

**R É A L I S E R**

l'égalité

**E N C A D R E R**

la relève académique

**G É R E R**

des ressources humaines

**A C Q U É R I R**

des connaissances

**R É U N I R**

et créer des réseaux

**D É V E L O P P E R**

des compétences

Programme d'ateliers proposé par les Bureaux  
de l'égalité des hautes écoles de Suisse romande

Workshop programme organised by the Equal  
Opportunities Offices at universities in French-  
speaking Switzerland

**2021**

**APERÇU DES ATELIERS 2021 | WORKSHOP PROGRAMME 2021**





Dates	Inscription dès Registration start	Ateliers Workshops	Lieu Location	Animation Trainer	Thème Topic	Public cible Target group	Page
1 <sup>st</sup> & 26 <sup>th</sup> February	11 <sup>th</sup> January	<b>Project management for successful researchers</b>	Online	Carine Galli Marxer			5
16 <sup>th</sup> February & 20 <sup>th</sup> October	11 <sup>th</sup> January	<b>Pitching myself for industry: my roadmap for success</b>	Online, HES-SO	Romaine Johnstone			5
22 février	11 janvier	<b>Academia, ResearchGate, Twitter... : réseaux sociaux et visibilité sur internet</b>	En ligne	Aline Bouchard			6
2 <sup>nd</sup> March	20 <sup>th</sup> January	<b>Facilitation techniques for working groups</b>	Online	Siara Isaac			6
16 <sup>th</sup> & 30 <sup>th</sup> March	2 <sup>nd</sup> February	<b>Emotional intelligence: why it matters</b>	Online	Silke Mischke	 ♀		7
16 avril	5 mars	<b>Se préparer à la leçon d'épreuve</b>	Genève	Mallory Schaub, Prof. Sévane Garibian			7
20 <sup>th</sup> April	9 <sup>th</sup> March	<b>Ally training for men: How to stand up against discrimination, sexism, and bias</b>	Online	Bettina Palazzo	 ♂		8
1 octobre	20 août	<b>Reconnaître et affirmer ses potentiels</b>	Genève	Moïra Salvatore			8
26 avril	15 mars	<b>Savoir négocier: techniques et stratégies</b>	En ligne	Dagmar Engfer			9
6 <sup>th</sup> May	25 <sup>th</sup> March	<b>Finding and applying for funding in academia</b>	Online	Susanne Matuschek			9
11 & 24/25 mai	23 mars	<b>Viser l'équilibre: vers une gestion consciente du temps et de l'énergie</b>	Neuchâtel	Marie-Paule Haefliger			10
18 <sup>th</sup> & 19 <sup>th</sup> May + 24 <sup>th</sup> June	6 <sup>th</sup> April	<b>Self-empowerment: discover how to build your power to act</b>	EPFL	Nir Zalts	 ♀		10
27 <sup>th</sup> May	15 <sup>th</sup> April	<b>Pushing back against everyday sexism</b>	Geneva	Siara Isaac			11
28 <sup>th</sup> May	16 <sup>th</sup> April	<b>Writing and publishing in academia</b>	Lausanne	Sarah Stauffer			11
1 <sup>st</sup> June	20 <sup>th</sup> April	<b>Increase your assertiveness in institutional power games</b>	Online	Sibyl Schädeli			12
15 juin	4 mai	<b>Comment monter une équipe de recherche ?</b>	Lausanne	Brigitte Guichard			12
17 <sup>th</sup> June	6 <sup>th</sup> May	<b>Increase your assertiveness in institutional power games</b>	Online	Sibyl Schädeli			13
14 septembre	3 août	<b>Gestion de conflits – coaching en groupe</b>	Fribourg	Marie-Paule Haefliger			13
17 septembre	6 août	<b>Vulgariser sans bêtifier</b>	Lausanne	Virginie Pilault			14
21 septembre	10 août	<b>Gestion de conflits – coaching en groupe</b>	Fribourg	Marie-Paule Haefliger			13
23 septembre	12 août	<b>Prise de parole – boîte à outils</b>	Neuchâtel	Eva Vokacova Cendors			14
14 <sup>th</sup> October	2 <sup>nd</sup> September	<b>Academic mobility and dual career planning</b>	Online	Sarah Blackford	 ♀		15
11 <sup>th</sup> November	30 <sup>th</sup> September	<b>Research budgets: understanding and constructing them</b>	Geneva	Jennifer Mcclung			15
22 novembre	11 octobre	<b>Question de regard? Perception de soi et choix de carrière</b>	HES-SO	Ana María Vidal			16
3 décembre	22 octobre	<b>Devenir professeure, mettre toutes les chances de son côté !</b>	Genève	Mallory Schaub			16

## LE PROGRAMME REGARD






Le programme d'ateliers REGARD offre des outils concrets et pratiques pour leur carrière aux doctorantes, post-doctorantes et aux professeures. Les ateliers créent des espaces de discussion et d'échange d'expériences entre chercheuses. Leurs objectifs principaux sont le développement de compétences transversales et la mise en réseau des participantes.

