

## Exemple de programme de formation

### 1<sup>ère</sup> soirée :

**18h00-18h15 :** Accueil

Explication du cadre de la formation  
Leurs attentes sur post-it

**18h15-18h45 :** Brainstorming RdR versus Prévention

**18h45-19h10 :** Liste des risques liés à leurs soirées et les solutions qu'ils connaissent déjà (tableau risques-solutions)  
Explication du triangle set & setting sur les effets d'un produit  
Introduction du module gestes de premier secours

**19h10-19h30 :** Pause

**19h30-21h30 :** Module gestes de premiers secours (par un intervenant extérieur)

### 2<sup>ème</sup> soirée :

**18h00-21h30 :** A partir de leurs intérêts, aborder les différents risques suivants :

**± 40 min : Alcool**

Quiz alcool  
Entraide : good party friends

**Risques de l'alcool au volant**

Chiffres en Belgique, législations, usage de l'éthylotest

**± 45 min : Gestion de l'agressivité**

Partir de leurs vécus, d'exemples concrets et faire le lien avec les 4 types d'agressivité (instrumentale, par frustration, réactionnelle, pathologique)

Identifier les manières de réagir face aux différentes agressivités

**± 45 min : Risques sexuels**

Animation : comment bien mettre un préservatif  
Quiz IST

**± 20 min : Nuisances sonores**

A partir des bandelettes, aborder l'échelle du bruit, risques auditifs, bouchons d'oreille

**± 20 min : Conclusion**

Tableau risques-solutions (en tant qu'organisateur, en tant que fêtard)