

Atelier sensibilisation aux structures

La Sécurité

France Volontaires

Plateforme française des Volontariats Internationaux
d'Échange et de Solidarité

Sommaire

- 01 • Les différents risques. Les bons réflexes. Les acteurs. Prévention & gestion.
- 02 • Focus risques psychosociaux & santé mentale

01

La sécurité : Les différents risques. Les bons réflexes. Les acteurs. Prévention & gestion

Notions et définitions de sécurité

Sécurité

Situation dans laquelle une personne n'est exposée à aucun danger, à aucun risque, en particulier d'agression physique, d'accidents, de vol, de détérioration.

Etat d'esprit confiant et tranquille d'une personne qui se croit, se sent à l'abri du danger

Danger

Ce qui constitue une menace, un risque pour une personne

Risque La possibilité, la probabilité d'un fait, d'un événement considéré comme un mal ou qu'un dommage arrive, un danger potentiel, inconvénient plus ou moins probable auquel on est exposé, une exposition à un aléa.

Risque = danger X exposition. Un danger devient un risque lorsqu'on y est exposé

Menace

Par une personne qui a une intention de nuire, une malveillance visée

Vulnérabilité

Fragilité face aux risques. Faiblesse susceptible d'augmenter l'exposition à une menace ou à un risque

Notions et définitions

La probabilité correspond à la possibilité qu'un scénario se produise.

La gravité d'un scénario correspond à la mesure des conséquences néfastes

Echelle probabilité	
NIVEAU	
Quasi-certain	Critique
Très probable	Grave
Probable	Significative
Peu probable	Peu significative
Improbable	Mineure

Niveau de criticité

=

Probabilité

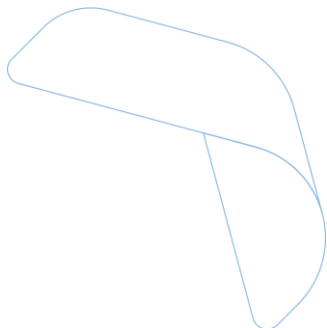
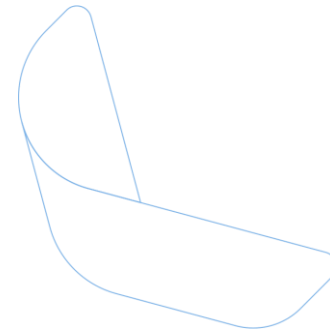
x

Gravité²

Notions et définitions

La sécurité concerne

- La sûreté (menaces) et la sécurité (risques)
- Les personnes et les biens
- La sécurité physique
- La sécurité sanitaire
- La sécurité mentale



La gestion des risques

Visa à choisir des mesures de sécurité adaptées pour :

- **accepter le risque** (pour des risques maîtrisés et de faible criticité, maintenir les situations de risques à un niveau gérable selon nos valeurs)
- **diminuer les risques** (leurs effets ou probabilité)
- **éliminer le risque**

Avec des mesures préventives : la connaissance des risques est un prérequis essentiel à leur prévention. Se préparer par une gestion des menaces et des vulnérabilités contribue à corriger les faiblesses avant qu'une menace ne les exploite, limiter l'exposition aux risques, suivre les recommandations de précaution et de préparation

Et des mesures de protection : en agissant efficacement en cas d'occurrence pour limiter les potentiels dommages, suivre les protocoles de gestion

Veiller/ surveiller, et réinterroger

La gestion des risques

Selon la gradation de la situation, ensemble les volontaires et les structures :

En situation verte: Pas de contrainte particulière

En situation changeante/tendue:

Vérification du souci commun de sécurité

Recherche d'infos régulières

En situation inquiétante: consignes de sécurité strictes. Recherche d'infos soutenues, suivi resserré des volontaires, préparation ou anticipation des potentielles actions

En situation de crise: actions (comme l'évacuation), suivi psychologique des volontaires

Les acteurs de la sécurité des volontaires en mission

= Une responsabilité partagée

- Les volontaires eux-mêmes
- Les Structures d'envoi
- Les Structures d'accueil
- Les Postes diplomatiques
- Le CDCS- Centre de crise et de soutien
- Les Représentations de France Volontaires

Les acteurs de la sécurité des volontaires en mission

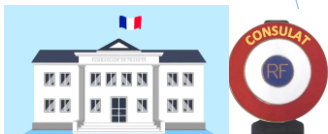


Les volontaires signent **un contrat avec France Volontaires** ou **un organisme d'envoi agréé** qui est en charge de leur sécurité et les accompagne pendant leur mission (*accueil/installation/briefing sécurité pays, puis avec des entretiens obligatoires pendant la mission -en début, milieu et fin de parcours*).

