Formations civiques et citoyennes 26 27






Catalogue

PRÉFÈTE DE LA MAYENNE
Liberté
Égalité
Fraternité

EAS de la Mayenne

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS MAYENNE

PLACE AU VÉLO LAVAL

la ligue de l'enseignement
un avenir par l'éducation populaire
FÉDÉRATION DE LA MAYENNE FAL53

L'édito

Le **Service civique** offre l'opportunité de s'engager en effectuant une mission d'intérêt général, de donner du temps à la collectivité et aux autres...

C'est parce que l'État a voulu faire de cet engagement une **véritable expérience formatrice** ainsi qu'un levier essentiel de citoyenneté, de cohésion nationale et de mixité sociale que l'engagement doit s'accompagner d'une **formation dite « civique et citoyenne ».**

C'est dans ce cadre que le Service départemental Jeunesse, Engagement et Sport (SDJES) de la Direction des services départementaux de l'Éducation nationale (DSDEN) coordonne, avec trois associations mayennaises, le CÉAS de la Mayenne, la Ligue de l'enseignement et le Comité départemental olympique et sportif (CDOS) de la Mayenne, une offre de formation pour plus de **250 volontaires**, engagés cette année dans le département.

À travers **une démarche participative** (il ne s'agit pas là de cours magistraux !), ces deux journées de formation obligatoire permettent tout d'abord un échange entre volontaires, sur la nature de l'engagement : la première journée est ainsi l'occasion de revenir sur **le sens** du service civique.

Les différents ateliers et interventions proposés en seconde journée visent à rencontrer des acteurs institutionnels, politiques ou associatifs afin d'apporter un éclairage sur le fonctionnement de notre société.

Ces échanges sont des invitations à se construire **un positionnement de personne et de citoyen** acteur de sa vie et dans la société.

Ces journées sont relayées par une formation Premiers secours citoyen (PSC). Elle permettra, par l'acquisition des réflexes nécessaires à une intervention d'urgence, de devenir **des citoyens de la sécurité civile**.

Voici donc l'édition 2026-2027 du programme mayennais de formation. Il ne sort pas de la seule imagination de bureaucrates ; s'il répond aux instructions nationales, il a notamment été construit à partir des souhaits exprimés par les volontaires en service civique d'hier, et permettra de répondre aux attentes et aux espoirs des jeunes d'aujourd'hui, qui feront la société de demain.

Ces formations doivent faire preuve d'une **participation active** afin de donner encore **plus de sens à son engagement** !

Les volontaires participent aux formations pendant leur temps de mission.



Le parcours de formation

Dans le cadre de son Service civique, chaque volontaire doit suivre un parcours de formation obligatoire composé de :

- **une session de deux journées consécutives :** une première journée « Être volontaire en service civique », puis une seconde journée thématique ;
- une formation pratique **« Premiers secours citoyen »** (PSC).

Avec l'accord de sa structure d'accueil et sous réserve de places disponibles, un volontaire peut participer à autant de journées thématiques qu'il le souhaite, en plus de celle comprise dans la session de deux jours.

À la fin d'une journée de formation, le volontaire reçoit une attestation de participation qu'il peut utiliser dans le cadre de son insertion professionnelle et/ou d'un parcours de validation des acquis de l'expérience (VAE).

Ces formations offrent un espace de découverte, de sensibilisation et de débat autour de thématiques variées. Ces temps sont également un moyen pour les volontaires de se rencontrer et d'échanger sur leurs missions.



Coût et prise en charge des formations

Deux mois après la signature du contrat, les organismes d'accueil perçoivent une aide de l'Agence du Service civique (ASC) d'un montant de 160 euros par volontaire pour :

- la session de deux journées de formation civique et citoyenne (deux jours), soit 100 euros,
- la PSC (une journée) à 60 euros.

