

Formation - Sexisme et Discriminations au travail

Explorer les enjeux du sexisme et des discriminations au travail, afin d'agir au sein de son organisation pour réduire les inégalités

Egalité femmes-hommes

Lutte contre les discriminations

CODE : 70624 | Mise à jour : 20/11/2025

Objectifs

- Comprendre et identifier la mécanique sexiste et les rouages psycho-sociaux associés, et leur contribution aux inégalités dans le milieu professionnel
- Débusquer les angles morts et les raccourcis de notre cerveau pouvant induire des suppositions fausses sur le monde qui nous entoure
- Connecter des statistiques discriminatoires à des vécus
- Explorer de manière expérientielle et introspective sa propre expérience sociologique
- Se positionner et formuler un argumentaire constructif sur les enjeux, limites et leviers à la réduction des inégalités au travail
- Analyser les stéréotypes de genre dans le monde professionnel
- Co-construire des pistes d'amélioration concrètes

Contenu de la formation

La formation permet aux participant·es de comprendre et agir sur le sexisme et les inégalités du milieu professionnel. Sous la forme d'ateliers ludiques d'intelligence collective, les équipes ressortent outillées afin de promouvoir un environnement de travail inclusif et bénéfiques pour tous·tes.

Méthodes pédagogiques

Formée aux méthodes de communication non-violente et d'éducation populaire, j'applique des principes de coopération et d'intelligence collective, en minimisant le descendant et en favorisant la pédagogie active et réflexive, la pensée critique et la vulgarisation. Mon objectif : outiller, autonomiser, engager !

Déroulé de la formation

Introduction

- Accueil, temps d'inclusion avec météo et brise-glace

FORMATION PRÉSENTIELLE

PUBLIC CIBLE

Tout public

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis

DURÉE

1 jour (7 heures)

SESSION INTER

Aucune session n'est actuellement programmée

SESSION INTRA

Nous consulter

GROUPE

Minimum 5 personnes

Maximum 12 personnes

- Explicitation du cadre de la formation : écoute active, bienveillance, confidentialité, partage du temps de parole, co-responsabilité, souveraineté
- Intentions des participant·es
- Test de positionnement afin d'évaluer les connaissances des participant·es sur le contenu de la formation

Atelier de la Fresque du sexisme · version professionnelle

Partie cartes

Lot n°1 : résoudre en équipe la mécanique sexiste

Lot n°2 : déduire comment la mécanique sexiste se traduit dans l'organisation de notre société et selon quelles inégalités de rôles et de pouvoirs

Lot n°3 : partager des injonctions sexistes vécues ou observées, pour faire du lien entre les membres de l'équipe

Lot n°4 : différencier les rouages psycho-sociaux à l'œuvre dans la persistance du sexisme de nos sociétés, et les illustrer par des exemples concrets du quotidien

Lot n°5 : évaluer les impacts du sexisme dans la vie personnelle et professionnelle

Partie émotions

Temps de reliance et de partage, pour poser des mots sur son ressenti, ses inconforts, pour déposer et adresser les tabous

Partie leviers d'actions

Concevoir des leviers d'action pour réduire et prévenir les inégalités de genre dans l'organisation : égalité salariale, équilibre vie pro-vie perso, parentalité, environnement de travail, prévention et traitement du sexisme...

Partie mises en situation

Formuler des répliques anti-sexistes adaptées à une conversation dans le cadre professionnel, et incarner l'importance des stratégies rhétoriques

Pause déjeuner

Le rôle des biais cognitifs

Objectif : débusquer les angles morts et les raccourcis de notre cerveau pouvant induire des suppositions fausses sur le monde qui nous entoure

Un atelier de découverte comportant l'échiquier d'Adelson, et d'autres biais célèbres.

Les statistiques des discriminations en France

Objectif : connecter des statistiques discriminatoires à des vécus

En sous-groupes, les équipes doivent associer le plus vite possible les bons chiffres aux bons types de statistiques des inégalités en France, tout en ouvrant la parole sur le ressenti face à la réalité des discriminations sur le territoire.

Privilèges et Oppressions

Objectif : explorer de manière expérientielle et introspective sa propre expérience sociologique

Présentation de la roue des privilèges et de l'iceberg de la visibilité, puis énonciation d'un certain nombre d'affirmation de situations discriminatoires, à propos desquelles les participant·es notent au fur et à mesure sur une feuille en individuel si ils/elles sont concernées ou non par ces affirmations – bilan et discussion collective

Inclusion et Égalité au travail

Objectif : se positionner et formuler un argumentaire constructif sur les enjeux, limites et leviers à la réduction des inégalités au travail
Atelier pour expérimenter le débat mouvant, un outil pour inviter à se positionner spatialement selon un spectre d'opinion vis-à-vis de questions posées, et initier un débat fertile et respectueux.