- A France Volontaires, les interlocuteurs légitimes et personnes ressources de proximité sont les **Représentants nationaux**, et les **Espaces Volontariats**.
- Aussi **les responsables des structures d'accueil** au sein de laquelle évolue le volontaire **au quotidien**



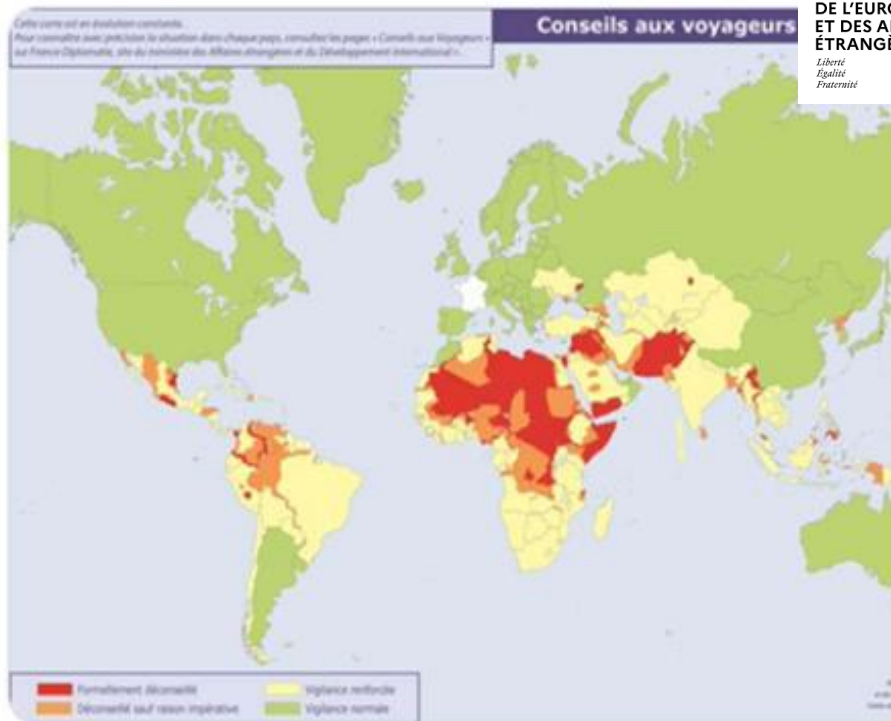
A France Volontaires *une ligne d'urgence* est ouverte 7j/7 24h/24 en cas de besoin. Ouverture d'une *cellule de crise*. En cas d'incidents, France Volontaires décide des dispositions qui s'appliquent conjointement avec



L'Ambassade + le Centre de Crise et de Soutien du Quai d'Orsay :
(directives de confinement, évacuation, rapatriement, gel des mobilités...)



Le MEAE fixe les recommandations liées aux déplacements internationaux et internes



Cartes et zonages de vigilance

Conseils aux voyageurs

Principe de précaution

zone rouge: Pas de volontaire.

zone orange: déploiement et séjour à motiver selon un motif impérieux (dérogation exceptionnelle)

Les cartes sont disponibles par pays et par grandes régions
Afrique - Afrique du Nord / Moyen Orient - Asie / Océanie

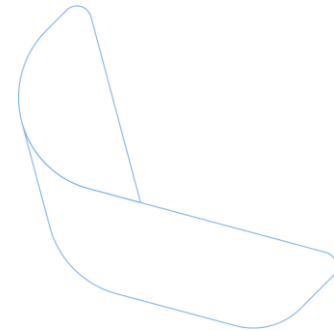
La symbologie utilisée est la suivante :

- rouge : formellement déconseillé
- orange : déconseillé sauf raison impérative
- jaune : vigilance renforcée
- vert : vigilance normale

Mesures préventives



Les consignes génériques obligatoires- à l'arrivée



Le volontaire a l'**obligation de s'inscrire** :

- Sur Ariane avant le départ
- Auprès des services de l'immigration/préfecture dès son arrivée
- Auprès des services compétents de l'Ambassade de France (ou du pays de sa nationalité) sur le registre des Français établis hors de France
- Prise de contact avec le chef d'îlot dont les coordonnées lui auront été fournies à cette occasion (via EV /FV).
- D'être à jour de ses assurances (logement).

Actualiser ses informations personnelles et administratives

- ayants-droits, déménagement, numéros joignables
- titre de séjour/visa

Les consignes génériques obligatoires durant le contrat du volontaire

Volontaires et Structures d'Accueil

- Se conformer au **protocole** et **directives** de FV ou de la Structure agréée, du Poste Diplomatique, du MEAE
- Adopter **les bons réflexes**, préventifs au quotidien, et en cas d'occurrence
- **Diversifier les sources d'informations**
- Notion de **perception du risque différent**
- Sensibiliser le volontaire à sa **juste posture**
- Partager **les ressources** pour gérer le stress ou la fatigue
- Communiquer et être attentifs aux 1ers signaux qui doivent alerter et les signes durables

LA CARTOGRAPHIE DES RISQUES

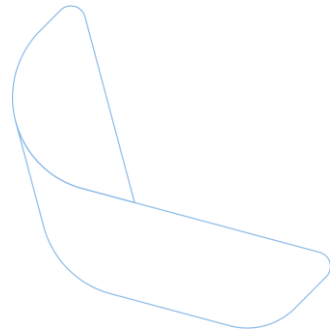
- Dangers de la vie quotidienne dont les déplacements routiers/les transports ;
- Risques environnementaux & naturels ;
- Risques technologiques ;
- Risques politiques, liés aux crises & conflits, instabilité ;
- Risques de trouble à l'ordre public (émeutes) ;
- Les menaces terroristes ;
- La criminalité (agressions et violences) ;
- Les menaces cyber ;
- Risques sanitaires ;
- Les risques psychosociaux & la santé mentale.

