



## PROGRAMME SAFE SPACES 2023-2024

**Des formations pratiques,  
basées sur le développement de compétences,  
pour créer des environnements professionnels  
épanouissants et respectueux**



# Formations Safe Spaces

PROGRAMME 2023/2024

## L'ATTENTION TRANSFORMATIVE

**Là où nous allons avec notre attention, c'est là où nous sommes vraiment.**

Ce sur quoi nous nous focalisons grandit. Si cela est vrai, ne devrions-nous pas faire très attention à ce sur quoi nous portons notre attention ? Notre attention est l'un des plus beaux cadeaux que nous puissions nous faire à nous-mêmes et aux autres. La qualité de notre attention peut être notre plus grand capital humain, mais comme pour toute compétence, elle nécessite un effort intentionnel et des aptitudes pour la développer et la faire croître. Cette formation expérientielle en trois parties nous amène tout d'abord à plonger dans ce qui constitue réellement l'attention et comment elle fonctionne mécaniquement, typologiquement et au niveau expérientiel. Après avoir approfondi notre connaissance et notre compréhension de l'attention, nous identifions les facteurs qui favorisent ou entravent une attention de qualité, pour nous-mêmes

et pour les autres. Nous explorons comment cela peut changer fondamentalement nos expériences vécues. Enfin, dans les applications de l'attention, nous explorons l'acte de demander et de choisir de donner de l'attention en vue d'une transformation personnelle et interpersonnelle.

**Ce que vous apprendrez:** après le cours, vous aurez une meilleure expérience de la vie quotidienne, une plus grande concentration et clarté, une plus grande maîtrise du « flow ». Grâce à une meilleure qualité d'attention, la capacité de réflexion, la prise de décision et la communication sont améliorées. Un sens plus profond de la présence à soi-même et aux autres émerge, ce qui permet de créer la vie que l'on souhaite vivre. Vous disposerez d'outils pratiques et d'un plan personnel pour développer une attention transformatrice.



1-2 Novembre 2023 journées entières sur place / 9:00 – 17:00  
3 novembre 2023 – demi-journée sur place / 9:00 – 12:00  
13 décembre 2023 (virtuelle) / 9:00 – 12:00

[Inscrivez-vous >>](#)

## LA FABRIQUE DE LA CONFIANCE

**Le management par les valeurs**

Les managers et les dirigeant.e.s sont des personnes occupées, et parfois les crises interpersonnelles dans le milieu du travail nous prennent par surprise. «Je ne l'ai pas vu venir » est arrivé à presque tous les managers à un moment donné et la confiance peut en souffrir – confiance en soi, dans les relations bilatérales, avec les équipes et dans l'organisation. Cette formation offre une occasion unique de se perfectionner sur la façon d'évaluer, de cultiver, de maintenir, de reconstruire (ou même simplement de parler) de la confiance dans le milieu du travail, notamment au niveau des équipes. La confiance est souvent vue à tort comme une notion polarisée de « tout ou rien », qualité d'équipe insaisissable sur laquelle nous avons peu ou pas de contrôle. Cette formation expérientielle offre aux managers et aux dirigeant.e.s une plongée profonde dans la science de la confiance et une voie pour devenir « confiant.e.s » et « compétent.e.s en matière de confiance » dans leur propre gestion des relations de travail (y compris envers la hiérarchie). Nous explorons comment devenir un facteur de confiance sur le lieu de travail en développant les connaissances, les compétences

et les attitudes nécessaires. En travaillant sur les valeurs personnelles et en les reliant aux valeurs et principes organisationnels; en identifiant et gérant les idées limitantes, les jugements et les préjugés inconscients; en favorisant habilement la sécurité psychologique et en créant un espace sûr pour le dialogue, cette formation apporte une capacité de gestion plus aboutie, fondée sur les valeurs avec un impact direct sur le bien-être professionnel, les compétences en leadership et même la performance au travail.

**Ce que vous apprendrez:** La compétence et la fluidité de la confiance sont acquises. Un plan d'action personnel pour la confiance sur le lieu de travail permet l'application immédiate des connaissances et des compétences. La confiance en soi dans son rôle de gestionnaire et leader est construite.