∗∗

Concernant la formation civique et citoyenne (deux jours consécutifs), une facture, correspondant au montant perçu par la structure d'accueil, sera adressée à l'issue de la session. La participation à des journées de formation thématique au-delà de celles obligatoires et suivies au sein du collectif ne donne pas lieu à facturation (participation gratuite, hors repas).

La participation à des journées de formation thématiques, pour des volontaires ayant suivies les journées obligatoires auprès d'un autre organisme, sera facturée 50 euros par journée.

La facture comprendra également la prise en charge du déjeuner pour chaque journée de formation, au self du restaurant administratif – présence obligatoire pour tous les volontaires (forfait de 12,50 euros par repas).

Bon fonctionnement

Au volontaire

- ✓ *Dans **les trois mois du début de ton engagement**, tu t'inscriras.*
- ✓ *Être présent durant **toute la journée** de formation, tu devras.*
- ✓ *Stylo et papier, tu t'**équiperas**.*
- ✓ *Par respect pour les formateurs, intervenants et autres volontaires, **à l'heure** tu seras.*
- ✓ *Partager le **repas du midi**, tu devras.*

À la structure d'accueil

- ✓ ***S'assurer de l'inscription du volontaire, dans les trois mois du début de son engagement**, tu veilleras.*
- ✓ ***Permettre la présence** du volontaire aux deux jours de formation obligatoires, tu devras.*
- ✓ ***Veiller à la participation** du volontaire le jour J, tu feras.*



09:00 13:30

12:00 16:30



Calendrier 2026-2027

Mois	Jour	Thématiques		
Octobre	L 12	Être volontaire en service civique	L 12	Être volontaire en service civique
	M 13	Mobilité douce / développement durable	M 13	Vivre ensemble et lutte contre les discriminations
	M 21	Être volontaire en service civique		
	J 22	Création et fonctionnement associatif		
Novembre	L 9	Être volontaire en service civique	L9	Être volontaire en service civique
	M 10	Décryptage de l'information	M10	Place du sport dans la société
Décembre	M 2	Être volontaire en service civique		
	J 3	Découverte de la médiation culturelle		
	M 9	Être volontaire en service civique		
	J 10	Pratique sportive avec des personnes en situation de handicap		
Janvier	J 7	Être volontaire en service civique	J 7	Être volontaire en service civique
	V 8	Intelligence artificielle : comprendre, expérimenter et adopter un usage citoyen et responsable	V 8	Citoyenneté, vie politique, organisation administrative
	L 18	Être volontaire en service civique		
	M 19	Place du sport dans la société		
Février	J 18	Être volontaire en service civique		
	V 19	Compréhension des religions et laïcité		
Mars	L 15	Être volontaire en service civique		
	M 16	Place du sport dans la société		
Avril	L 5	Être volontaire en service civique		
	M 6	Justice, droits de l'Homme, discriminations		
Mai	M 11	Être volontaire en service civique		
	M 12	Respect de la différence et lutte contre les discriminations		

Être volontaire en Service civique

Objectifs

- ✓ Rencontrer d'autres volontaires du département et échanger sur ses missions.
- ✓ Connaître ses droits et ses devoirs.
- ✓ Identifier les compétences développées durant sa mission.
- ✓ Découvrir des possibilités de mobilité internationale.
- ✓ Aborder la question de l'insertion professionnelle (l'après service civique).

Contenus

- ✓ Le statut de volontaire en service civique.
- ✓ Les principes fondamentaux du service civique.
- ✓ Les droits et devoirs du volontaire.
- ✓ Les démarches d'accès aux droits.
- ✓ L'accès aux soins.
- ✓ L'engagement et la citoyenneté.
- ✓ L'insertion professionnelle.
- ✓ La mobilité internationale.

Intervenants possibles

- ✓ Représentants des services de l'État.
- ✓ La Maison de l'Europe en Mayenne.
- ✓ Info Jeunes Laval.
- ✓ Institut inter-régional pour la santé (Irsa)

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Exposés et échanges avec les participants.
- ✓ Outils pédagogiques ludiques.
- ✓ Apports d'informations. Questions-réponses.
- ✓ Rencontres.