Les risques possibles en mission

- Risques extérieurs; menaces collectives
- Comportements individuels à risques



RISQUES POLITIQUES ET SOCIAUX PILLAGES, TROUBLES CIVILS MOUVEMENT DE FOULE ARRESTATIONS



Les consignes , les bons réflexes à partager avec les volontaires

De manière générale, **éviter les foules et les attroupements**, se tenir à l'écart des rassemblements, même ceux qui paraissent festifs.

En période de tension, ne pas se joindre aux mouvements sociaux et manifestations militantes.



AGRESSIONS ET VIOLENCES

- Les vols à l'arraché dans la rue, au distributeur de billets
- Car-jacking, home-jacking
- Actes terroristes
- Enlèvement
- Agressions physiques, dont violences et agressions sexuelles (VSS)



Les consignes, les bons réflexes à partager avec les volontaires

- **Informier**

- Ne pas sortir seul tard la nuit
- Contourner des rues mal ou peu fréquentées, peu éclairées
- Informer de son itinéraire / Garder contact avec ses amis et entourage sur ses itinéraires

- **Apprendre par cœur les contacts utiles et numéros d'urgence**

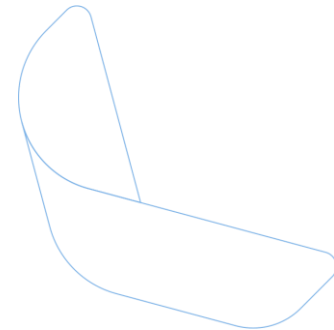
- Garder son calme, adopter une attitude de soumission, ne pas résister (aux coups, vol)
- Ne pas porter d'objets de valeur/Ne pas transporter sur soi une somme d'argent importante
- Avoir une petite somme d'argent/ Laisser l'agresseur se servir (vol)
- Protéger ses organes vitaux
- Faire des gestes lents et précis en gardant les mains en évidence

- **Logement et bureaux**

- Signaler tout dysfonctionnement (problème d'électricité, fuite d'eau, chauffage/gaz, fermeture des fenêtres/portes etc.)



LES ACCIDENTS DE TRANSPORTS



Les consignes , les bons réflexes

Lors de déplacements : se munir :

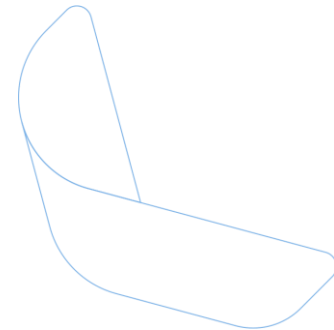
- Passeport et visa à jour
- Ou une photocopie en couleur certifiée par la mairie ou un notaire / numérisation
- Carte consulaire
 - Permis de conduire international et papiers du véhicule en règle (si déplacement en voiture)
 - Vérifier l'état du véhicule (personnel ou en transport en commun)



Structure d'accueil, comment réagir face à un incident impliquant un-e volontaire ?

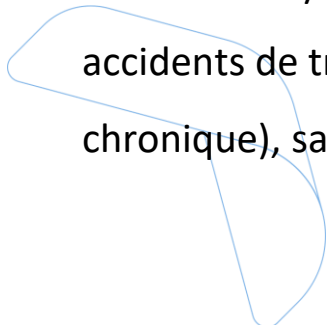
Objectif : Permettre une réaction rapide, adaptée et coordonnée en cas d'incident touchant un-e volontaire, qu'il s'agisse de sécurité physique, sanitaire ou mentale.

Mesures curatives et correctives



Transmettre un Rapport d'incident

- **Tout incident impliquant un volontaire doit être signalé** à France Volontaires, au tuteur de la structure d'accueil, à la Structure d'envoi
- Les incidents/accidents à signaler incluent sans être exhaustif : les accidents physiques (blessures, accidents de transport, agressions), incidents médicaux (hospitalisation, maladie grave ou chronique), santé psychologique, etc.



1^{er} réflexe : Assister le volontaire

Évaluer l'urgence : *Le volontaire est-il en danger immédiat ? A-t-il besoin de soins ou d'une protection immédiate ?*

Apporter une assistance directe : Mettre la personne en sécurité si nécessaire. Contacter les secours locaux si la situation l'exige (urgence médicale, agression, etc.).