La participation aux ateliers est gratuite pour les doctorantes, les post-doctorantes et les professeures des universités de Suisse romande, de la HES-SO et de l'EPFL. Les ateliers sont proposés en français ou en anglais.

### Thèmes des ateliers

-  Planification de la carrière académique
-  Gestion de projets de recherche
-  Outils de communication
-  Développement personnel

### Public cible

-  Assistantes, doctorantes
-  Post-doctorantes, maître-assistantes, autres fonctions du corps intermédiaire
-  MER et professeures
-  Public mixte
-  Certains ateliers sont ouverts aux hommes.





**L'inscription aux ateliers est ouverte en principe six semaines avant la date de l'atelier et se fait en ligne sur le site internet [www.unifr.ch/regard](http://www.unifr.ch/regard). Toute inscription confirmée est définitive. Un désistement intervenant moins d'une semaine avant l'atelier ou une absence non-excusee et non-motivée entraîne une participation aux frais d'un montant de CHF 200.– (sauf en cas de force majeure).**

## THE REGARD PROGRAMME

The REGARD workshop programme offers female PhD candidates, postdocs and women professors concrete and practical tools for their careers. The workshops create spaces for discussion and exchange of experiences. Their main objectives are the development of transferable skills and the networking among participants.

Participation is free of charge for PhD candidates and members of the universities of the French-speaking part of Switzerland, the HES-SO and the EPFL. Workshop language is either French or English.

### Workshop topics

-  Plan your academic career
-  Project management for research
-  Communication tools
-  Personal development

### Target groups

-  Assistants, PhD candidates
-  Post-docs and all positions of the mid-level faculty
-  MER and professors
-  Gender mixed audience
-  Some workshops are open to men

**Registration usually opens six weeks before each workshop and has to be done online over the programme's website [www.unifr.ch/regard](http://www.unifr.ch/regard). Once your registration is confirmed it is considered final. Withdrawal less than one week before the workshop, an absence from the workshop without excuse or explanation entail a fee of CHF 200.– (except in the case of force majeure).**

## Project management for successful researchers



### Description and objectives

After this workshop, participants will have methods and tools to successfully develop, manage and supervise research projects. They will be able to:

- Set project objectives
- Structure and plan a project
- Define roles and responsibilities in projects
- Create the project budget
- Manage risks
- Establish a communication plan
- Guide and control projects in a flexible and meaningful way.

### The workshop addresses the following questions:

- What is a project and what are the main impact factors?
- What should I do to successfully complete my research projects?
- How should I structure, plan and guide my projects?
- How should I communicate with my stakeholders (prof., team members, sponsors, etc.)?

### Approach

After a short introduction, participants should watch videos and apply the methods to one of their research projects. During the main online session, group activities will take place, the trainer will answer questions and give personal feedback. No prior knowledge of project management is required.

### Trainer

Dr. Carine Galli Marxer, physicist, project manager and trainer, Cubisma Ltd.

Number of participants	10
Dates and location	1 <sup>st</sup> & 26 <sup>th</sup> February 2021, Online workshop
Registration opening	11 <sup>th</sup> January 2021
Duration	Introduction: 1h (1.2., 9h–10h) Video-based exercises (20h from 1.2.–24.2.) 1-day workshop (26.2., 8h30–14h15 & 20' personal feedback until 17:30)
Contact	<a href="mailto:regard@unifr.ch">regard@unifr.ch</a>

## Pitching myself for industry – my roadmap for success



### Description and objectives

Bridging the gap from academia to industry requires adapting our frame of mind, our discourse and our posture to a new and sometimes unfamiliar audience. We will together build your road map for change from academia to industry exploring what's keeping you back, what drives you and how you can bring together your vision and your intention.

### You will have the opportunity to

- Define your drivers, your values
- Understand and manage your limiting beliefs and your challenges
- Consider what gaps need to be bridged for you to step into industry with confidence
- Build a roadmap to bridge the gap between your skills and the skills needed
- Exchange on how and where to identify job offers in industry that could benefit from your skills
- Learn how to communicate effectively to assert your potential and maximise your chances of securing that first interview
- Practice your “pitch” and the Q&A for the interview process
- Identify your allies and explore how to network
- Build a roadmap for a successful transition

### Approach

This interactive workshop will focus on experiential learning and provide participants with an individualized road map on how to achieve the desired changes. It presents an opportunity to hone a “pitch” in a safe and expert group as well as an opportunity to build and consolidate a network of support.

### Trainer

Romaine Johnstone, certified executive coach, facilitator, and trainer; Johnstone Business Coaching

Number of participants	12
Dates and location	16 <sup>th</sup> February Online & 20 <sup>th</sup> October 2021, HES-SO Master, Lausanne
Registration opening	11 <sup>th</sup> January 2021
Duration	16.2., 9.30-16.30; 20.10., 9-17h
Contact	<a href="mailto:egalite&amp;diversite@hes-so.ch">egalite&amp;diversite@hes-so.ch</a>

**Description et objectifs**

Difficile pour les chercheuses (et les chercheurs!) d'être bien visibles sur internet et de se créer une véritable identité numérique professionnelle! Face à la multiplication des outils et services disponibles, cet atelier apportera des pistes et des conseils pour rendre visibles son profil et ses publications de manière positive et valorisante, en fonction des moyens et des buts de chacune.

