



Sécurité lors d'affectations à l'étranger

1. Contenu et méthodologie

Le cours s'adresse aux civilistes qui se préparent à accomplir une affectation à l'étranger. L'identification, la réflexion et l'évitement des situations dangereuses ainsi que la gestion personnelle du stress sont au centre du cours "Sécurité et stress". Le cours de 3 jours suit les dernières découvertes en matière d'éducation des adultes et présente ce que l'on appelle "Blended Learning", une forme mixte de formation en ligne et de cours en présentiel.

La matinée du premier jour est consacrée aux leçons en ligne, suivie l'après-midi par des tâches spécifiques liées aux différents lieux d'affectation de manière autodidacte des participants. Les sujets importants pour la sécurité comprennent la préparation du départ et les premiers jours dans le pays d'affectation, y compris les clarifications avec les organisations expéditrices. En outre, les risques de sécurité généraux et spécifiques aux pays lors d'affectations à l'étranger sont abordés, ainsi que les conditions culturelles, religieuses et sociales des pays d'affectation des participants.

Le deuxième et le troisième jour se déroulent sous la forme de cours en présentiel. Les résultats des tâches de la veille sont présentés et approfondis. L'accent est mis sur un comportement sûr dans les situations quotidiennes au travail, dans les loisirs et sur la route. D'autres thèmes centraux sont l'influence mutuelle de la sécurité et du stress, les facteurs de stress correspondants ainsi que les stratégies de réduction du stress.

Les thèmes suivants sont abordés pendant le cours :

- Responsabilité de la sécurité lors d'affectation à l'étranger
- Risques spécifiques de sécurité dans le pays d'affectation
- La sécurité dans la vie quotidienne
- Personnes agressives et criminalité
- La sécurité en route
- Sécurité des informations et des données
- Stress cumulatif et imminent

Sur le plan méthodologique, le cours est structuré de manière très interactive. À l'aide d'études de cas, de vidéos et de présentations, les contenus sont transmis et ancrés de diverses manières dans les discussions pédagogiques, les discussions en classe, les travaux de groupe et les jeux de rôle.

Les participants reçoivent des informations actuelles et spécifiques à leur pays d'affectation, ainsi qu'un document sur les sujets abordés et des lectures complémentaires. La plupart des informations seront disponibles en ligne.

2. Objectifs d'apprentissage

Après le cours, les civilistes sont en mesure de :

- Identifier les risques de sécurité et appliquer les mesures comportementales de base à cet égard
- Reconnaître les corrélations entre le comportement de stress et la sécurité personnelle et d'agir de manière à désamorcer le stress
- Etre conscient des constellations culturellement différentes et des situations difficiles et d'éviter spécifiquement les risques identifiés

3. Organisateur du cours

Ce cours de trois jours est dispensé par cinfo, le Centre d'information, de conseil et de formation pour les professions de la coopération internationale. Les animateurs sont tous deux des spécialistes des questions de sécurité et de stress dans divers contextes et bénéficient d'une longue expérience pratique.

4. Offres complémentaires

Du matériel de référence et de la documentation complémentaire sont à disposition des participants sur place. Après le cours, d'autres documents leur sont mis à disposition en ligne selon les besoins.

5. Lieu et dates des cours

Le cours se déroule en ligne le premier jour et au centre de formation CIVI au Lac Noir (FR) le deuxième et troisième jour. Les dates figurent sur le site internet du service civil (www.civi.admin.ch).

- Un lien de participation à la formation en ligne sera envoyé par courriel
- Toutes les informations sur le programme du cours et les coordonnées du centre de formation seront fournies au début du cours
- Cours en présentiel : logement au centre de formation CIVI du Lac Noir. Les chambres seront assignées lors de l'enregistrement
- À condition de le signaler à l'avance, il est possible d'arriver déjà la veille au soir si les transports publics ne permettent pas d'arriver avant 9h00 sur place

6. Durée du cours

3 jours

7. Langue

Le cours est dispensé en anglais.

8. À prendre avec soi

- Pour le cours, vous aurez besoin d'un ordinateur ou d'une tablette avec une connexion internet pour la partie en ligne (le téléphone portable est insuffisant pour la formation en ligne) et de votre propre matériel pour prendre des notes pendant les leçons en présentiel.
- Les installations sportives du centre d'instruction sont à disposition pendant le temps libre. Il convient donc de prévoir des vêtements de sport.
- Le centre de formation se situe à 1045 m d'altitude. Prévoyez des vêtements adéquats.
- À l'intérieur de la partie logement du Centre de formation, vous devrez porter des pantoufles.

9. Programme

Jour	Heure	Thèmes (sont adaptés selon le déroulement et les priorités du cours interactif)
1er jour en ligne	08:30 – 12:00	<ul style="list-style-type: none"> • Compréhension de base de la sécurité et du stress et de leurs influences mutuelles • Responsabilité de la sécurité lors d'affectation à l'étranger • Gestion de la sécurité du Département fédéral des affaires étrangères DFAE
	13:30 – 18:00	<p>Travail individuel en fonction des tâches :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Etude autonome des conseils aux voyageurs pour le pays d'affectation • Préparation d'une présentation individuelle « Facteurs de risque spécifiques par pays » • Contacter l'organisation expéditrice avec des questions spécifiques • Création d'un plan personnel de préparation et de départ ("To-Do-List") • Clarification des questions relatives aux absences prolongées (appartement, courrier, factures, assurances, etc.) • Noter toutes les questions qui se posent sur les tâches
2ème jour Centre du Lac Noir	jusqu'à 09:00	Arrivée
	09:15 – 18:00	<ul style="list-style-type: none"> • Présenter « Facteurs de risque spécifiques par pays » • Culture, religion et comportement social • Stress cumulatif et stratégies de gestion du stress • Outils utiles pour la mission • Planifier et préparer le départ en tenant compte de la sécurité et du stress. • La sécurité à l'arrivée et pendant les premiers jours. Aspects sanitaires particuliers • Sécurité dans un hôtel ou un appartement • Individu agressif en matière de sécurité • Risque de sécurité dans les foules
3ème jour Centre du Lac Noir	08:00 – 17:00	<ul style="list-style-type: none"> • Risques liés au fait d'être sur la route, de voyager en voiture • Situations d'accident dans la circulation • Traiter avec les autorités officielles (police, frontières, armée) • Contrôle de la circulation ou des personnes • Lutte contre la criminalité • Les risques de sécurité avec les appareils électroniques, les nouveaux médias et le monde virtuel • Stress imminent et premiers secours émotionnels (faire face à des expériences violentes) • Autres facteurs de stress possibles <ul style="list-style-type: none"> o a) au retour d'une mission o b) en cas d'isolement (pandémie, émeutes)
	env. 17:00	Départ