Écouter activement : Prendre le temps de comprendre précisément les faits en demandant ce qui s'est passé, où et quand, qui est impliqué, comment cela a commencé

⚠ Ne pas minimiser les ressentis du volontaire, même si la situation semble floue

Second réflexe : Informer le référent sécurité de FV ou de la Structure d'envoi et l'Espace Volontariat le plus tôt possible

Contactez immédiatement le référent EV par téléphone ou message vocal, même en dehors des heures de travail si la situation est grave.

Un rapport d'incident : Transmettre les éléments factuels recueillis. dans les 48h suivant l'incident

Le référent sécurité de l'EV/FV indiquera le protocole à suivre et les étapes suivantes à mettre en place avec vous.

Le cas échéant, aider à porter plainte devant les autorités compétentes

Dès que je peux

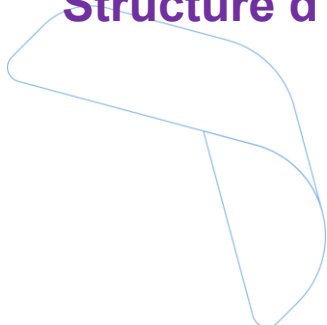
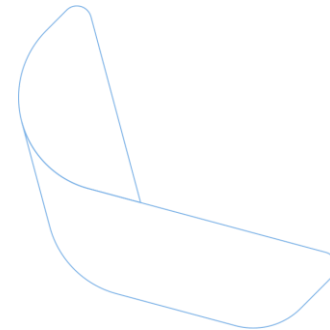
(se) Mettre en sécurité.

Effectuer une visite médicale.

Prévenir la police. Porter plainte.

-> Aider le volontaire dans ces démarches, en lien avec FV/EV, et la

Structure d'envoi.



Connaitre et communiquer sur :

⇒ Son entourage, ses relations de confiance, ses référents



⇒ Ses déplacements inhabituels /occasionnels : Informer la structure d'accueil et d'envoi pour tout déplacement – même sphère privée weekends/congés-vacances

Où va le volontaire? quand sera-t-il de retour? avec qui il va? où séjourne t-il?

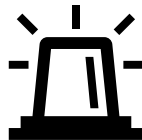


=> Apprendre les numéros d'urgence et contacts utiles et **connaitre les canaux de communication**



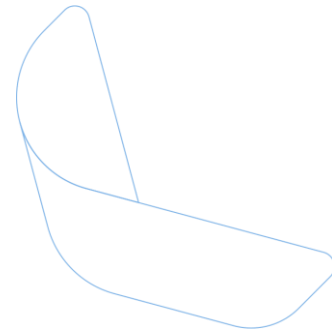
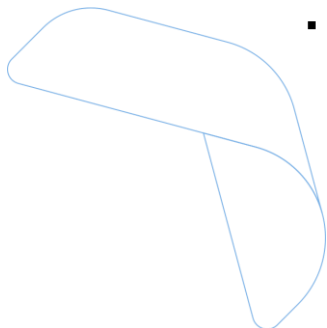
Mesures de protection

EN CAS DE CRISES



Les consignes

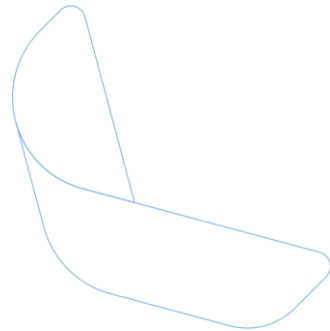
- (Se) signaler dès que possible
- **Suivre les consignes de sécurité de l'Ambassade de France et de FV**
- Se tenir informer
- Constituer (au préalable) **un kit de survie** (confinement) ou **sac d'évacuation**



AUTRES RISQUES...

Sur internet

- Arnaques, téléchargements accidentels ou illégaux
- Cybersexisme
- Publication de photos et d'information personnelles / intimes
- Piratage
- Hate speech
- Fake news /désinformation



LA JUSTE POSTURE DU VOLONTAIRE

NE PAS EXPOSER / S'EXPOSER



Toujours demander l'autorisation avant de prendre une personne en photo
Souvent interdit de prendre des photographies des sites sensibles



Politique de **protection des personnes vulnérables**, ne pas exposer et nuire



Observer un devoir de réserve (prise de positions, sphère publique et privée)



Soigner son image sur les réseaux sociaux

US & COUTUME/ Interculturalité



Sensibiliser le volontaire sur les points suivants :

- Avoir une **attitude respectueuse** des us & coutumes locales, des pratiques religieuses, des traditions, des codes et comportements implicites
- Vivre la **découverte Interculturelle**, parfois choc culturel et vs. valeurs/fenêtre de tolérance
- La **règlementation locale** comme pour la consommation de stupéfiants prohibée et réprimée

Prévenir, sensibiliser et informer le volontaire

sur:

- ⇒ **Son pays d'accueil:** La culture du pays, son Histoire, ses codes, ses mœurs, ses lois
- ⇒ **Les lieux à éviter**, en fonction de la période de la journée (tombée de la nuit) , de la saison (pluies fortes...)
- ⇒ **L'évolution** de l'environnement immédiat => Réévaluer régulièrement selon le contexte /les actualités
- ⇒ **Sur l'activité** qu'il est amené à effectuer : Il y a-t-il une précaution particulière à prendre?