Je m'inscris ▶

Intervenant : CÉAS de la Mayenne / Ligue de l'enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 20



Mobilité douce / développement durable



Objectifs

- ✓ Découvrir le concept de développement durable ou approfondir ses connaissances.
- ✓ Sensibiliser aux risques climatiques.
- ✓ Prendre conscience de nos impacts environnementaux.
- ✓ Partager ses connaissances et ses pratiques.
- ✓ Échanger, discuter des enjeux environnementaux (des actions déjà existantes, causes, conséquences…).



Contenus

- ✓ Visites de différentes structures locales engagées de diverses manières en faveur du développement durable.
- ✓ Déplacements en mobilité douces.
- ✓ Réalisation d'une fresque du climat pour appréhender ensemble les enjeux.
- ✓ Partage d'actions menées au quotidien par les volontaires en faveur de l'environnement et de souhaits à développer pour approfondir la démarche.
- ✓ Échanges sur le sens et la portée de son engagement.



Intervenants possibles

- ✓ Florent Durrey, co-président de Place au Vélo.
- ✓ Acteurs œuvrant localement pour le développement durable.



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Visites de structures locales.
- ✓ Échanges entre les participants.

Intervenant : Place au vélo

Durée : 6 heures

Nombre de places : 18



Je m'inscris ▶

Vivre ensemble et lutte contre les discriminations

Objectifs

- ✓ Comprendre le fonctionnement et l'histoire des discriminations.
- ✓ Interroger sa place dans les mécanismes discriminatoires.
- ✓ Développer une vigilance face à ses propres comportements.
- ✓ Renforcer sa capacité à réagir aux actes ou propos discriminants.
- ✓ Prendre part à des projets ou des actions concrètes.

Contenus

- ✓ Débat mouvant
- ✓ Définition de discrimination
- ✓ Présentation de la discrimachine, des idéologies hiérarchisantes
- ✓ Présentation de l'antidiscrimachine
- ✓ Réflexions sur les stéréotypes et les micro-agressions
- ✓ Blind test des discriminations
- ✓ Présentation du collectif Unissons Nos Différences
- ✓ Time line
- ✓ Marche des privilèges et *Power-flower*
- ✓ Présentation du collectif Unissons nos différences
- ✓ SAV des discriminations
- ✓ Défis

Intervenants possibles

- ✓ Membres du collectif Unissons nos différences
- ✓ Associations militantes affiliées

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Situations pédagogiques et jeux suscitant réflexion et expression
- ✓ Apports théoriques
- ✓ Témoins engagés dans la lutte contre les discriminations

Intervenant : Ligue de l'Enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



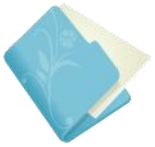
Je m'inscris ▶

Création et fonctionnement associatif



Objectifs

- ✓ Découvrir le fonctionnement d'une association ou approfondir ses connaissances.
- ✓ Échanger et partager des expériences d'engagement bénévole associatif.
- ✓ Savoir comment créer et faire fonctionner une association.



Contenus

- ✓ Le fonctionnement et l'organisation des associations.
- ✓ Les relations entre les associations et l'État ou les collectivités locales.
- ✓ L'engagement bénévole.
- ✓ Mise en situation : création d'une association.



Intervenants possibles

- ✓ Bénévoles engagés dans des associations.
- ✓ Représentants des services de l'État ou de collectivités.
- ✓ Chargé(e) de mission Guid'Asso.



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Jeu de découverte de la vie associative.
- ✓ Table ronde avec responsables bénévoles.
- ✓ Questions / réponses (apports théoriques).
- ✓ Mise en situation pour créer une association fictive.

