



« La violence, c'est pas toujours frappant, mais ça fait toujours mal » **Richard Leclerc**

OBJECTIFS :

Les gestes proposés dans cette fiche se situent dans un cadre "d'ultime recours", quand la situation devient dangereuse et que l'on n'a pas d'autre moyen de se dégager en urgence. **À l'issue de ces gestuelles de dégagement, il y a rupture de relation et il est nécessaire de fuir vers une "zone sécurisée".**

POUR QUI ?

Toute personne quelque soit son statut est en droit de se dégager d'une situation où son intégrité corporelle est en danger.

CARESSE DU POULPE

Mains ouvertes sur le visage.
Mouvement : de haut en bas avec alternance des mains.



TRACHÉE

Deux doigts serrés en crochet et j'appuie dans le trou de la trachée.

ENBARREMENT

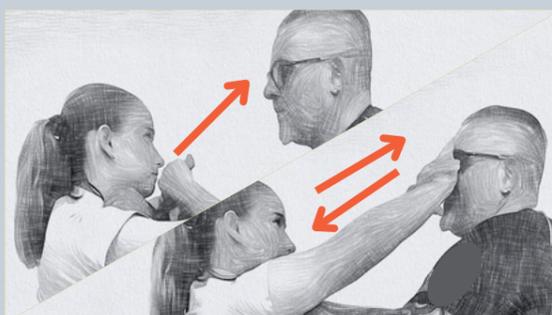
Il m'enlace. Embarrement latéral, main sur le côté opposé de l'agresseur et renforcement du bras par la seconde main.



POSITION D'APAISEMENT ET D'AUTO-PROTECTION

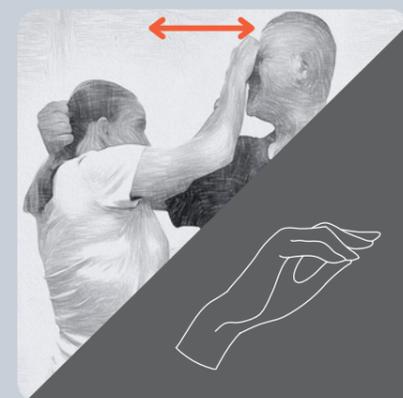
POMPE

Main l'une sur l'autre.
Mouvement : Je donne plusieurs coups jusqu'à ce que l'agresseur lâche prise.



BAISER DU CANARD

Mains serrées sur le bout des doigts.
Mouvement : frappe sur le visage.

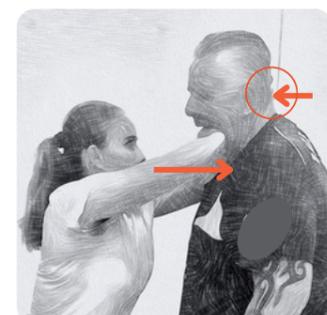


PRESSION OCULAIRE

Avec mes pouces je fais pression sur le nerf optique = lâcher prise.

MORSURE

Mouvement : Je pousse ma main dans sa bouche et j'appuie en même temps sur sa nuque avec l'autre main.



TIRAGE DE CHEVEUX

1 Mes mains sur ses mains.



2 Je me retourne vers l'agresseur puis j'appuie sur lui avec vos coudes (ou autre technique "Baiser de la mule").

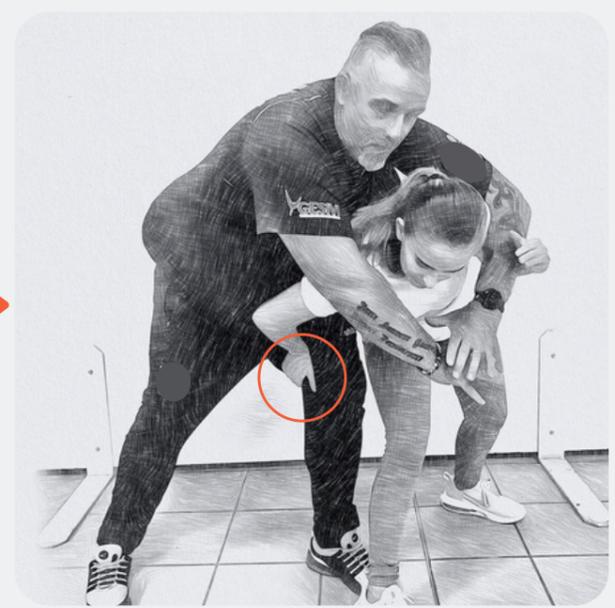


BAISER DE LA MULE

1 L'agresseur m'enlace.



2 Je me tourne pour pouvoir le saisir (attraper le muscle et le nerf).

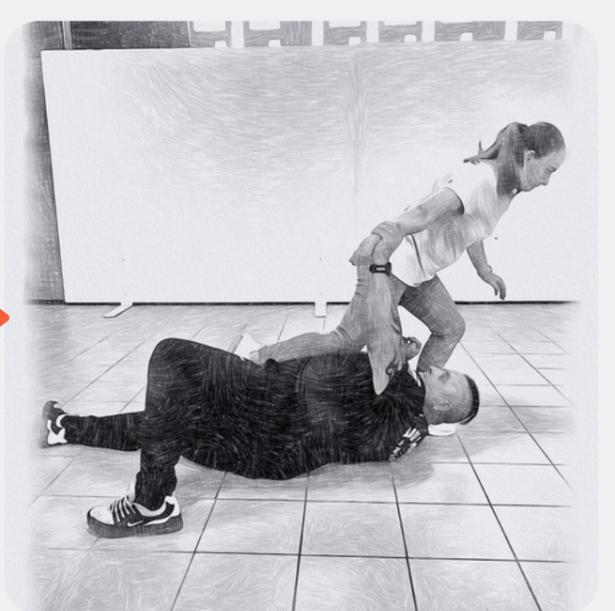


SAISIE AU SOL

1 Je ne tire pas, je vais dans son sens.



2 Je lui marche dessus pour qu'il lâche prise.



EN SAVOIR PLUS :

Connaître l'importance des principes fondamentaux : Distance / Apaiser / Respirer / Bouger disponible dans la fiche technique #5 "Posture Proactive".
Découvrir notre ouvrage sur le sujet : "GESTION DES SITUATIONS DE VIOLENCE OU L'INTERVENANT EN BONNES POSTURES".

G RETROUVEZ GESIVI SYSTEME SUR LES RÉSEAUX

Découvrez nos autres fiches techniques et toutes nos actualités sur :



La Newsletter



Le Catalogue



www.gesivi.fr



GESIVI SYSTEME



GESIVI SYSTEME

REMERCIEMENTS :



Alexandre Bouvier
Moniteur de sport de
combat et expert GESIVI



Océane Pineda
Apprentie en BTS MOS



Réalisation : Service communication SAS GESIVI SYSTEME 2024