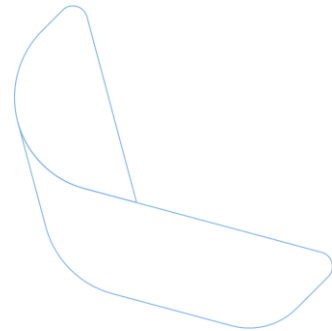
Veiller à ce que le volontaire garde un comportement respectueux et approprié

L'aider à discerner, de ne pas prendre des risques inutiles, d'être conscients de leurs propres limites

Être attentifs ensemble, sans créer un stress, une angoisse ou une hypervigilance

L'ennemi de la sécurité est la routine avec l'impression d'être « en maîtrise »

RISQUES SANITAIRES

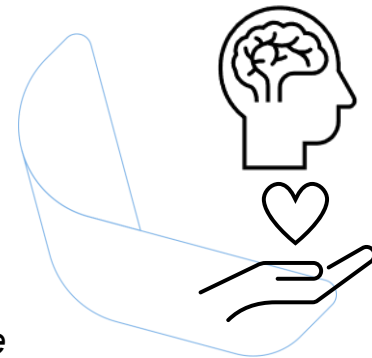


Les consignes , les bons réflexes pour le volontaire

- Vaccins à jour - Maladies tropicales
- Dormir sous moustiquaire et suivre un traitement préventif ponctuel dans certaines zones
- Ne pas nourrir ou caresser les animaux dans la rue
- Bien se nourrir, Ne pas manger la nourriture ou les boissons non protégées, bien laver la nourriture
- Bien se soigner
- Éviter les comportements et situations à risques
- Protection contre les MST et les grossesses non désirées
- Non Consommation de stupéfiants

02

Focus Santé Mentale & risques psychosociaux



LA SANTÉ MENTALE

Grande cause nationale du Gouvernement depuis 2025 et renouvelée en 2026: *faire de la santé mentale une réalité tangible dans la vie quotidienne de chacun*

Définition de ***l'Organisation Mondiale pour la Santé (OMS)***

*La santé mentale est la recherche d'un équilibre entre toutes les dimensions de notre vie : émotionnelle, psychique, physique, sociale, spirituelle, économique.. **Notre santé mentale est influencée par nos conditions de vie (logement, activité, ressources, etc), les événements marquants de notre vie (rencontres, deuils, séparations, etc), la société dans laquelle nous vivons et nos valeurs personnelles***





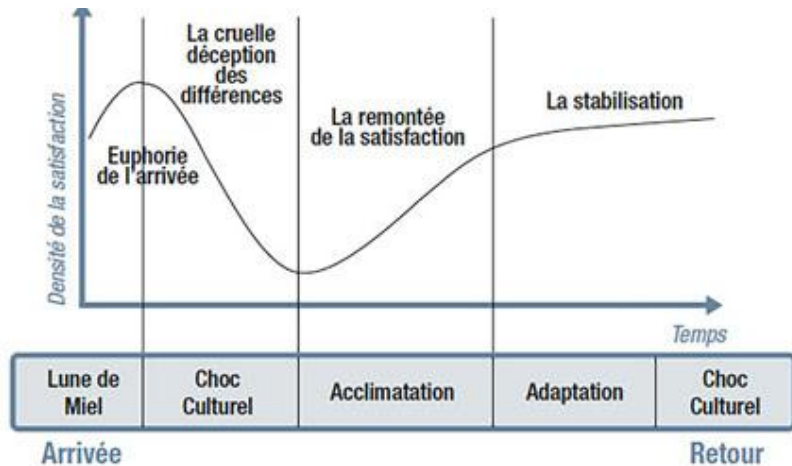
Baromètre de la santé mentale

SIGNES	EN SANTÉ	EN RÉACTION	FRAGILISÉ(E)	EN ÉTAT CRITIQUE
	Être posé - Calme	Anxiété - Tristesse occasionnelle	Anxiété - Tristesse envahissante	Anxiété constante - Dépression - Idées suicidaires
	Sens de l'humour	Irritabilité - Sarcasme déplacé	Colère - Cynisme	Excès de colère - Agressivité
	Vivacité d'esprit	Oublis - Pensées intrusives	Indécision - Manque de concentration	Incapacité à se concentrer
	Sommeil réparateur	Sommeil perturbé	Sommeil agité, cauchemars	Trop ou manque de sommeil
	Rendement soutenu	Sentiment d'être surchargé - Procrastination	Sentiment d'être débordé - Piètre performance	Incapacité à faire ses tâches
	Confiance en soi, en les autres	Doute de soi	Doute des autres	Méfiant
	Se sentir bien	Tensions et maux de tête	Douleurs physiques	Maladies physiques
	Bon niveau d'énergie	Manque d'énergie	Fatigue	Épuisement
	Actif physiquement	Activités physiques réduites	Inactif physiquement	Léthargie
	Actif socialement*	Contacts sociaux réduits*	Contacts sociaux évités*	Interruption des contacts avec ses proches*
	Consommation occasionnelle et sociale	Consommation régulière mais contrôlée	Consommation difficile à contrôler	Abus ou dépendance

Quelles actions mettre en place?

