

**Objectifs généraux de la FCC à Uniscité :**

- Développer la compréhension des grands enjeux de la société,
- Préparer les volontaires à devenir des citoyens actifs et responsables,
- Développer leur curiosité, l'envie d'apprendre et le sens critique,
- Développer leur capacité à rechercher et traiter l'information.

DANS LES HAUTES ALPES

Pour valider une Formation Civique et Citoyenne il faut suivre 2 journées complètes

1j = 50€ / 2j = 100€ - Attestation fournie pour un ou deux jours

Pour plus de renseignements alaubert@uniscite.fr

JANVIER

Jeudi 29 : Discriminations et Violences sexistes et sexuelles (VSS)

FEVRIER

Jeudi 5 : Santé mentale / Mes droits et mes devoirs

MARS

Jeudi 5 : Agir pour la citoyenneté et décryptage des institutions

Jeudi 12 : Agir pour la citoyenneté et décryptage des institutions

JUIN

Mardi 16 et Mercredi 17 Juin : Mon engagement, les Médias et la Santé Mentale

Le programme à Gap

JOUR 1

INTRODUCTION AUX DISCRIMINATIONS

Objectifs :

- Expliquer les mécanismes de construction des discriminations
- Définir et distinguer un stéréotype, un préjugé et une discrimination
- Préciser les recours existants

Distinction stéréotype / préjugés/ discriminations/ inégalités sociales - Découverte du mécanisme des discriminations- Cadre légal des discriminations

VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES

Objectifs :

- Être capable d'identifier les différentes formes prises par les violences sexistes et sexuelles (VSS) et comprendre l'ampleur du phénomène
- Comprendre les mécanismes des violences et le cycle de la violence
- Connaître les éléments clés du cadre légal des violences sexistes et sexuelles (VSS)
- Identifier des leviers d'action et des ressources mobilisables pour lutter contre les violences sexistes et sexuelles

JOUR 2

SANTÉ MENTALE

Objectifs :

- Définir la santé mentale
- Identifier et comprendre les éléments influençant la santé mentale
- Définir et identifier la souffrance psychique

carte mentale / cosmos mental / quizz / souffrance psychique et souffrance psychique au quotidien

MON ENGAGEMENT EN SERVICE CIVIQUE

Objectifs :

- Identifier les droits et devoirs des volontaires en Service Civique
- Inscrire son engagement dans un parcours de vie



Présentation du SDJES 05 - Le statut du volontaire en Service Civique - Droits et devoirs du volontaire - Valoriser son expérience de Service civique

Le programme à Gap

JOUR 3

AGIR POUR LA CITOYENNETE ET DECRYPTAGE DES INSTITUTIONS

AGIR POUR LA CITOYENNETÉ

Objectifs :

- Être capable de définir les notions d'engagement et ses différentes formes
- Etre capable d'identifier les ressources que je peux mobiliser pour m'engager
- Se sentir capable d'agir pour le monde dans lequel je vis

Les différentes formes de participation citoyenne - Photolangage et Débat mouvant autour de l'engagement - Comment agir pour la citoyenneté

DECRYPTAGE DES INSTITUTIONS

Objectifs :

- Connaître les différents partis politiques, leurs valeurs et histoires
- Identifier les différentes étapes d'une campagne électorale
- Identifier l'enjeu du vote sur la représentativité

Simulation d'une campagne électorale



Engagement, Médias et Santé Mentale

MON ENGAGEMENT EN SERVICE CIVIQUE

JOUR 1

Objectifs :

- Identifier les droits et devoirs des volontaires en Service Civique
- Inscrire son engagement dans un parcours de vie

Présentation de la formation et interconnaissance - Le statut du volontaire en Service Civique - Droits et devoirs du volontaire - Valoriser son expérience de Service civique

LES MEDIAS ET MOI

Objectifs :

- Etre capable de comprendre l'écosystème des médias (les médias et leur économie, les réseaux sociaux, les journalistes, la désinformation)
- Etre capable d'identifier ses propres biais influençant la construction de sa propre opinion
- Etre capable de mettre en œuvre son esprit critique dans la recherche et le traitement des informations médiatiques

Scrolling de l'info - Quiz autour des définitions - Les biais cognitifs - Analyse de dessins de presse - Mon média idéal (mise en situation)

SANTÉ MENTALE ET SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE

JOUR 2

Objectifs :

- Définir la santé mentale
- Identifier et comprendre les éléments influençant la santé mentale
- Définir et identifier la souffrance psychique
- Identifier les principaux ressources et obstacles au quotidien face à l'équilibre psychologique
- Identifier les émotions et les signes de détresse psychologique
- Comprendre comment prendre soin de sa santé mentale et faire face à la détresse psychologique

carte mentale / cosmos mental / quizz / souffrance psychique et souffrance psychique au quotidien / rencontre avec des partenaires