**Cet atelier vous propose de :**

- Comprendre l'importance de la visibilité individuelle dans le contexte actuel de la science ;
- Découvrir et distinguer les principaux réseaux sociaux utiles aux chercheuses ;
- Connaître leurs intérêts et leurs limites par rapport à d'autres services de présence en ligne ;
- Connaître les dispositifs de partage et de veille au regard de son objet de recherche et de ses communautés ;
- Définir son implication personnelle en ligne afin de promouvoir son profil et ses résultats scientifiques.

**Approche**

Alternance d'exposé, démonstrations, échanges collectifs et travaux pratiques individuels

**Animation**

Aline Bouchard, co-responsable de l'Urfist, École nationale des chartes, Paris

Nombre de participantes	15
Date et lieu	22 février 2021, Atelier en ligne
Inscription dès le	11 janvier 2021
Durée	1 jour (9h–17h)
Contact	egalite.chance@unine.ch

**Description and objectives**

This workshop will allow you to explore and pilot different approaches and techniques for managing a small team or leading a team on a specific project. Specifically, it will assist you with:

- Setting the tone and making the 'right' impression in a new group
- Establishing effective habits for discussion and debates in the group
- Imposing appropriate tools for decision making
- Implementing strategies for resolving disagreements
- Managing subordinate, superordinate and peer interactions
- Ensuring a project advances and keeps to schedule
- Developing your personal leadership style

**Approach**

Participants will work individually and in small groups on a variety of reflective and practical exercises designed to assist them in identifying and developing techniques, which fit with their personal leadership style. Each participant will have the opportunity to role play leading a group discussion and to receive constructive, individual feedback from the group.

**Trainer**

Siara Isaac, teaching advisor, Teaching Support Centre, EPFL

Number of participants	15
Date and location	2 <sup>nd</sup> March 2021, Online workshop
Registration opening	20 <sup>th</sup> January 2021
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

**Description and objectives**

How we feel influences our perceptions, decisions and actions. Accurately perceiving how you and others feel, using these feelings to assist with the task at hand, understanding how these feelings arose and how they will change, and then managing to stay open to these feelings makes us efficient in our interaction with others.

Emotional Intelligence Theory describes four emotional key abilities:

- Perceive Emotions accurately
- Use Emotions to help you think
- Understand Emotions' causes and changes
- Manage Emotions by including the data of emotions in our thinking, decisions and actions

In this workshop you will learn to explore how these skills matter in interacting with each other and how they can potentially impact your teaching. At the end of this workshop, you will be able to give a definition of the emotional key abilities and identify which of these strengths you would like to leverage and which could become development opportunities for you.

**Approach**

In this experiential workshop you will be introduced to the key concepts and then explore experientially how each of the key abilities could be applied and translated into concrete situations at the work place.

Based on your understanding and learning from the role plays you will be encouraged to define personal strategies on how to leverage and/or develop your own emotional skills.

**Trainer**

Dr. Silke Mischke, cognitive psychologist and executive coach

Number of participants	12
Dates and location	16 <sup>th</sup> & 30 <sup>th</sup> March 2021 Online workshop
Registration opening	2 <sup>nd</sup> February 2021
Duration	2 half days (9h–13h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

**Description and objectives**

Devoir préparer une leçon d'épreuve, c'est le signal que votre dossier de candidature a passé les premières phases de sélection et que votre profil a émergé par rapport à l'ensemble des dossiers. La commission de nomination souhaite vous voir à l'œuvre et s'entretenir avec vous pour attester de votre adéquation avec le poste. La leçon d'épreuve est l'occasion de démontrer vos compétences, votre potentiel et mettre en valeur vos recherches.

Les éléments de contenu abordés seront notamment le contenu de l'exposé, les moyens de communication et aussi les questions du jury.

- Situer les enjeux de la leçon d'épreuve
- Développer vos habiletés de communication
- Déterminer le contenu de l'exposé
- Anticiper quelques questions de la commission de nomination

**Approche**

Cet atelier pratique alterne des moments d'exposé interactif, de discussions et réflexions collectives, mais aussi de mises en pratique amenant les participantes à se projeter au mieux dans la préparation d'une leçon d'épreuve à venir.

**Animation**

Dre Mallory Schaub, responsable du Pôle de Soutien à l'Enseignement et l'Apprentissage (Pôle SEA); Prof. Sévane Garibian, Département de droit pénal, Université de Genève

Nombre de participantes	15
Date et lieu	16 avril 2021, Université de Genève
Inscription dès le	5 mars 2021
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

## Ally Training for men: How to stand up against discrimination, sexism, and bias



### Description and objectives

Has it ever happened to you that you witnessed a situation where somebody got treated unfairly and you felt bad because you did not know how to react? Or did a female or minority colleague of yours complain about being discriminated and you did not know how to support them?