**Cette formation est actuellement délivrée en français à l'Etat de Genève. Elle est délivrée aux entreprises sur demande, en anglais ou en français. Elle comporte quatre demi-journées, une fois par semaine pendant un mois, afin de pouvoir mettre en pratique les compétences acquises chaque semaine entre les séances.**

Contactez-nous : [info@humanimpact5.ch](mailto:info@humanimpact5.ch)

## STRUCTURES LIBÉRATRICES

### Une introduction aux nouvelles frontières des réunions

Remettant en question le statu quo des réunions, les **Structures libératrices** apportent plus de sens et de magie aux formats conventionnels de réunions, d'enseignement ou de formation. La recherche montre à quel point nous avons besoin d'une approche nouvelle sur la manière de nous réunir avec plus de sens, de telle sorte que chacun participe pleinement et équitablement, où l'action, l'écoute et l'appréciation suscitent une meilleure qualité de réflexion. Les Structures libératrices redéfinissent les principes de base des « microstructures » de nos réunions, en proposant des modèles et des techniques qui

peuvent être combinés et assortis. Facile à maîtriser et totalement inclusive, il est difficile de revenir aux réunions traditionnelles après avoir expérimenté les Structures libératrices.

**Ce que vous apprendrez:** Après l'atelier, vous serez autonome pour commencer immédiatement à utiliser plusieurs techniques des Structures libératrices. Pour les débutant.es, les techniques de 1-2-4-all, Troika consulting, Impromptu Networking, Triz, et Heard, Seen, Respected seront parmi les techniques au menu.

**Ces ateliers sont délivrés sur inscription ou sur demande en entreprise. Consultez notre site web pour les dates à venir : [hi5safespaces.ch/training-formation](https://hi5safespaces.ch/training-formation)**

## LE TEMPS DE LA REFLEXION

### Cours de base

À quand remonte la dernière fois où quelqu'un vous a écouté.e pleinement, sans vous interrompre, jusqu'à ce que vous alliez aussi loin et aussi profondément que possible dans votre propre réflexion ? Nous pensons que nous devons offrir des solutions lorsque les personnes viennent nous demander conseil, mais souvent la solution est déjà en elles. Simplement, l'environnement dans lequel la pensée peut atteindre la solution ne se présente pas. L'environnement propice à la réflexion – « The Thinking Environment » – de Nancy Kline est une forme radicale d'attention et d'écoute qui donne du pouvoir et de l'autonomie à ceux qui en font l'expérience. Ce cours de base, co-animé par une personne accréditée « Time to Think », présente

les principes de base connus sous le nom des dix composantes d'un environnement propice à la réflexion – « Ten Components of a Thinking Environment® ».

**Ce que vous apprendrez:** Après l'atelier, vous serez en mesure d'utiliser les techniques fondamentales de l'environnement propice à la réflexion et de comprendre l'application des principes de base. Vous pourrez pratiquer l'application bilatérale (pairs de réflexion) et les formats de groupe (dialogue, tours de table, réunions, etc...) afin de pouvoir offrir aux personnes de votre entourage la meilleure opportunité de penser pour soi-même avec imagination, courage, et élégance.

**Contactez nous ou consultez le centre de formation pour connaître les dates et les prix. En 2023, cette formation sera dispensée en anglais uniquement.**

Visitez notre centre de formation pour plus d'informations : [hi5safespaces.ch/training-formation](https://hi5safespaces.ch/training-formation)

# Une série d'ateliers sur diversité, équité et inclusion en milieu professionnel

PROGRAMME 2023/2024

Derrière le brouhaha des articles des revues de gestion, des politiques institutionnelles, des déclarations et objectifs du développement durable se cachent les pratiques essentielles - souvent étonnamment simples - en matière de diversité, d'équité et d'inclusion (DEI) sur le lieu de travail. Cette formation se compose d'une série d'ateliers portant - sur les bonnes pratiques en matière de DEI dans l'environnement professionnel, allant des pratiques d'embauche et de gestion jusqu'aux interactions entre collègues. Elle apporte un regard neuf sur la DEI, non plus à travers le seul prisme de la conformité légale (*compliance*) ou de la responsabilité sociale des entreprises, mais à travers le prisme des valeurs humaines et du pragmatisme.

