CAP VIAS

Travailleuses d'ESAT

Programme de formation

Mon corps, mes relations, mes choix

Un échange entre femmes pour parler de son corps, de ses relations et de ses choix

En bref

Public	Travailleuses d'ESAT Réservée aux femmes	**Prérequis**	Aucun
Lieu et modalité	En présentiel, dans votre établissement Déplacement France entière	**Effectif**	3 à 8 personnes
Durée	1 jour (6 heures)	**Dates et délais**	1 mois
Intervenante	Morgane de Zan, formatrice et sexologue clinicienne	**Tarif**	**1 200 €** Hors frais de déplacement TVA non applicable.

Objectifs

À la fin de la formation, les participantes seront capables de :

1. Comprendre son corps et son cycle, et savoir quand consulter
2. Choisir sa contraception et prendre soin de sa santé sexuelle
3. Reconnaître une relation saine et parler de son désir et de son plaisir
4. Faire respecter ses choix et savoir demander de l'aide

Contenu

Module 1 · Mon corps et mon cycle
Cycle menstruel, hygiène intime, quand et qui consulter

Module 2 · Ma contraception, ma santé
Choisir sa contraception si on en veut une, la consultation gynécologique, IST, contraception d'urgence

Module 3 · Mes relations
Relations saines et relations virtuelles, désir et plaisir, violentomètre adapté

Module 4 · Mes choix, ma sécurité
Autodétermination, consentement, prévention des violences, où chercher de l'aide

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques avec remise d'un PDF en FALC en fin de formation
- Exercices, études de cas, jeux, vidéo
- Méthodes active, expositive et interrogative

Moyens techniques

- Matériel d'animation et supports apportés par la formatrice
- Vidéoprojecteur, mur blanc, paperboard et salle adaptée au groupe par l'établissement

Modalités d'évaluation et documents

	Avant la formation	Pendant la formation	À l'issue de la formation	Après la formation
Évaluation	• Entretien d'analyse des besoins et des attentes	• Évaluation continue : observation de la participation et des exercices • Évaluation de la satisfaction des participants à chaud (questionnaire FALC)	• Évaluation finale de l'atteinte des objectifs	• Recueil de l'avis de l'établissement
Documents	• Recueil des besoins • Devis • Convention de formation • Conditions générales de vente • Règlement intérieur • Programme de formation • Convocation	• Supports projetés • Feuille d'émargement • Questionnaire de satisfaction à chaud FALC	• Supports en PDF FALC • Attestation de fin de formation (sous 10 jours ouvrés) • Certificat de réalisation • Facture	• Questionnaire de satisfaction à froid

Satisfaction : formation nouvelle, pas de données à ce jour.

Accessibilité

Pour toute demande d'adaptation (rythme, supports adaptés, etc.), contacter la référente handicap, Morgane de Zan, au moins 14 jours avant le début de la formation.

Adaptations possibles : outils et jeux adaptés, horaires flexibles, formation en demi-journées, rythme ajusté au groupe. L'accessibilité du lieu est vérifiée en amont.

Contact et devis

Morgane de Zan

07 44 41 50 90

morgane@capvias.fr

capvias.fr

Le contenu et la durée de la formation peuvent être ajustés selon les besoins de votre établissement : n'hésitez pas à me contacter pour en parler.