In this workshop participants will explore how they can stop being passive bystanders and become active up-standers and allies in situations where others are confronted with discrimination, sexism and bias. In this workshop participants will learn that they can have a positive impact in challenging situations and leave with a toolbox of smart intervention strategies. Knowing how to speak-up for others will also help you to learn to speak up for yourself with courage and confidence.

### The workshop will focus on three elements:

- **Awareness:** How to recognize (subtle) discrimination and understand why it is harmful not just for the targets, but the entire team or organization.
- **Obstacles:** Why is speaking up difficult.
- **Skills:** How to listen, learn and engage towards positive change of behavior without creating aggression and defensiveness.

### Approach

This workshop is highly interactive. We will play a simulations game to kick off an open discussion on participants' own experiences. They will learn from each other and get introduced to various techniques like centering or active listening, that will help them to become fearless and skillful allies for a more human workplace of dignity, equality and innovation.

### Trainer

Dr. Bettina Palazzo, expert in ethical leadership,  
PALAZZO ETHICS ADVISORY

Number of participants	16
Date and location	20 <sup>th</sup> April 2021, Online
Registration opening	9 <sup>th</sup> March 2021
Duration	½ day (9h–13h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

## Reconnaître et affirmer ses potentiels



### Description et objectifs

L'atelier proposé vise à accompagner les femmes de la relève à reconnaître et à valoriser leurs potentiels d'accès à un poste de professeure ordinaire. Des outils pratiques d'affirmation leur seront transmis.

Pour parvenir à libérer les potentiels, les chercheuses seront amenées à s'explorer à travers des outils créatifs et projectifs de connaissance de soi. Ces derniers ont pour objectif de les amener à se poser des questions sur leur identité professionnelle, leurs forces et faiblesses, leurs valeurs, leurs préférences et leurs compétences.

### Approche

Dans une atmosphère de confiance et de confidentialité, chaque participante identifie ses potentiels ainsi que des outils pratiques pour les affirmer dans son quotidien professionnel. Afin de :

- Mieux se connaître (identité)
- Identifier ses freins et blocages
- Identifier ses valeurs, ses préférences et ses compétences
- Fortifier la confiance en ses potentiels de carrière

### Animation

Moïra Salvadore, psychologue du travail, formatrice indépendante (FSEA)

Nombre de participantes	12
Date et lieu	1 <sup>er</sup> octobre 2021, Université de Genève
Inscription dès le	20 août 2021
Durée	1 journée (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

*Nouvelle date!*

## Savoir négocier: techniques et stratégies



### Description et objectifs

Qu'il soit académique ou non-académique, l'environnement professionnel est le lieu de nombreuses occasions de négociation : horaires de travail, distributions des tâches, salaire, partage de ressources etc. Suivant la « Méthode Harvard » (R. Fischer & W. Ury), cet atelier introduira les participantes aux bases de la négociation et les invitera à réfléchir sur leurs propres expériences et stratégies. En portant une attention particulière aux enjeux de genre et à la perception des rôles impliqués dans les situations de négociation, il les aidera à acquérir plus de confiance pour des situations futures et à développer leurs possibilités d'action.

### Cet atelier permettra aux participantes de :

- Reconnaître les éléments d'une négociation
- Se familiariser avec les différentes manières de négocier
- Prendre conscience de leurs propres stratégies de négociation
- Exercer et réfléchir sur leur manière de négocier

### Approche

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques sur la base des exemples et expériences apportées par les participantes.

### Animation

Dagmar Engfer, coach et conseillère en développement de carrière

Nombre de participantes	12
Date et lieu	26 avril 2021, Atelier en ligne
Inscription dès le	15 mars 2021
Durée	1 journée (10h–17h)
Contact	egalite@unifr.ch

## Finding and applying for funding in academia



### Description and objectives

The objectives of this workshop are:

- Receive information about funding organizations and suitable funding possibilities especially for women researchers (Switzerland and EU) and in respect of the academic level and career planning
- Know the most important features about planning and preparing an application and a research project
- Practical exercises: analysis of current career status and work on the first part of an application. This part will be prepared by the participants before the workshop and according to the trainer's requirements
- Group coaching: participants present and discuss their career concept within the group and receive feedback by the trainer

### Approach

Theory by the trainer combined with individual work, practical exercises, group discussion and feedback. This workshop will be organized as an online training session.

### Trainer

Susanne Matuschek, coach and consultant; MATUSCHEK CONSULTING

Number of participants	10
Date and location	6 <sup>th</sup> May 2021, Online workshop
Registration opening	25 <sup>th</sup> March 2021
Duration	1 day (10h–16h) plus individual preparation before the workshop
Contact	regard@unifr.ch



## Viser l'équilibre: vers une gestion consciente du temps et de l'énergie



### Description et objectifs

Plutôt que de se concentrer sur un nouvel outil miracle pour organiser votre temps, cet atelier adopte une approche personnalisée pour prendre du recul et améliorer votre connaissance de vous-même et de vos besoins, dans l'objectif d'optimiser votre gestion de votre énergie et votre gestion du temps.