De nombreuses organisations ont conscience qu'elles devraient favoriser la DEI, mais le comment peut leur sembler décourageant, coûteux ou perturbateur. Cette série d'ateliers - qui peuvent être suivis individuellement ou dans leur totalité - vise à fournir les outils et le savoir-faire nécessaires à la mise en œuvre des bonnes pratiques de DEI.

Pour savoir ce qui convient et ce qui est efficace pour votre organisation, vous pouvez commencer par élaborer, piloter et adapter une première base de bonnes pratiques de DEI. Avant ou pendant la mise en place de programmes institutionnels plus larges de DEI, les organisations peuvent commencer par des actions significatives visant à améliorer

la diversité existante et, surtout, à réduire - voire supprimer - les obstacles, parfois invisibles, à l'inclusion. Les avantages d'une diversité bien gérée sur le lieu de travail peuvent être ressentis immédiatement.

**Cette série d'ateliers s'appuie sur des méthodes efficaces, éprouvées et innovantes pour que la DEI devienne une réalité pour tou.te.s dans l'environnement professionnel. Récolter les fruits de l'inclusion sur le plan de l'éthique, de la motivation, de la rétention des talents, des finances et de l'accès aux marchés, des actionnaires et des donateurs dépendra des actions entreprises qui se doivent d'être durables et en constante évolution, grâce à un cercle vertueux d'apprentissage.**

## POUR QUI?

Personnel RH, managers, chef.e.s d'équipe, points focaux pour la protection du personnel, personnes de confiance, représentant.es du personnel.

## QUEL EST LE FORMAT UTILISÉ?

Les ateliers allient aussi bien la théorie que la pratique, en s'appuyant sur la participation et l'expérience de groupe, et en combinant des exercices individuels, des travaux de groupe et des jeux de rôle. Les formateurs assurent un débriefing en bilatéral sur les exercices individuels.

## DURÉE?

Chaque atelier dure trois heures, avec des temps de pause. Le café et les collations sont inclus. Les règles sanitaires pour le COVID-19 peuvent être appliquées pour les sessions en présentiel.

## LANGUES?

Les ateliers se tiennent en anglais ou en français. D'autres langues peuvent être demandées pour les groupes.

## LES ATELIERS PEUVENT-ILS ÊTRE ORGANISÉS DIRECTEMENT SUR LE LIEU DE TRAVAIL?

Oui, sur demande.

## PUIS-JE ÊTRE FORMÉ.E POUR ANIMER MOI-MÊME DES ATELIERS DEI?

En 2023, nous avons ajouté la possibilité de suivre un module de formation de formateurs qui vous permettra d'être plus autonome dans votre rôle d'ambassadeur au sein de votre organisation. Veuillez nous contacter pour plus d'informations sur les dates et les prix. Avoir suivi l'ensemble de la série d'ateliers DEI est une condition préalable.

## J'AI DES BESOINS SPÉCIFIQUES. EST-CE QUE L'ENDROIT SERA ADAPTÉ?

Oui. Si vous avez des besoins spécifiques (ex. besoin de traduction en langue de signes, chaise roulante), nous vous prions de nous les communiquer afin d'aménager l'environnement.



**Ce que vous apprendrez:** À l'issue de l'atelier, vous aurez une bonne compréhension des avantages avérés et des principaux défis de la DEI ; vous aurez développé votre propre argumentaire en faveur de la DEI dans le milieu professionnel et vous aurez acquis les éléments nécessaires pour une mise en application personnalisée de la DEI sur votre lieu de travail. Il est recommandé de suivre cette session avant les autres ateliers.

## L'ESSENTIEL DE LA DEI SUR LE LIEU DE TRAVAIL

### Une introduction aux bases de la théorie et de la pratique

Un voyage à travers l'évolution de la DEI vous amènera aux recherches les plus récentes sur ses bénéfices et son impact. L'atelier fait le point sur les concepts de base, les diverses formes de diversité sur le lieu de travail, bien au-delà du genre, les domaines de discrimination et la manière de les aborder par le biais des bonnes pratiques. Si vous connaissez déjà la DEI, il peut s'agir d'une remise à niveau, et si vous êtes nouvellement intéressé.e par la DEI, c'est l'occasion de devenir partie prenante. L'atelier ouvre la voie à une approche pratique de la DEI sur le lieu de travail, quelle que soit votre position dans l'organisation.



