

VIGILANCE

URBAINE

“A voir marcher
quelqu'un, on connaît
sa pensée.”

Petrone



AVOIR CONFIANCE DE SON ENVIRONNEMENT EN TOUTES CIRCONSTANCES

“Be aware!” comme diraient certains. C'est précisément ce dont il est question dans ce module. Prenez conscience de ce qui vous entoure afin d'éviter d'être surpris.

Le langage corporel pèse lourd dans la balance du message que nous envoyons à notre environnement. Sans en être conscient, nos attitudes non verbales traduisent un état interne dissimulé que nous n'avons parfois pas envie de partager. Avoir une attitude craintive, malgré notre volonté de ne rien vouloir laisser paraître, positionne souvent l'individu en position de “victime potentielle”.

Au cours de ce module, nous abordons l'importance de la communication non verbale. A l'aide d'exercices, nous travaillons à l'impact de la communication corporelle afin d'accroître la sphère de sécurité. Nous invitons également les participants à s'interroger sur leurs habitudes, sur leurs gestes routiniers, sur la gestion qu'ils font de l'information, ...

Cette phase de questionnements peut être envisagée pour divers contextes: en rue, sur le chemin du travail, à la maison, ...

Programme

- la communication: le langage non verbal et son importance
- la gestion de l'information: quoi, pourquoi et comment?
- Exercices: “le dire c'est bien, le montrer c'est mieux”, “J'ai dit ça seulement il fallait comprendre ceci”, VIDEO FB...
- Des outils pour être “aware” et leurs impacts sur notre bulle de sécurité
- Mises en situations avec un acteur professionnel selon lequel ciblé
 - Vigilance sur le chemin du travail/domicile
 - Vigilance en situation urbaine (au marché, à la banque, à l'hôpital, ...)
 - Vigilance en rue
 - ...

Rester toujours en
mode veille...



Public cible

Toute personne amenée à : circuler sur la voie publique, devoir augmenter sa vigilance sur son lieu de travail afin de protéger son intégrité physique, se montrer vigilant quant à la gestion de bien privés/professionnels, etc.