STRATÉGIES	Maintenir ses activités	Récupérer : ralentir - se reposer	Reconnaître qu'il faut agir	Consulter un professionnel rapidement
	Pratiquer la pleine conscience	S'outiller pour préserver sa santé psychologique	Récupérer : éliminer les tâches non essentielles	Se confier à un pair ou une personne de confiance*
	Cultiver ses liens sociaux*	Identifier les difficultés	Se confier à un pair ou une personne de confiance*	Considérer un arrêt de travail
		Agir sur ce qu'on peut changer	Maintenir le contact avec ses proches*	Reprendre contact avec ses proches*

LE CYCLE DE L'EXPATRIATION

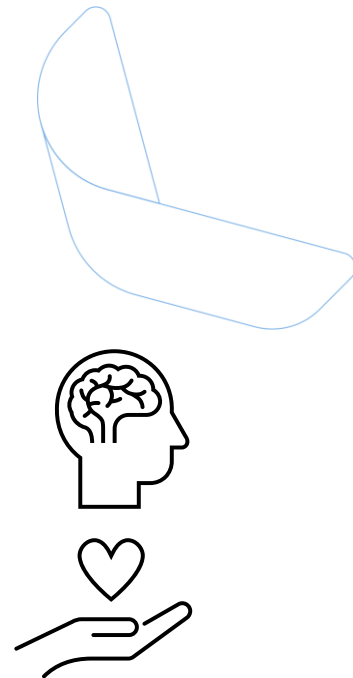


- Le cycle de l'expatriation, énergie d'adaptation
- L'investissement (au service/être utile/le sens/la cause), la désillusion
- L'isolement social, l'éloignement de ses proches
- La perte de repères/de ressources/ sortir de sa zone de confort et de ses habitudes
- L'exposition au(x) stress
- Les environnements exigeants et à risques

RISQUES PSYCHOSOCIAUX / SANTÉ MENTALE

Les consignes , les bons réflexes pour le volontaire

- (lui permettre de) Se reposer, se ressourcer
- Attention au surinvestissement
- Connaître et agir sur les différents stress :
 - Stress de compassion
 - Stress de fatigue,
 - Stress post-traumatique
 - ...



LES DIFFERENTS STRESS

LE STRESS EST UNE NOTION SUBJECTIVE, puisqu'il agit de façon différente en fonction des individus. Chacun son seuil de tolérance

LE STRESS POSITIF : phénomène **normal, naturel et utile à la survie**. Réponse de l'organisme agressé :

Fuir ou lutter contre le contexte d'agression

Procure de la **motivation** énergie pour **lever les défis** et agir efficacement aux situations exceptionnelles et de **productivité ponctuelle**. Attention qu'il ne soit pas permanent, à défaut nous entrons dans un stress dépassé qui demande d'agir.

LE STRESS D'ADAPTATION : effort fourni par chaque personne pour **s'intégrer, et s'adapter** à une nouvelle situation. **Changement dans l'environnement quotidien, de mode de vie, les habitudes, les repères....** En mobilité à l'international ce stress prend une forme imprévisible lié au choc culturel.

LE STRESS DE FATIGUE DE COMPASSION : émotions intenses – Il s'agit d'une **surcharge émotionnelle** au contact d'acteurs locaux **dans des situations de vie différentes. Confrontation à la souffrance, la pauvreté, la maladie, parfois la violence.... Cela vous confronte à un sentiment d'impuissance.**

LE STRESS CUMULATIF : Comme une calculatrice qui va additionner tous les petits et grands stress, les ennuis, contrariétés de la vie, pressions frustrations personnelles ou professionnelles. Il se développe lentement mais **peu émerger rapidement si :**

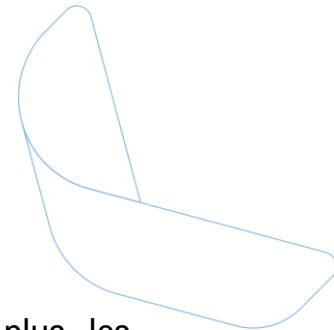
- les possibilités de récupération sont insuffisantes (sommeil, vacances, loisirs, sentiment d'insatisfaction...)
- avec des **facteurs de vulnérabilité (fragilité émotionnelle, des expériences émotionnelles complexe notamment traumatique dans les années précédentes et si elles n'ont pas été accompagnées, digérés, assimilées).**

LE STRESS INTERNE : **facteurs internes relevant de ce qui est intérieur à la personne** (ses pensées, attentes, son histoire, ses joies, ses peines, ses angoisses... : ce qui a été laissé en partant, émergence des difficultés de l'expatriation, anxiété, dépression, consommation d'alcool et/ou drogue, la fuite des problèmes, l'introversion....

