

CATALOGUE DE FORMATIONS

2025



Planning familial 31

44 place Nicolas Bachelier

31000 Toulouse

La certification qualité a été délivrée au titre
de la catégorie suivante : actions de formation

LE PLANNING FAMILIAL 31



Une association féministe et d'éducation populaire

Au Planning familial 31, nous accueillons, écoutons, accompagnons, informons et orientons les personnes quel que soit leur âge, leur genre, leur orientation sexuelle, autour de la vie affective, relationnelle et sexuelle afin que chacun·e puisse la vivre dans le respect, le plaisir et le partage.

Le Planning familial 31 est une association qui lutte contre les oppressions spécifiques envers les femmes et les personnes minorisées de genre dans une perspective intersectionnelle. Il dénonce et combat toutes les formes de violences, notamment sexistes et sexuelles. Il lutte contre les inégalités sociales et les discriminations. Il lutte contre le VIH et les IST.

L'association défend le droit à l'accès à la contraception et l'avortement sans délais, le droit à l'autodétermination, le droit à l'information en santé sexuelle et à l'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle tout au long de la vie.

Le Planning familial 31 s'inscrit dans un mouvement de transformation sociale et politique à l'échelle nationale, dans un réseau local de partenaires associatifs et institutionnels. Il est reconnu comme un acteur de terrain et un lieu de réflexions sur les questions de vie affective, relationnelle et sexuelle.

NOS FORMATIONS



Comme toutes nos actions, nos formations s'appuient sur nos engagements politiques et sur nos piliers d'intervention, que sont l'approche globale en santé sexuelle, l'approche centrée sur la personne, la réduction des risques sexuels, l'approche positive et inclusive des sexualités.

Organisme de formation depuis 2017, nous accompagnons chaque année entre 50 et 100 personnes dans le développement de leurs compétences. En 2024, 82 personnes ont eu accès à nos formations.

Nous proposons deux types de formations :

- les formations sur inscriptions individuelles (dites « INTER ») qui s'adressent aux professionnel-le-s du champ médico-socio-éducatif, aux acteurs-trices de structures associatives et à toute personne se questionnant sur la vie affective, relationnelle et sexuelle et/ou souhaitant devenir des "personnes ressources" au sein de leur environnement de vie et/ou de travail. Aucun prérequis n'est demandé. → en pages 5-6

- les formations à la carte (dites « INTRA ») qui s'adressent aux équipes pluridisciplinaires des structures d'accueil (santé, social, handicap, jeunesse, enfance, etc.). → en pages 7-8

Depuis 2023, notre Organisme de Formation est certifié Qualiopi au titre de la catégorie « actions de formation », par l'organisme certificateur CertUp, la marque Qualiopi visant à attester de la qualité du processus de formation et permettant une plus grande lisibilité de l'offre de formation.



NOS MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Nous privilégions une alternance entre des apports de contenus théoriques et méthodologiques, des partages d'expériences de terrain, et une alternance entre travail en petits groupes / restitution en plénière.

Nos outils pédagogiques, issus de l'Éducation populaire, permettent les échanges et la co-construction de nouveaux savoirs, d'expérimenter lors de mises en situations. La formation sollicite donc la participation et l'implication de chacun-e.

NOS MODALITÉS D'ÉVALUATION

Nous proposons un questionnaire écrit d'auto-évaluation en début et en fin de formation et/ou un quizz pour évaluer les connaissances acquises en fin de formation, pour évaluer la progression dans l'acquisition des compétences visées.

Tout au long des journées de formation, nous sollicitons les stagiaires avec des bilans oraux, réalisés pour mesurer la dynamique d'apprentissage et adapter les contenus aux besoins.

Une évaluation peut être proposée 3 mois après la formation afin d'évaluer l'impact à long terme sur les pratiques professionnelles.

