

## SAS CORE-PREV

41 Avenue Charles de Gaulle  
17620 Saint-Agnant  
Email: [contact@core-prev.com](mailto:contact@core-prev.com)  
Tel: +33986878200



## FORMATION AUX TECHNIQUES ET STRATÉGIES DE SELF-DÉFENSE EN MILIEU PROFESSIONNEL

Chaque jour en France, 65 professionnels de santé, qu'il s'agisse de médecins, d'infirmiers, de kinésithérapeutes, de pharmaciens ou de sage-femmes, sont victimes d'agressions, d'insultes ou de violences, qu'ils exercent en hôpital, en clinique, en cabinet ou en officine. La situation est préoccupante, avec des incidents qui se traduisent par des insultes (32%), des menaces verbales (17%), des violences physiques et des menaces avec armes (49%), ainsi que des violences armées (2%). Ce constat alarmant se retrouve malheureusement dans tous les secteurs où le personnel est en contact direct avec le public.

**Durée : 7.00 heures (1.00 jours)**

### A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

#### Profil du stagiaire

- Toute personne pouvant, dans le cadre de son emploi, être confrontée à des actes de violence physique. Cette formation est particulièrement adaptée aux personnels des services d'urgence, d'accueil, etc. afin de les préparer à réagir de manière appropriée et sécurisée face à des situations potentiellement dangereuses.

#### Prérequis

- Avoir suivi, si possible, le module formation « Gestion des incivilités et des agressions verbales et/ou physiques ».
- Accessible aux personnes en situation de handicap.
  - NB : En fonction du handicap, un participant peut ne pas pouvoir exécuter toutes les techniques présentées. Des adaptations seront proposées pour permettre à chacun d'apprendre selon ses capacités, dans un cadre sécurisé et inclusif.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Développer des aptitudes pour se protéger et protéger les autres dans des situations potentiellement dangereuses.
- Apprendre et appliquer différentes techniques de défense face à des agressions physiques.
- Exploiter les objets et mobiliers environnants pour la protection personnelle.
- Connaître les lois et les droits en matière de légitime défense.

### CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

- Mettre en place des fondamentaux sécuritaires.
  - Détection de la montée de l'agressivité.
  - Techniques de garde passive et active.
  - Gestion des angles de dangerosité et des distances de sécurité.
- Appliquer des techniques de dégagement sur saisies et étranglements.
  - Principes de biomécanique.
  - Techniques de défense contre saisies et étranglements.
- Appliquer des techniques défensives face à des coups.
  - Attitude de sécurité.
  - Parades et esquives.
  - Ripostes défensives.
- Utiliser les objets du quotidien comme moyens de défense.
  - Identification et utilisation des objets pour la protection.

## SAS CORE-PREV

41 Avenue Charles de Gaulle  
17620 Saint-Agnant  
Email: [contact@core-prev.com](mailto:contact@core-prev.com)  
Tel: +33986878200



- Isoler et sécuriser un agresseur en attente des forces de l'ordre.
  - Techniques pour restreindre et isoler un agresseur.
- Coordonner les actions défensives en équipe.
  - Techniques de maîtrise collective.
  - Communication et coordination en équipe.
- Comprendre les fondements juridiques de la légitime défense.
  - Étude de l'article 112-5 du Code pénal.
  - Discussions sur les aspects légaux de la défense.

## ORGANISATION

### Formateur

Ancien major de la gendarmerie avec plus de 30 ans d'expérience, ce formateur est spécialisé dans l'intervention opérationnelle, la communication et la gestion de crise. Expert en auto-défense et premiers secours, il est concepteur pédagogique et formateur de formateurs en secourisme, sauvetage au combat et tactique. Auteur d'un mémoire sur les agressions et la gestion du stress, il enseigne également les sports de combat et la self-défense.

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Étude de cas concrets
- Quizz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales.
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.