LE STRESS DU RETOUR (choc culturel inversé).



LE SEUIL DE TOLERANCE

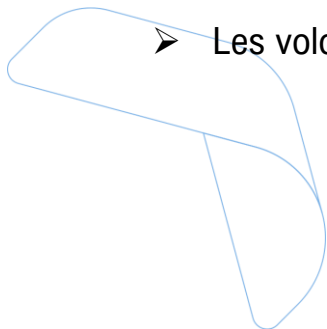


IL RENVOI À NOS PROPRES LIMITES, au-delà desquelles nous ne tolérons plus les sollicitations excitations, stimulations intérieures et extérieures.

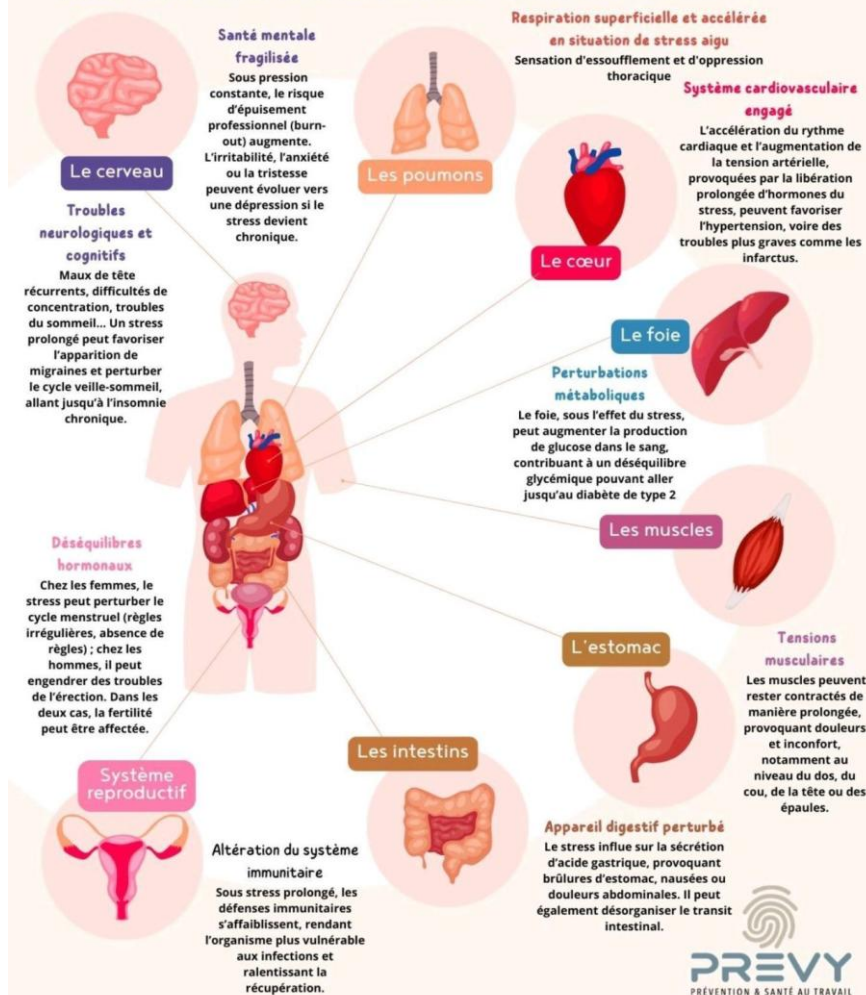
Cela renvoi à l'image d'une fenêtre. Plus la fenêtre est ouverte, plus notre seuil est élevé et supportons mieux les frustrations, sollicitations, contrariétés, regard, jument, contraintes....

Lorsque l'on se sent mal, il faut « ouvrir la fenêtre » pour mieux mieux vivre.

➤ Les volontaires doivent utiliser leurs ressources pour faire "grossir" le seuil de tolérance.