15 Septembre 2023; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Grâce à cet atelier, vous vous reconnecterez à vos valeurs et vous vous sentirez capable de les incarner au quotidien ; vous disposerez également d'une technique simple pour appliquer l'exercice de clarification des valeurs dans les équipes et rendre les valeurs organisationnelles plus significatives, concrètes et mesurables. Vous aurez également une compréhension très claire de la confiance sur le lieu de travail et de la manière dont elle s'applique aux comportements et aux performances au quotidien.

## LES VALEURS ET LA CONFIANCE

### Diriger avec des valeurs personnelles et professionnelles qui renforcent l'inclusivité

Cet atelier s'adresse d'abord à l'individu et propose une voie pour clarifier ses valeurs personnelles et les connecter aux valeurs professionnelles et organisationnelles afin de les incarner. Il fournit des outils sur la manière dont la DEI peut être ancrée dans des valeurs unificatrices. Il prépare également le terrain pour les trois ateliers suivants sur les préjugés inconscients, le harcèlement sexuel et l'intervention des témoins.



13 Octobre 2023; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Grâce à cet atelier, vous aurez un aperçu de la façon dont les préjugés inconscients se manifestent dans diverses situations sur le lieu de travail et les avantages de les aborder ; vous aurez une vision personnelle de vos propres préjugés inconscients. Vous disposerez d'outils efficaces pour réduire les préjugés inconscients sur votre lieu de travail.

## LES BIAIS IMPLICITES

### A quoi pensons-nous ? Gérer au quotidien les préjugés inconscients au travail

Que se cache-t-il derrière ce que nous appelons souvent « intuition » ou « instinct » ? Dans quelle mesure nos interactions, nos choix et nos décisions sur le lieu de travail, ainsi que l'évaluation « objective » que nous en faisons, sont-ils enracinés dans notre véritable esprit rationnel et conscient ? Cet atelier vous mènera vers la compréhension, la mise en évidence, la remise en question et votre propre formation pour réduire les préjugés (ou biais) implicites dans vos interactions au travail. Il fournit une clé pour éliminer les obstacles à l'inclusion, à de meilleures performances et à la prise de décision.



10 Novembre 2023; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Grâce à cet atelier, vous aurez une compréhension claire du harcèlement sexuel et serez équipé pour y répondre ; vous disposerez d'un regard critique pour identifier les risques organisationnels et les mesures de prévention.

## PRÉVENTION DU HARCÈLEMENT SEXUEL

**C'est l'affaire de tou.te.s. Prévention du harcèlement sexuel à 360 degrés**

Il n'est pas toujours facile de parler de harcèlement sexuel et les clichés abondent. Au cours de cet atelier, nous commençons par briser les clichés avec des données récentes qui montrent à quel point tout le monde est concerné. L'atelier clarifie ce qu'est et n'est pas le harcèlement sexuel – des « zones grises » de l'expérience personnelle aux définitions légales. Il situe le harcèlement sexuel dans le cadre de la discrimination sur le lieu de travail et des obstacles à l'avancement professionnel, et aide les participant.es à comprendre ce qu'il faut faire si cela leur arrive ou si cela arrive à un.e collègue de travail. Les principaux facteurs de risque et les mesures de prévention sont abordés.



8 Décembre 2023; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Un aperçu personnel de votre système de valeurs qui peut vous aider à être prêt à intervenir lorsque la discrimination se produit autour de vous. Vous acquerrez la confiance nécessaire pour être un témoin actif, ainsi qu'un ensemble d'outils de base si vous avez l'intention d'introduire la pratique du témoin sur votre lieu de travail.