L'atelier examinera les connexions entre gestion du temps et gestion de l'énergie, en prenant en compte le contexte académique et les carrières féminines. Il réservera une part importante aux réflexions individuelles et de groupe pour développer la conscience de vos besoins, des fluctuations de votre attention et de votre énergie. En partant de vos situations individuelles, l'atelier vous permettra d'évaluer vos différents engagements – académiques et non-académiques – selon leur retour sur investissement. Cette conscience vous conduira à micro- et macro-planifier votre travail, votre vie privée et vos relations, afin de développer une approche saine et équilibrée de la vie privée et professionnelle.

### Approche

Cet atelier repose sur une combinaison d'éléments théoriques, d'échanges dans le groupe et d'exercices individuels et de groupe. La participation à l'atelier inclut un suivi individuel env. trois semaines après l'atelier. Ce suivi vise à consolider les nouvelles habitudes, mises en place après l'atelier, de gestion du temps et de l'énergie propres à chacune des participantes.

### Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise et formatrice, mph development

Nombre de participantes	12
Dates et lieu	11 mai (atelier) & suivi individuel 24/25 mai 2021, Université de Neuchâtel
Inscription dès le	23 mars 2021
Durée	11 mai : 1 journée d'atelier (9h–17h) ; 24/25 mai : suivi individuel par skype (date à choix)
Contact	egalite.chance@unine.ch

## Self-empowerment: discover how to build your power to act



### Description and objectives

- How could you feel more competent, worthy, valuable, and capable of doing things? What would enable you to address adversity with calm and resolve?
- How could you create conditions around you that would foster your ideas and projects?
- How could you develop courage to fight for what is important to you and to say No to what is not?

Although these questions seem very personal, they are actually widely shared and universal. Most people have doubts and struggle at times with their self-image, self-acceptance and confidence. Research shows consistently that developing these aspects is highly correlated to coping with life challenges, and emotional well-being.

This workshop is designed to help you identify ways to foster positive self-image, to transform limiting beliefs into self-compassion, and to increase your “power to act”.

### Approach

Through experience sharing, discovery of tools like cultivating self-care and mindfulness, as well as via the analysis of concrete situations, each participant will be able to make another step on her/his path of professional and personal growth.

### Trainer

Nir Zalts, expert for leadership and professional development, Momentum For People Development

Number of participants	8
Dates and location	18 <sup>th</sup> & 19 <sup>th</sup> May + 24 <sup>th</sup> June 2021, EPFL
Registration opening	6 <sup>th</sup> April 2021
Duration	2 consecutive days (9h–17h) + follow-up session (9h–13h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

## Pushing back against everyday sexism



### Description and objectives

This workshop seeks to increase PhD's and postdocs' skills in identifying and countering potential negative effects of sexism in their lives. During the workshop, we will practice techniques and approaches to respond to various professional situations (including those brought by participants). The focus will primarily be on addressing bias encountered in other people; however, we will also explore how we have each internalized some beliefs that are not necessarily coherent with our professed views.

### The workshop will follow a 3-part structure:

- **It's still alive!** – Recognizing and challenging sexism in your life (micro-aggressions, intersectionality, implicit bias, mansplaining)
- **Sisterhood** – Finding mentors and supporting others (amplifying, spotlighting, networking, avoiding anti-mentors)
- **Self-Care** – Choosing your battles and developing your internal compass (self-confidence, legal resources, work/life balance)

### Approach

This workshop is resolutely participative and will employ multiple strategies to promote personal reflection, small group discussion and collaborative problem solving.

### Trainer

Siara Isaac, teaching advisor, Teaching Support Centre, EPFL

Number of participants	16
Date and location	27 <sup>th</sup> May 2021, University of Geneva
Registration opening	15 <sup>th</sup> April 2021
Duration	1 day (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

## Writing and publishing in academia



### Description and objectives

For PhDs and postdocs, academic writing is a necessary skill to master. Often, proof of this mastery is measured in the form of publishing in peer-reviewed journals. However, the publication process can be daunting for authors, new or experienced. Knowing more about the process can help writers better tailor their work to the specific journal sought and increase their chances of success in publishing.

### After this workshop, participants will better understand:

- Who the players are in the publication process
- How to cite their work to avoid plagiarism, boost credibility, and support their arguments
- How to choose the right journal for their work
- How to adapt a paper that has been reviewed to increase their chances of publication
- What to include in cover and response letters to best communicate with reviewers and editors.

Although these topics are germane to many different scientific domains, this workshop will be aimed at publishing in the human and social sciences. APA norms will be referenced as examples for citation and avoiding language biases. By the end of the workshop, participants with all levels of writing and publishing experience should be able to confront the process more confidently in order to increase their chances of publication in peer-reviewed journals.

### Approach

Presentation, discussion, and interaction in small and large groups will be offered to exchange experiences and tailor the workshop to the participants' level(s) of experience with the publication process.