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Les locaux de formations sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

N'hésitez pas à nous contacter pour tout besoin d'adaptation au regard d'une problématique de santé. Nous pourrions vérifier ensemble que les éléments pédagogiques de la formation sont adaptés à vos besoins. Si ce n'est pas le cas, nous pourrions déterminer ensemble comment nous adapter au mieux à vos contraintes et capacités.

MODALITÉS PRATIQUES

Le coût pédagogique des formations varie en fonction du nombre de jours.

Certifiées Qualiopi, nos actions de formation peuvent être prises en charge par vos OPCO.

Si toutefois vous n'avez pas accès à cette prise en charge et si vous avez besoin d'un tarif réduit, n'hésitez pas à nous contacter.

Les repas ne sont pas pris en charge. Des lieux de restauration sont accessibles aux alentours de la salle de formation.

ACCUEILLIR ET SOUTENIR LES PERSONNES VICTIMES DE VIOLENCES SEXUELLES

Les violences sexuelles constituent un phénomène massif de société. Leurs conséquences sur la vie des victimes, tant sur le plan social que de la santé physique et mentale, sont néanmoins rarement prises en compte. La reconnaissance par l'entourage de ces violences et l'accès à une prise en charge adaptée constituent pourtant un facteur essentiel de mieux être pour les personnes. La question des violences sexuelles est inévitable et il existe un véritable enjeu à ce qu'un maximum d'actrices·teurs de terrain soient outillé·es sur la question des violences sexuelles afin d'accueillir et de soutenir au mieux les personnes victimes et leurs proches.

En 2024, 100% des stagiaires se sont dit·es satisfait·es voire très satisfait·es du niveau global de la formation et estiment à 100% la formation adéquate aux objectifs initialement fixés.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Être capable d'accueillir et soutenir les personnes victimes de violences sexuelles dans une posture d'écoute active

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- * Identifier les systèmes d'oppressions dans lesquels s'inscrivent les violences sexuelles ainsi que les représentations sociales qui existent autour des violences sexuelles
- * Comprendre les mécanismes généraux des violences sexuelles et savoir repérer les stratégies des agresseurs
- * Développer une posture d'écoute active et d'accueil féministe permettant de faire émerger le récit d'une personne ayant vécu des violences sexuelles
- * Repérer le réseau de professionnel·le·s et les associations engagés dans l'accueil et l'accompagnement des personnes victimes de violences sexuelles.

DATE : LUNDI 24 et MARDI 25 MARS 2025 (14h)

LIEU : Toulouse

COÛT : 500€ TTC



SEXUALITÉS, ET SI ON EN PARLAIT ?

“Est-ce que les lesbiennes peuvent aussi attraper des IST ?”

“Je suis enceinte, comment je peux faire pour avorter ?”

“J'ai mal quand j'ai des rapports, est-ce que c'est normal ?”

“Quelle est la meilleure contraception ?”

Il n'est pas toujours facile de répondre aux questions en santé sexuelle des personnes que l'on accompagne, de se sentir légitime, de créer un cadre d'écoute satisfaisant pour échanger sur les questionnements autour de leur vie sexuelle, de mettre des mots sur les questions de corps, plaisir, ou consentement, appréhender nos propres représentations sur les sexualités dans la réduction des risques sexuels. Cette formation vise globalement à sensibiliser les professionnel·le·s aux différentes dimensions des sexualités et à la construction d'une posture professionnelle adaptée pour accueillir, écouter et accompagner des personnes en matière de sexualité.

