

PREVENTION RISQUES ATTENTATS**Durée : 7 heures****Objectifs de la formation**

Identifier l'environnement du risque terrorisme et ses modes de fonctionnement. Se préparer mentalement et physiquement à une confrontation menaçante et se sentir mieux protégé.

Gagner en confiance en soi pour mieux canaliser son anxiété face à ces risques angoissants. Être informé des actes réflexes et des techniques permettant de réagir efficacement lors d'une situation violente

Public concerné et prérequis

Tout le personnel, pas de prérequis

Méthodologie et Conditions de formation

Formateur professionnel expert Prévention-Risques Professionnels-Secourisme.
Evaluations réalisations-tests – jeux de rôles

Contenu de la formation**Prévenir les risques d'attentats ou d'acte terroriste : se préparer à l'imprévu**

- Préparation mentale et émotionnelle face au risque terroriste
 - Prendre en compte objectivement la notion de « risque » et de conflit
 - L'intégrer dans un « logiciel des possibles » pour se préparer à l'imprévu
 - Se programmer mentalement et se préparer au « premier secours émotionnel »
 - Travailler l'auto-défense attitude
- Apprendre à gérer son stress en cas d'attaque ou d'incident du type attentat
 - Découvrir les atouts du stress et enrayer ses aspects négatifs
 - Appliquer la régulation cognitive et émotionnelle
 - Maîtriser les réactions physiologiques
 - S'initier à la densification pour renforcer sa résilience
- Rappel du cadre légal de la légitime défense

Savoir faire face à un événement et réagir avec efficacité

- Identifier les bons réflexes comportementaux en cas d'incident (violence urbaine, attentat, intrusion, mouvement de foule)
- Connaître la conduite à tenir en cas de situation extrême
 - Adopter les gestes appropriés et les actes réflexes de survie
 - Éviter les réflexes dysfonctionnels de panique ou de sidération
 - Comment se protéger et protéger son entourage proche
 - Trouver les ressources humaines ou matérielles pour réagir
 - Découvrir les actes réflexes de survie
 - En dernier recours, savoir-face à l'agression

Modalités : Accessibilité PSH : toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, nous contacter pour toute adaptation.

Délais d'accès : nous consulter - **Tarifs :** sur demande et devis