### Trainer

Dr. Sarah Stauffer, psychologist FSP; Editorial Board member of the “International Journal of Play Therapy”; Clinical Editor of Play Therapy™ Magazine

Number of participants	15
Date and location	28 <sup>th</sup> May 2021, University of Lausanne
Registration opening	16 <sup>th</sup> April 2021
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

## Increase your assertiveness in institutional power games



### Description and objectives

In the business world as well as in universities, strategies for power games and assertiveness become increasingly important with each career step. For women, the “likability” requirement often represents an additional challenge. Have you ever experienced “games” being played with unspoken rules, not knowing how to act or play along? This workshop reveals and decodes unspoken rules and behaviour patterns, guides you in identifying scheming, traps and tricks, and shows you how to achieve greater room for manoeuvre and increased assertiveness.

### Content of the workshop:

- Power dynamics in hierarchical organizations
- Decoding verbal and non-verbal language, symbols and gestures in daily power games
- How to make yourself seen and listened to in meetings and further relevant settings

### The participants

- Will get to know the essential rules in power games and how to play along
- Will be able to decide in any given power situation whether they want to participate in the game or not and thus gain more freedom of choice
- Will be able to make themselves heard and listened to

### Approach

- Theoretical and evidenced based inputs about relevant mechanisms and models in power and status games
- Analysis of concrete power game situations
- Training of verbal and non-verbal tactics and strategies
- Exchange of experiences and peer feedback

### Trainer

Lic.phil. Sibyl Schädli, lecturer, coach ICF PCC, and consultant

Number of participants	14
Date and location	1 <sup>st</sup> June 2021, Online
Registration opening	20 <sup>th</sup> April 2021
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

## Comment monter une équipe de recherche?



### Description et objectifs

La réussite d'une recherche repose sur l'équipe qui la mène. Les éléments nécessaires à son efficacité se décident déjà avant la constitution de l'équipe. La définition des besoins et des objectifs, en amont, permet de clarifier le cadre. Puis lors de la mise en place de l'équipe, une collaboration fructueuse est rendue possible grâce à la définition des rôles et des fonctionnements. Par ailleurs, si la diversité des membres de l'équipe (âge, genre, formation, etc.) permet des complémentarités, celle-ci comporte également des défis à anticiper, car la cohésion de l'équipe est essentielle à sa réussite.

### Les participantes apprennent à :

- Définir ses besoins en ressources humaines et en compétences
- Créer une équipe performante en misant sur la complémentarité
- Pouvoir se positionner et se sentir légitime dans son rôle de responsable
- Identifier les erreurs courantes à éviter

### Approche

Cet atelier repose sur une combinaison d'éléments théoriques, d'échanges dans le groupe et d'exercices individuels et de groupe.

### Animation

Brigitte Guichard, psychologue FSP, formatrice avec brevet fédéral et intervenante en entreprise

Nombre de participantes	12
Date et lieu	15 juin 2021, Université de Lausanne
Inscription dès le	4 mai 2021
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

## Increase your assertiveness in institutional power games



### Description and objectives

In the business world as well as in universities, strategies for power games and assertiveness become increasingly important with each career step. For women, the “likability” requirement often represents an additional challenge. Have you ever experienced “games” being played with unspoken rules, not knowing how to act or play along? This workshop reveals and decodes unspoken rules and behaviour patterns, guides you in identifying scheming, traps and tricks, and shows you how to achieve greater room for manoeuvre and increased assertiveness.

### Content of the online workshop:

- Power dynamics in hierarchical organizations
- Decoding verbal and non-verbal language, symbols and gestures in daily power games
- How to make yourself seen and listened to in meetings and further relevant settings

### The participants

- Will get to know the essential rules in power games and how to play along
- Will be able to decide in any given power situation whether they want to participate in the game or not and thus gain more freedom of choice
- Will be able to make themselves heard and listened to

### Approach

- Theoretical and evidenced based inputs about relevant mechanisms and models in power and status games
- Analysis of concrete power game situations
- Training of verbal and non-verbal tactics and strategies
- Exchange of experiences and peer feedback

### Trainer

Lic.phil. Sibyl Schädli, lecturer, coach ICF PCC, and consultant

Number of participants	14
Date and location	17 <sup>th</sup> June 2021; Online workshop
Registration opening	6 <sup>th</sup> May 2021
Duration	1 day (9h–16h30)
Contact	regard@unifr.ch

## Gestion de conflits – coaching en groupe



### Description et objectifs

D'une atmosphère tendue au conflit ouvert dans votre équipe, ces situations affectent votre ambiance professionnelle et impactent votre efficacité. Votre plaisir au travail et la motivation de votre équipe s'en ressentent fortement.

Nous aborderons en petit groupe différents types de conflits et les manières de les gérer de façon optimale. L'échange au sein du groupe permet de découvrir des perceptions alternatives des situations conflictuelles que vous souhaitez partager, d'explorer des pistes pour se protéger du stress qu'elles génèrent, et de développer ensemble des solutions créatives pour gérer les tensions et les conflits.

Cet atelier vous propose d'explorer d'autres angles de vue sur les tensions et conflits au travail et de développer des pistes de solution concernant les situations concrètes que vous rencontrez.

### A partir des situations que vous traitez en groupe, les thématiques abordées comprennent :

- Reconnaître l'impact des situations conflictuelles sur son bien-être et sur son comportement,
- Définir ses besoins,
- Communiquer clairement,
- Développer la créativité pour résoudre les problèmes et de conflits
- Négocier et réaménager son environnement professionnel

### Approche

Atelier d'une demi-journée: échange de situations individuelles avec coaching en groupe (4 participantes plus l'intervenante).

### Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise, formatrice, mph development

Nombre de participantes	4 personnes par groupe
Dates et lieu	Groupe 1 : 14 sept. 2021; Groupe 2 : 21 sept. 2021, Université de Fribourg
Inscription dès le	3 août / 10 août 2021
Durée	Une demi-journée par groupe (14.9. de 9h–13h ; 21.9. de 13h–17h)
Contact	regard@unifr.ch



### Description et objectifs

Parler d'un projet, en interne ou en externe, ou de sa spécialité, est un passage obligé dans le monde actuel. Le travail en réseau et en équipe se développe. On ne peut plus se contenter de l'entre-soi ! Pour faire passer ses projets, que ce soit auprès de ses partenaires, du public ou des médias, il est donc essentiel d'être bien comprise. Pour cela, il faut adapter sa présentation aux centres d'intérêts et au niveau de son public.

Parler de choses très techniques ou scientifiques à un public de non spécialistes, sans pour autant trahir ou appauvrir le contenu du discours : quelle gageure !

A la fin de cette formation, les participantes seront en mesure de parler de leur projet de manière compréhensible et simplifiée, mais juste ! Elles sauront montrer l'intérêt de leur projet et intéresser leurs interlocutrices et interlocuteurs. Grâce à quelques outils concrets, elles pourront mieux faire connaître leur travail à l'extérieur et ainsi gagner en visibilité.

### Approche

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques pour s'approprier les outils de la vulgarisation, apprendre à structurer son discours, éviter le jargon, sortir de l'abstraction, capter l'attention du public et la maintenir, concevoir un message ciblé, préparer de bons supports visuels.

### Animation

Virginie Pilault, formatrice d'adulte, spécialiste en communication, ex-journaliste RTS (actualité radio, TV), VIP comm

Nombre de participantes	12
Date et lieu	17 septembre 2021, Université de Lausanne
Inscription dès le	6 août 2021
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch



### Description et objectifs

Les enjeux d'une soutenance de thèse ou d'une conférence importante peuvent être élevés. La pression augmentant, les moyens à portée de main pour réussir diminuent proportionnellement. Un regard hostile, une question inattendue, une remarque ou une critique peuvent déstabiliser, voire vous priver entièrement des moyens d'agir d'une manière constructive. Cette formation apporte des réponses pour garder son calme et savoir se ressaisir. Elle offrira des clés pour développer des stratégies afin d'apprivoiser un public hostile, et montrera comment puiser des ressources dans sa capacité à être spontanée et à improviser. Ainsi, la prise de parole pourra devenir une vraie base pour avancer dans la carrière académique.

### Contenu

- Reprise des fondamentaux (conscience corporelle, ancrage, contact et écoute, voix, émotions, authenticité)
- Des astuces pour trouver du courage et savoir s'affirmer
- Oser intervenir quand on a quelque chose à dire mais qu'on ne l'ose pas
- Développer sa spontanéité et capacité d'improviser
- Des astuces pour défendre sa thèse et son travail de recherche avec aisance
- Gérer un public hostile, les attaques, la critique

### Approche

Choix d'exemples concrets tirés des expériences des participantes. Jeux de rôles, recherche de la meilleure façon de communiquer. Travail individuel avec retour personnalisé alternant travail en groupe. Utilisation de la caméra pour un progrès plus efficace.

### Animation

Eva Vokacova Gendros, comédienne et formatrice en communication et développement personnel

Nombre de participantes	10
Date et lieu	23 septembre 2021, Université de Neuchâtel
Inscription dès le	12 août 2021
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite.chance@unine.ch



### Description and objectives

Academic mobility comes in two main flavours: accepting a research position abroad, and short-term travelling for collaborations, meetings or fieldwork. Both can provide great opportunities as well as challenges, especially with children involved. Mobility can be an important factor for success in an academic career, and is nowadays even seen as an essential requirement in many cases.

We will discuss opportunities, challenges and impact of academic mobility. Participants will receive information and feedback on how to organize a move abroad and short-term travelling. They will be encouraged to self-reflect in order to make a grounded decision regarding mobility in their own lives.

### The participants will...

- Find creative solutions to balance private goals and their family situation with travel requirements
- Understand opportunities, challenges and impact of academic mobility
- Have practical information on how to find a position abroad and how to prepare for an international move
- Have stronger basis to decide on how mobile they want to be as scientists.

### Approach

Theoretical input will alternate with individual, pair and group work. This workshop will be organized as an on-line training session.

### Trainer

Sarah Blackford, academic careers specialist

Number of participants	16
Date and location	14 <sup>th</sup> October 2021, Online workshop
Registration opening	2 <sup>nd</sup> September 2021
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch



### Description and objectives

The workshop will be organized around the following questions:

- What is a budget: what are the expenses and revenues of a research budget?
- What funding body are we applying to and what is its influence on the budget that can be requested?
- How to build the budget: which parameters should we consider?
- Tips for managing different types of budgets once funding is secured.