Je m'inscris ▶

Intervenant : CÉAS de la Mayenne

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



Décryptage de l'information (fakes-news et théories du complot)

Objectifs

- ✓ Favoriser une meilleure compréhension de l'écosystème des médias d'information.
- ✓ Permettre une utilisation éclairée, citoyenne, vigilante et créative des nouveaux outils de l'information et des communications.
- ✓ Sensibiliser aux fakes-news et à la théorie du complot.

Contenus

- ✓ Comment fonctionnent les médias d'information ?
- ✓ C'est quoi une théorie du complot ?
- ✓ Comment ne pas tomber dans le piège des fakes-news ?
- ✓ Comment débusquer la fausse information ?
- ✓ Et si on créait, nous aussi, des fakes-news ?

Intervenants possibles

- ✓ Pascal Isambert, chargé de mission à la Ligue de l'enseignement.

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Diversification des supports (contenus multimédia, visites de sites Internet).
- ✓ Activités ludiques et de groupe.
- ✓ Escape game sur le décryptage de l'information.

Intervenant : Ligue de l'Enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 18



Je m'inscris ▶

Place du sport dans la société



Objectifs

- ✓ Comprendre les différents enjeux.
- ✓ Échanger sur les valeurs et les enjeux sociétaux du sport.
- ✓ Savoir défendre ses idées.



Contenus

- ✓ Le sport est-il vraiment bon pour la santé ?
- ✓ Quand la politique et l'environnement bouleversent les compétitions internationales.
- ✓ Sport, médias et entreprises : le trio gagnant du spectacle sportif.



Intervenants possibles

- ✓ Dirigeants du mouvement sportif mayennais.
- ✓ Professionnels des thématiques abordées.



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Quiz avec apports de connaissances.
- ✓ Jeux et ateliers individuels / en équipes.
- ✓ Jeux de rôles.
- ✓ Débats et partages d'expérience.

Intervenant : Comité départemental olympique et sportif (CDOS) de la Mayenne

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



Je m'inscris ▶

Pratiques culturelles : focus sur la médiation culturelle

Objectifs

- ✓ Comprendre la notion de médiation culturelle.
- ✓ Rencontrer des professionnels de la médiation culturelle.
- ✓ Découvrir les pratiques culturelles des Français.
- ✓ Découvrir un équipement culturel.
- ✓ Débattre sur les notions d'art et de culture.

Contenus

- ✓ Visite du théâtre de Laval.
- ✓ Quiz sur les pratiques culturelles des Français.
- ✓ Débat mouvant sur l'art et la culture.
- ✓ Réflexion et mise en pratique de la notion de médiation culturelle.
- ✓ Rencontre avec des professionnels de la médiation culturelle.

Intervenants possibles

- ✓ Julie Aubry, chargée de l'action culturelle au 6par4, scène de musique actuelle de Laval.
- ✓ Cyrielle Langlais, directrice-adjointe et responsable des publics des musées de Laval.
- ✓ Charlène Mur, responsable du service culturel de la Ligue de l'enseignement FAL 53.

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Quiz.
- ✓ Débat en action.
- ✓ Travail en groupe.
- ✓ Visite du Théâtre de Laval.
- ✓ Rencontres / Échanges.

Intervenant : Ligue de l'Enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



Je m'inscris ▶

Pratique sportive avec des personnes en situation de handicap

Objectifs

- ✓ Découvrir ou approfondir ses connaissances du handicap à travers la pratique sportive.
- ✓ Se mettre en situation pour prendre conscience des différences de pratique.
- ✓ Élaborer une séance de sport accueillant des personnes en situation de handicap.

Contenus

- ✓ Les différents types de handicap.
- ✓ L'inclusion des personnes handicapées dans la pratique sportive.
- ✓ La méthodologie d'élaboration d'une séance de sport ouverte à tous.
- ✓ Le concept d'adaptation.

Intervenants possibles

- ✓ Fabien Huard, délégué départemental USEP (Fédération sportive scolaire du 1er degré).
- ✓ Chargés de mission d'associations et/ou des professeurs d'éducation physique et sportive engagés dans le domaine du handicap et du sport.