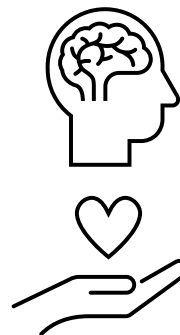


LES EFFETS DU STRESS SUR LE CORPS

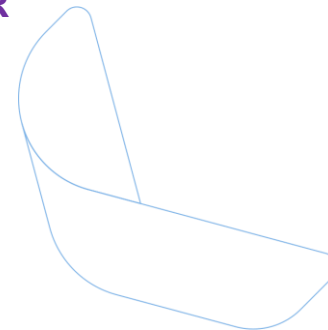


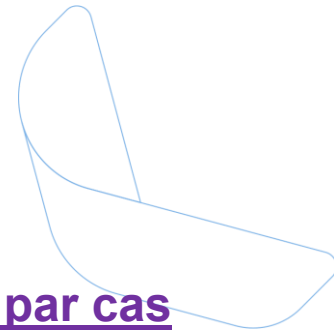
Être attentifs aux signaux

- **Être vigilants aux 1ers signaux** de stress, de fatigue, de dégradation de sa santé, de mal-être, de changements de comportements
- Lui éviter de rentrer dans un conflit **relationnel**
- **Lui permettre de se reposer**, de prendre des congés, **de prendre du recul** ou **de s'aérer** en fonction de la situation
- **L'accompagner** en cas de mal être persistant ou vécu traumatique



ÊTRE ATTENTIFS ENSEMBLE ET ACCOMPAGNER

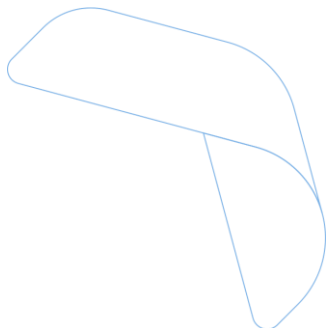




Des mesures complémentaires sont envisageables au cas par cas

Selon les instructions la structure d'envoi agréée :

- Une prise en charge psychologique ou médicale
- Des adaptations ou une mise à l'écart temporaire du volontaire de son lieu d'activité



DES RESSOURCES (SANTE MENTALE)

- **PSYCOM** organisme qui informe, oriente et sensibilise sur la santé mentale : répertoire lignes d'écoute, brochures des troubles psychiques, articles de presse, témoignages, outils de communication,,,,
- **PSSM** : association soutenant le secourisme en santé mentale.... : actualités, dossiers spéciaux, carnets du secourisme, podcasts...
- **PARLONS SANTE MENTALE**: site officiel du gouvernement : conseils, aides, paroles d'experts, ressources...



Qui sommes nous ?

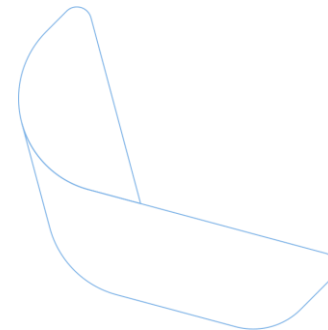
PSSM France est une association à but non lucratif qui a été fondée en 2018. Elle a adapté au contexte français le programme de formation international Mental Health First Aid® (MHFA®), dont elle est la seule à obtenir la licence en France.

Nous connaître →

Notre histoire →



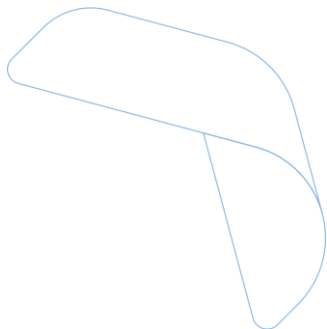
LES RESSOURCES DE REFERENCES (Sécurité FV)



En 2025

France Volontaires dispose de son propre protocole de sécurité et élabore des **ressources pédagogiques accessibles** - en 3 langues- pour les futurs volontaires et les structures agréées

FV a réhaussé son **cahier des charges de formation** des volontaires (Préparation Au Départ) constituant un cadre de référence pour toutes les structures agréées





ES Concientización sobre la violencia sexual y de género

14 vues • il y a 8 mois



FR La sécurité dans le V.I.E.S : une responsabilité partagée, des règle...

156 vues • il y a 8 mois



GB Introduction to the well-being of volunteers on mission

38 vues • il y a 11 mois



Le volontariat à l'international : préparation et accompagnement avant mission

➔ Première étape du suivi



3:56

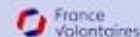


L'accompagnement du volontaire dans son parcours d'engagement à l'international

➔ Le suivi-accompagnement
pendant la mission



4:14



Le volontariat en fin et au retour de mission

➔ Accompagner les volontaires
pour la suite de leur parcours



3:33

FR Le volontariat international : le suivi-accompagnement à l'arrivée ...

147 vues • il y a 8 mois

FR Le volontariat international : après la mission

229 vues • il y a 8 mois

EXEMPLES D'AUTRES RESSOURCES DISPONIBLES



Santé, hygiène et stress:

<https://www.youtube.com/watch?v=aZuo7K2L4G4>

La sécurité au quotidien:

<https://www.youtube.com/watch?v=eRgpl2KGFkU>

La clé de votre sécurité: votre comportement:

<https://www.youtube.com/watch?v=4NEkwKzJbM8>

Numéros utiles:

<https://www.youtube.com/watch?v= Smc7RzNhMc>

Merci de votre attention.

contact@france-volontaires.org

www.france-volontaires.org

6, rue Truillot - BP220
94203 Ivry sur Seine Cedex, France

