



CENTRE NATIONAL
DE LA FORMATION

SSI.49

Self défense pour les entreprises

Référence :

Durée conseillée :

2 jours

Tarif en inter-entreprise :

[nous contacter](#)

Tarif en intra-entreprise :

1395 € HT/ jour / groupe

<https://www.cnfce.com/formation-self-defense-pour-les-entreprises>

Formation self défense : gestion des agressions et de la violence niveau pratique

Pourquoi recourir à la **self defense en entreprise** ? Pourquoi la self defense ? Afin de pouvoir répondre aux attentes des entreprises, le CNFCE propose, depuis 2009, des formations permettant de répondre à toutes formes de conflits : **agression physique**, **agression verbale** ou médiation. Ce **stage de formation à la self defense pour les salariés d'entreprise** correspond à un niveau perfectionnement en matière de gestion des conflits dans la mesure où il permet d'appréhender les techniques de self defense lorsque le contact est rompu et que l'agression physique est imminente. L'objectif de ce stage est d'associer gestion conflits et sécurité des personnes, il s'adresse aux salariés d'entreprises pouvant être sujets à des agressions ou à la violence physique : Magasin, établissement recevant du public (ERP), entreprises de service, transport en commun, sites touristiques, etc.)

Objectifs pédagogiques

- Savoir réagir en cas d'agression ou de menaces physiques
- Maîtriser les techniques de dégagement ou d'immobilisation issues de la self défense
- Identifier les postures à adopter pour assurer sa sécurité et celle de son entourage
- Appréhender la réglementation relative à la protection des personnes

Programme

Introduction : Les différentes situations de danger rencontrées par les stagiaires

- Les situations d'agressions rencontrées par les participants dans leur quotidien
- Quel comportement adoptent-ils actuellement dans la gestion de ces situations ?

Retour sur les principes de la self defense

- La philosophie de la self defense : Quand intervenir (analyse de la menace) ?
Comment intervenir ?
- Introduction théoriques aux techniques de self defense
 - La notion de placements de sécurité
 - Savoir analyser son environnement pour mieux réagir
 - Les techniques d'immobilisation et de dégagement
 - Le principe de sûreté : assurer sa sécurité !
 - Focus sur l'analyse de son environnement : identification des issues de secours
- A quel moment avoir recours à la self defense ?
 - Définition d'une situation d'urgence
 - Définition d'une situation d'exception
 - Définition d'une situation extrême
- Identifier l'action la plus adaptée à ma sécurité et celle de mon entourage

Conduite à adopter en cas d'agression physique : techniques de self défense

- Identifier les techniques de dégagement, d'esquive et de saisie
 - Se dégager d'un individu agrippé
 - Le ramassement de jambes
 - Les ceintures avant et arrière
 - Se dégager d'un étranglement arrière ou d'un collier de face
- Maîtriser les techniques d'esquive (coup de poing, coup de pied, coups frappés)
- Focus : savoir identifier les points sensibles sur le corps humain
- Conduite à tenir face à un individu utilisant une arme blanche
 - Les parades sur attaque à arme blanche (couteau, tournevis, tesson de bouteille et autres armes de perforation)

Comment maintenir une personne dangereuse dans le respect de l'éthique et de la dignité de la personne

- Ce que disent les textes de loi : notion de légitime défense
- L'utilisation de la contrainte et les implications légales
- Répondre aux situations de menace physique tout en gérant son stress et ses émotions

Programme daté du 31/03/2020

Public & prérequis

Public cible

- Agents de sécurité
- Agents stadier
- Personnel d'établissements de nuit
- Toute personne étant sujet aux agressions

Pré-requis

Il est recommandé d'avoir une condition physique minimum pour suivre la formation self défense pour les entreprises

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et pratiques
- Formation interactive agrémenter de nombreux exemples concrets
- Stage de formation animé par un formateur « Expert dans les métiers de la sécurité ». L'expérience de l'animateur permettra d'illustrer de nombreux cas vécus lors du non respect des consignes de sécurité.
- Ateliers de formation Self défense pour les entreprises

Évaluation des acquis en fin de formation

