinement et en sécurité.

Cette formation, développée dans le cadre de l'objectif de formation des acteurs de la prévention et de la sécurité repris dans le PGSP, veut développer les techniques de self défense des participants.

CONTENU

1) Cadre légal
   - Références au Code pénal
   - Notion de légitime défense
2) Les mesures de prévention individuelles et en équipe
   - Estimer les risques
   - Codes couleurs
   - Etablir et garder une distance de sécurité
   - La main réactive / le bras réactif
3) La perception du danger et de la violence
   - Perception du comportement dangereux et/ou violent

- Langage non verbal, intimidation, insultes
- Evitement du conflit
- Proportionnalité dans la riposte

4) Les techniques de défense physique

- Esquives et techniques de blocage
- Dégagements suite à une saisie
- Déplacements
- Points de pression
- Chutes et roulades
- Riposte
- Coups dynamiques et déstabilisants

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Une structure adaptée est mise à la disposition des apprenants (vestiaires, douches, casiers, ...).

Le formateur les attend en tenue de travail complète (y compris les éventuels accessoires tels que carnet de notes, lampe torche, tablette, ...). En revanche, ils seront pieds nus, en chaussettes ou en chaussures de boxe (non fournies).

Il est conseillé de se munir de vêtements de rechange.

Modalités pédagogiques

La formation se déroule dans une salle de sport afin de permettre d'expérimenter les gestes dans les conditions proches du réel. Après une brève introduction théorique, la place est laissée exclusivement à la démonstration et à la pratique.

Un recyclage permet aux participants ayant déjà suivi le module de base de ne pas perdre la main et constitue une occasion de partager des situations rencontrées sur le terrain.