## INTERVENTION DES TÉMOINS

**S'exprimer, intervenir. Encourager les témoins actifs sur le lieu de travail**

Si vous avez déjà été témoin de harcèlement, d'intimidation ou d'autres comportements contraires à l'éthique et que vous avez ressenti un malaise, cet atelier est pour vous. Il vous aidera à vous connecter aux valeurs qui peuvent vous contraindre ou vous empêcher de faire ce que vous savez être juste. Il vous fournira les outils nécessaires pour être un collègue fiable, que ce soit en tant que témoin direct ou indirect. L'intervention du témoin est une des clés de la DEI et du maintien de lieux de travail respectueux.



19 Janvier 2024; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Vous repartirez avec une boîte à outils de techniques inclusives qui peuvent être adaptées à diverses réunions - bilatérales ou de groupe - en ligne ou en présentiel.

## RÉUNIONS INCLUSIVES

**La boîte à outils des réunions qui font la différence**

La sécurité psychologique est essentielle au bon fonctionnement des équipes et au développement personnel sur le lieu de travail. C'est ce qui permet au personnel de proposer des idées novatrices, de signaler les risques à atténuer et d'être simplement soi-même et à l'aise dans les réunions d'équipe. Cet atelier explore diverses techniques de réunions dans lesquelles toutes les personnes participent équitablement.



9 Février 2024; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)



**Ce que vous apprendrez:** Grâce à cet atelier, vous disposerez d'une checklist solide pour la mise en place d'une politique de DEI au sein de votre organisation ou pour réviser et affiner une politique de DEI existante ; d'une boîte à outils simple pour vérifier votre dispositif de plainte (y compris pour les sonneurs d'alertes) et pour mener avec confiance une séance de réception de plaintes.

## ANALYSE DE POLITIQUES DEI ET DISPOSITIFS DE SOUTIEN ET DE PLAINTES

**Où en sommes-nous ? Garantir la sécurité pour les mécanismes de plaintes et de soutien et comment recevoir une plainte**

Cet atelier est à bien des égards la « cerise sur le gâteau » de l'approche DEI. Il vise à passer en revue les points importants de votre politique DEI (ou Code de Conduite), les pièges et les meilleures pratiques en matière de mécanismes de plaintes concernant la discrimination et de risques psychosociaux. Il couvre les éléments de base d'une politique de DEI, fournit un cadre pour analyser les mécanismes de plaintes ou pour en construire un qui soit significatif et approprié. A travers des scénarios concrets, il développe la capacité de structurer et mener une séance de réception d'une plainte.



8 Mars 2024; Impact Hub Genève

**Version française :** 14h00-17h00. [Inscrivez-vous >>](#)

**Version anglaise :** 9h00-12h00. [Register >>](#)

**PRIX SPÉCIAL POUR LA SÉRIE COMPLÈTE D'ATELIERS DEI**  
[En savoir plus >>](#)



## RÉSERVEZ VOTRE FORMATION

Nous proposons des ateliers et des formations qui visent le développement de compétences pour construire des environnements professionnels éthiques, épanouissants et respectueux:

Formations et ateliers pour les individus, les organisations et les entreprises  
Consultez notre menu de formations et les dates, en anglais et en français :

[hi5safespaces.ch/training-formation](https://hi5safespaces.ch/training-formation)

**Vous avez besoin de plus d'informations ou vous souhaitez organiser une formation au sein de l'entreprise?**

[info@humanimpact5.ch](mailto:info@humanimpact5.ch)





## A PROPOS DE NOUS

HumanImpact5 - Hi5 (Hi5 Safe Spaces) est une Société à Responsabilité Limitée (SARL) basée en Suisse. Hi5 Safe Spaces s'efforce de créer, d'améliorer et de développer des espaces sûrs permettant aux personnes de s'épanouir dans leurs environnements de travail, de loisirs ou d'activités bénévoles. Nous proposons une gamme de conseils, de formations et de services directs. Les prestations de Hi5 Safe Spaces couvrent les domaines suivants : diversité, équité et inclusion (DEI) ; prévention du harcèlement et d'autres risques psychosociaux ; attention, confiance et sécurité psychologique ; personne de confiance en entreprise (ombuds).

[hi5safespaces.ch](https://hi5safespaces.ch)



SUIVEZ-NOUS !



[linkedin.com/company/humanimpact5-hi5/](https://linkedin.com/company/humanimpact5-hi5/)



[twitter.com/humanimpact5](https://twitter.com/humanimpact5)