Plan d'action Inclusivité et Lutte contre les discriminations

Objectif : co-construire des pistes d'amélioration concrètes
Format World Café ludique, pour concevoir en sous-groupes un plan d'action vers plus d'inclusion et de qualité de vie au travail :
thématique sensibilisation pour informer les équipes des enjeux d'inclusion, thématique formation pour prévenir les comportements problématiques et outiller l'organisation, thématique politiques internes pour améliorer le fonctionnement et la gestion des équipes & des recrutements, thématique communication inclusive pour réduire les stéréotypes dans la communication interne et externe...
Après un temps de réflexion et d'idéation, mise en commun et célébration du travail effectué

Conclusion de la journée

- Évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction
- Tête, cœur, engagement
- Clap de fin

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Livret de formation

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Feuille d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Auto-positionnement
- Mises en situations

Sanction de formation

- Remise d'une attestation de formation

- Plan d'action

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veillez faire connaître vos besoins au plus tôt lors de nos échanges. La prise en compte d'un besoin spécifique peut nécessiter un délai pour étudier les modalités d'adaptation ou d'orientation.

Taux de satisfaction des stagiaires

Issus des évaluations de satisfaction à chaud des stagiaires.

0% (avis)

Taux de validation de la formation

Issus des résultats de l'atteinte des objectifs par les stagiaires (Acquis et En cours d'acquisition).

Non renseigné



Anette ORY-LAMBALLE

FORMATRICE ENJEUX CLIMAT ET SOCIÉTAUX |
INÉGALITÉS ET PRÉVENTION DES DISCRIMINATIONS |
DIVERSITÉ & INCLUSION | VSST | ÉGALITÉ PRO

Ouvrons nos possibles

Accompagnement des organisations dans leur bascule éthique,
équitable, inclusive et durable



📞 0658756518

✉️ ouvronsnospossibles@outlook.com

Adresse postale : 20 allée de la Maison Rouge 44000 Nantes

Site web : <https://linktr.ee/ouvronsnospossibles>

Facebook : <https://www.facebook.com/OuvronsnospossiblesONP/>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/anette-ory-lamballe/>

Instagram : <https://instagram.com/ouvronsnospossibles>

Biographie

Facilitatrice d'ateliers en intelligence collective, animatrice & formatrice Fresque du Climat, animatrice Fresque du sexisme, formatrice égalité de genre, diversité & inclusion, prévention des discriminations et des inégalités, j'œuvre pour une prise en compte des **enjeux systémiques**, pour une véritable **transformation sociétale**.

Mon objectif ? Accompagner les structures, institutions, entreprises, administrations, associations à devenir pleinement actrices face aux enjeux environnementaux et sociaux actuels. Je vous embarque dans une **métamorphose de nos modes de vies, de production et de pensée**, pour un monde durable, souhaitable, équitable, respectueux de tous·tes et du Vivant.

Diplômes et formations

- **Formation Bilan Carbone® 2025 IFC** : Piloter la stratégie climat d'une organisation en mobilisant la méthode Bilan Carbone®
- **Formation ingénierie pédagogique 2024** : OpenClassrooms
- **Formation Violences Sexistes et Sexuelles 2023** : #NousToutes | Niveau 1 : éléments de base sur la question des violences de genre : définitions, chiffres clés, mécanismes des violences, que dire à une personne victime | Niveau 2 : recours légaux et administratifs en cas de violences, conséquences des violences (trouble de stress post-traumatique), comment accompagner une personne victime
- **Formation Fertiles FACIL' 2023** : Formation à la Facilitation – posture de facilitation, création de temps collaboratifs, prise de recul & analyses des dynamiques de groupe, culture du feedback, outils d'accompagnement à la gouvernance partagée
- **Formation Fertiles PACoo 2023** : Posture Apprenante de Coopération – appliquer une Communication Non-Violente, poser une intention, interroger nos postures réflexes, utiliser des outils d'Intelligence Collective adaptés, les rôles & méthodes de gouvernance en groupe
- **AgroParisTech 2017-2018** : MS Politiques Publiques et Stratégies pour l'Environnement
- **Institut d'Administration des Entreprises de Valenciennes 2016-2017** : Double-diplôme MAE
- **INSA Hauts-de-France 2014-2017** : Diplôme d'ingénieur Mécanique Energétique

L'OUVRE-BOITES

Coopérative d'Activité et d'Emploi - Pôle formation
20, allée de la Maison Rouge 44000 Nantes



www.corymbe.coop

Téléphone : 02 28 21 65 10
Courriel : contact@corymbe.coop

Nos CGV : www.corymbe.coop/cgv/

Enregistré auprès du préfet de la Région Pays-de-la-Loire
N° de déclaration d'activité : 52 44 04429 44
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État