En 2023, 98% des stagiaires se sont dit·e·s satisfait·e·s voire très satisfait·e·s de la formation et estiment à 100 % la formation adéquate aux objectifs initialement fixés.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Être en mesure d'offrir un espace d'écoute et d'information sur les sexualités

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- * Identifier les représentations autour des sexualités, du genre, des orientations sexuelles et les normes sociales autour du consentement
- * Comprendre les mécanismes et les conséquences des systèmes de domination dans les sexualités
- * Acquérir ou actualiser ses connaissances autour des IST/VIH, des moyens de contraception et de l'avortement
- * S'outiller pour parler d'anatomie, de corps et de plaisir
- * Renforcer ses compétences à l'écoute active et sa posture professionnelle dans une approche positive des sexualités et de la réduction des risques sexuels

DATES : LUNDI 12 ET MARDI 13 MAI 2025 (14h)

LIEU : Toulouse

COÛT : 500€ TTC



& À LA CARTE...

VOUS SOUHAITEZ VOUS FORMER EN ÉQUIPE ?

Nous proposons sur commande des sessions de formation adaptées aux besoins spécifiques des structures. Nous pouvons construire avec vous une formation sur mesure autour de toute question relative aux vies affectives, relationnelles et sexuelles.

Une proposition pédagogique comprenant des objectifs de formation, ainsi que les modalités de formation (temporalité, durée, moyens alloués) pourront être définis conjointement en fonction des besoins repérés par les équipes.

Voici quelques thématiques pouvant faire l'objet de formations dédiées :

- * Écoute active (plus détaillée en page suivante)
- * Devenir animateur-ice PRODAS (plus détaillée en page suivante)
- * Animer un groupe de parole
- * Accueil des personnes trans
- * Modules d'approfondissement autour de la santé sexuelle
- * Créer une culture commune autour des violences sexuelles et sexistes (VSS) dans votre structure
- * Handicap et sexualités

Certaines de ces formations peuvent être pensées en collaboration avec des partenaires associatifs.

N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour que nous précisons ensemble votre demande.



ÉCOUTE ACTIVE -> 1 JOUR

L'écoute active est une technique centrale dans la pratique de terrain au Planning Familial. Elle est issue de l'approche centrée sur la personne (Carl Rodgers, psychologue humaniste étasunien) qui met l'accent sur le développement de la personne, ses émotions, et sa capacité à choisir son chemin de vie. La formation permet de comprendre les bases de l'écoute active et de s'expérimenter pour se sentir plus à l'aise à créer du dialogue et accueillir des récits concernant la vie affective, relationnelle et sexuelle, tout en travaillant sur ses propres représentations.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- * Développer une posture d'écoute active permettant de faire émerger des récits
- * Travailler sur les représentations
- * S'outiller pour faire face aux enjeux émotionnels dans les entretiens d'écoute

DEVENIR ANIMATEUR·ICE PRODAS -> 5 JOURS

Le ProDAS, ou PROgramme de Développement Affectif et Social, est un programme précoce de prévention et de promotion de la santé mentale qui vise à favoriser le bien-être et le vivre-ensemble en développant les compétences psychosociales des enfants et des adolescent·e·s, à l'origine en milieu scolaire mais qui peut s'étendre à d'autres structures et publics. La formation permet de découvrir de nouveaux outils d'animation : comment réguler le groupe, mieux gérer les interactions et les conflits, permettre aux enfants de formuler leurs ressentis, leur donner la parole, etc.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- * Avoir un référentiel théorique permettant d'appuyer sa pratique, d'élaborer et de défendre la mise en œuvre du ProDAS (organisation, progression, construction des thématiques, enjeux, ressources...)
- * S'approprier une posture d'écoute active qui favorise des interactions positives avec les enfants et les adolescent·e·s, les équipes éducatives
- * Reconnaître, identifier et définir le rôle des émotions et leur lien avec les besoins
- * Mettre en pratique l'animation d'activités et de cercle de parole axé sur l'expression de soi et des ressentis
- * Mettre en pratique des outils qui aident au développement des compétences psycho-sociales de chacun·e

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

contact@planningfamilial31.fr

Pour plus d'informations sur le Planning Familial 31, retrouvez-nous sur Facebook et Instagram ou sur notre site internet : <https://www.planning-familial.org/fr/le-planning-familial-de-haute-garonne-31>