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Alternance entre des temps de pratiques sportives adaptées, temps de production pédagogique et temps de prise en charge d'enfants en situation de handicap.
- ✓ Vidéos.
- ✓ Témoins, rencontres.

Je m'inscris ▶

Intervenant : Ligue de l'enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 14



Intelligence artificielle : comprendre, expérimenter et adopter un usage citoyen et responsable

Objectifs

- ✓ Mieux comprendre les enjeux ethniques, environnementaux et sociétaux de l'IA.
- ✓ Expérimenter des usages concrets et l'IA générative.
- ✓ Réfléchir collectivement aux postures citoyennes et à l'impact du numérique dans la vie.
- ✓ Développer un esprit critique face aux contenus générés par l'IA.

Contenus

- ✓ Découvrir l'intelligence artificielle : définition, histoire et évolution, fonctionnement et panorama des usages actuels.
- ✓ Prompter / tester les différentes formes d'outils et se questionner sur leurs limites.
- ✓ Développer un regard critique sur l'IA à travers le jeu : identification de biais, erreurs et risques liés à l'IA, ainsi que ses impacts sociaux et environnementaux.
- ✓ Temps d'échanges, de quiz et de partage d'expériences.

Intervenants possibles

- ✓ Conseiller numérique de la Ligue de l'enseignement — FAL53

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Pédagogie active et participative.
- ✓ Alternance d'apports théoriques courts et d'ateliers pratiques d'expérimentation.
- ✓ Travaux en petits groupes et ateliers ludiques.
- ✓ Débats mouvants et échanges autour des usages numériques.

Intervenant : Ligue de l'Enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 18



Je m'inscris ▶

Citoyenneté, vie politique et organisation administrative



Objectifs

- ✓ Mettre à plat les préjugés et construire une représentation plus objective de la vie politique.
- ✓ Donner des repères pour disposer de connaissances permettant de comprendre l'actualité et d'exercer sa citoyenneté.
- ✓ Participer à la construction d'un esprit critique.



Contenus

- ✓ Fonctionnement de l'organisation administrative et politique de la France.
- ✓ Représentations des Français à propos des élus politiques.
- ✓ La France est-elle un pays démocratique ?
- ✓ Démocratie et dictature.



Intervenants possibles

- ✓ Maire, adjoint ou conseiller municipal.
- ✓ Conseiller départemental ou régional.
- ✓ Parlementaires.
- ✓ Représentant d'un service de l'État.



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Supports pédagogiques ludiques.
- ✓ Débats.
- ✓ Rencontres et témoignages.

Intervenant : CÉAS de la Mayenne

Durée : 6 heures

Nombre de places : 18



Je m'inscris ▶

Compréhension des religions et laïcité...

Objectifs

- ✓ Donner des repères solides sur les plans juridique, historique, sociologique, avec stricte neutralité et respect des croyances.
- ✓ Développer l'esprit critique de façon à se prémunir de toute forme de manipulation.

Contenus

- ✓ Les bases des principales religions et croyances.
- ✓ Religions et compréhension de la société et de l'actualité.
- ✓ La laïcité : définitions, repères historiques et juridiques.

Intervenants possibles

- ✓ Christophe Mézange, docteur en histoire, spécialiste des religions.
- ✓ Croyants de diverses confessions.
- ✓ Chargé(e) de mission habilité(e) « Valeurs de la République et laïcité ».

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Échanges avec les participants et un spécialiste.
- ✓ Rencontre avec des représentants de plusieurs confessions.
- ✓ Remise de documents de synthèse.

Intervenant : CÉAS de la Mayenne

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



Je m'inscris ▶

Justice, droits de l'Homme et discriminations

Objectifs

- ✓ Découvrir les grands principes de la justice, son organisation.
- ✓ Découvrir les repères historiques et le rôle de la France dans les droits de l'Homme.
- ✓ Clarifier les notions de préjugés, stéréotypes et discriminations.
- ✓ Découvrir les différentes formes de discriminations.
- ✓ Découvrir des acteurs engagés et échanger autour de leurs pratiques.