After a brief presentation, participants' specific questions, remarks, and problems relating to their own proposals will be discussed.

### Skills to be acquired:

- An understanding of the fundamental elements of constructing a budget
- Ability to analyze a budget
- In the afternoon, budget analysis construction exercises will be carried out and discussed.

### Approach

Presentation, discussion, exercises, taking into account of the individual cases of the participants.

### Trainer

Dr. Jennifer McClung, psychologist and biologist, Grants Office Manager, University of Neuchâtel

Number of participants	25
Date and location	11 <sup>th</sup> November 2021, University of Geneva
Registration opening	30 <sup>th</sup> September 2021
Duration	1 day (9h15–17h00)
Contact	ateliers@unige.ch



## Question de regard? Perception de soi et choix de carrière



### Description et objectifs

Les femmes prennent de plus en plus leur place dans le monde académique. Des modèles de référence inspirent votre parcours. Quel regard portez-vous sur vos collègues, femmes et hommes? Quel est le poids du regard des autres sur vous et sur vos choix? Cernez vos ressources personnelles pour développer votre carrière de manière satisfaisante.

### Cet atelier vous propose de:

- Reconnaître l'influence du regard que vous portez sur votre réalité professionnelle
- Légitimer vos choix face à la diversité d'options
- Renforcer votre leadership personnel
- Valider votre autorité

L'atelier se déroule en une journée, une réflexion préparatoire sera proposée aux personnes inscrites une semaine avant la séance.

### Approche

Méthode participative et impliquante: réflexion individuelle, travail de groupe et expression créative.

### Animation

Ana María Vidal, formatrice, coach ICF, conférencière et écrivaine

Nombre de participantes	12
Date et lieu	22 novembre 2021, HES-SO Master, Lausanne
Inscription dès le	11 octobre 2021
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite&diversite@hes-so.ch

## Devenir professeure, mettre toutes les chances de son côté!



### Description et objectifs

La matinée de cet atelier est organisée en table-ronde avec des représentant-e-s de la Délégation à l'égalité et le Service égalité & diversité de l'Université de Genève. L'après-midi sera dispensé un atelier.

### La journée cherchera à répondre aux questions suivantes:

- Comment se déroule une procédure de nomination?
- Comment s'y préparer?
- Quels sont les éléments essentiels d'un dossier de candidature remarquable?
- Qu'attend-t-on d'une candidate lors de la leçon d'épreuve?
- Que peut-on lui poser comme questions?

### Approche

Présentation du fonctionnement des procédures de nomination, conseils sur le dossier à préparer, discussion, exposé avec rétroaction, exercices et moments de réflexion, ainsi que mise en pratique de la situation dans le cas d'une leçon d'épreuve.

### Animation

- **Table ronde et inputs**: Présidence de la Délégation à l'égalité pour le suivi des procédures des nominations à l'Université de Genève (UNIGE); Juliette Labarthe, coordinatrice, Service égalité & diversité; professeur-e-s et membres de la Délégation à l'égalité
- **Atelier**: Dre Mallory Schaub, responsable du pôle de Soutien à l'Enseignement et l'Apprentissage UNIGE

Nombre de participantes	15
Date et lieu	3 décembre 2021, Université de Genève
Inscription dès le	22 octobre 2021
Durée	1 journée (10h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

## CONTACTS ET INFORMATIONS

## CONTACT AND MORE INFORMATION

[www.unifr.ch/regard](http://www.unifr.ch/regard)

### RESPONSABLE DE PROJET – FRIBOURG

Claudia Möri  
Tél. 026 300 70 44  
[regard@unifr.ch](mailto:regard@unifr.ch)  
[www.unifr.ch/regard](http://www.unifr.ch/regard)

### COORDINATION – NEUCHÂTEL

Morgane Wüthrich  
Tél. 032 718 10 59  
[egalite.chance@unine.ch](mailto:egalite.chance@unine.ch)  
[www.unine.ch/egalite](http://www.unine.ch/egalite)

### COORDINATION – GENÈVE

Klea Faniko  
Tél. 022 379 78 41  
[ateliers@unige.ch](mailto:ateliers@unige.ch)  
[www.unige.ch/egalite](http://www.unige.ch/egalite)

### COORDINATION – HES-SO

Sabine Kradolfer  
Tél. 058 900 00 00  
[egalite&diversite@hes-so.ch](mailto:egalite&diversite@hes-so.ch)  
[www.hes-so.ch/egalitediversite](http://www.hes-so.ch/egalitediversite)

### COORDINATION – LAUSANNE

Roxane Roduit  
Tél. 021 692 20 84  
[egalite@unil.ch](mailto:egalite@unil.ch)  
[www.unil.ch/egalite](http://www.unil.ch/egalite)

### COORDINATION – EPFL

Kristin Becker van Slooten  
& Chantal Mellier  
Tél. 021 693 27 61/49 18  
[bureau.egalite@epfl.ch](mailto:bureau.egalite@epfl.ch)  
[www.epfl.ch/about/equality/](http://www.epfl.ch/about/equality/)