Contenus

- ✓ Définitions : justice, droits de l'Homme, préjugés, stéréotypes et discriminations.
- ✓ Organisation de la justice.
- ✓ Processus discriminatoires : origine, fonctionnement, techniques pour y remédier.
- ✓ Acteurs engagés dans la lutte contre les discriminations.
- ✓ Étude de cas.

Intervenants possibles

- ✓ Délégués départementaux du Défenseur des droits.
- ✓ Délégués à l'accès au(x) droits.
- ✓ Militants associatifs.

Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Apports théoriques (exposé / échanges à partir des expériences des participants).
- ✓ Situations pédagogiques / ludopédagogie.
- ✓ Acteurs engagés dans la démarche de lutte contre les discriminations.
- ✓ Visites

Intervenant : CÉAS de la Mayenne

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



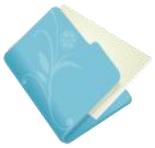
Je m'inscris ▶

Respect de la différence et lutte contre les discriminations



Objectifs

- ✓ Comprendre le fonctionnement et l'histoire des discriminations.
- ✓ Interroger sa place dans les mécanismes discriminatoires.
- ✓ Renforcer son esprit critique.



Contenus

- ✓ Définition des stéréotypes, discriminations.
- ✓ Cadre légal des discriminations.
- ✓ Présentation du défenseur des droits.
- ✓ Réflexion autour de l'égalité femme-homme.
- ✓ Time-line sur le droits des femmes.



Intervenants possibles

- ✓ Associations lavalloises
- ✓ Délégué au Défenseur des droits



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Apports théoriques.
- ✓ Travaux en sous-groupes.
- ✓ Pédagogie active et participative.

Je m'inscris ▶

Intervenant : Ligue de l'enseignement

Durée : 6 heures

Nombre de places : 22



Premiers secours citoyen (PSC)



Objectifs

- ✓ Pouvoir effectuer les gestes de premiers secours en cas d'accident, tant dans la vie quotidienne qu'au travail.
- ✓ Prendre en charge une victime pour que son état ne s'aggrave pas en attendant l'arrivée des secours adaptés.



Contenus

Les situations d'accident sont abordées en dix modules :

- Les premiers secours ;
- La protection ;
- L'examen ;
- L'alerte ;
- La victime saigne abondamment ;
- La perte de connaissance ;
- L'arrêt cardiaque ;
- La victime se plaint d'un malaise ;
- La victime se plaint après un traumatisme (plaie, brûlure, atteinte des os et des articulations)



Méthodes et moyens pédagogiques

- ✓ Études de cas, tour de table.
- ✓ Exposés.
- ✓ Démonstrations pratiques.
- ✓ Entraînements en binômes.
- ✓ Cas concrets.



Consignes

- ✓ Retard au-delà de 15 minutes : accès à la formation impossible.
- ✓ Tenue adaptée à la pratique.
- ✓ Repas sur place possible (apporter le nécessaire).

Intervenants : CDOS de la Mayenne / Ufolep - Ligue de l'enseignement

Durée : 7 heures

Nombre de places : 10

Lieux : Laval

Je m'inscris ▶

Inscriptions et renseignements

Accès à la plateforme des inscriptions

OU

Scan me

Formations civiques et citoyennes : renseignements auprès du CÉAS de la Mayenne

02 43 66 94 34

secretariat@ceas53.org

Où se dérouleront les formations ?

Les formations civiques et citoyennes auront lieu (sauf indications contraires) :

à la Cité administrative, rue Mac-Donald, à Laval

Un courriel est envoyé huit jours avant chaque session ou journée thématique pour repréciser le lieu et les horaires de la formation (avec copie au tuteur).

