

« Je prends soin de moi »

Apprendre aux participants comment prendre soin de soi et de sa présentation au travail.

Les rendre acteurs en créant des produits d'hygiène personnalisés.

Choix entre plusieurs modules :

Soin du corps, des vêtements, des mains, des pieds, des cheveux et des dents.

| | |
|---|--|
| ✓ Public | Travailleurs en ESAT |
| ✓ Prérequis | Avoir suivi le 1 ^{er} module ou BHV |
| ✓ Lieu | En présentiel dans votre structure |
| ✓ Durée | Entre 1 et 3 jours (en fonction du nombre de modules choisis) |
| ✓ Modalités de formation | Groupe de 10 pers maximum |
| ✓ Intervenante | Géraldine Escougnou, éducatrice en hygiène de vie, formatrice spécialiste handicap |
| ✓ Tarif | A partir de 1050€ /jour/groupe |
| ✓ Dates et Modalités d'inscription | Sur demande auprès de HOZONS |

Objectifs

A l'issue de la formation, les stagiaires sont en mesure de:

- Reconnaître l'importance d'une bonne présentation dans un parcours d'intégration sociale et professionnelle
- Démontrer des compétences théoriques et pratiques en matière d'hygiène
- S'approprier les règles d'hygiène

Contenu et déroulé pédagogique

✓ **Compétences théoriques**

En fonction des modules choisis (détail pages suivantes)

✓ **1 activité pratique par jour (en option)**

En fonction des modules choisis, création d'un gel douche, d'un déodorant, de lessive et sachet senteur

Moyens pédagogiques

- Échanges, débats et prise de conscience
- Photolangages, vidéos, jeux, quizz
- **Livrets pédagogiques FALC individuels**
- **Cadeaux pédagogiques en fonction des modules choisis : savon solide, filet de lavage, déodorants, Kit manucure et brosse ongles, brosse à dents et dentifrice éducatif (en option)**

Moyens techniques mis à disposition par le client

- Salle conforme aux exigences qualité et Mur blanc ou écran de projection

Modalités d'évaluation

- Quizz d'évaluation à la sortie de formation
- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

Compétences théoriques transmises par module

| | |
|-------------------------------|---|
| « Soin du corps » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène corporelle• Les accessoires de toilettes et les étapes de la douche• Les règles d'hygiène à respecter au regard de cas concrets. |
| « Soin des vêtements » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène des vêtements• Reconnaissance des étiquettes• Tri du linge• Les étapes pour laver et sécher son linge. |
| « Soin des mains » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène des mains• Réflexion sur la transmission des microbes• Quand se laver les mains ?• Les étapes pour se laver les mains. |
| « Soin des pieds » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène des pieds• Les étapes pour se laver les pieds• Localisation des endroits à risque. |
| « Soin des cheveux » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène des cheveux• Différencier les types de cheveux, et choisir le shampoing adéquat• Les étapes pour se laver les cheveux |
| « Soin des dents » | <ul style="list-style-type: none">• Définition et représentation de l'hygiène des dents• Les types de dentition• Anatomie de la dent• Bons ou mauvais aliments ?• Technique de brossage des dents |

L'adaptation du contenu se fera en fonction de vos besoins et de ceux des apprenants.

Évaluation de la Satisfaction (de nov. 2021 au 31/12/2025)

99.7 % de satisfaction

Évaluation de la formation : 19/20

Évaluation de l'animation : 19.4/20

Contact

Directrice de HOZONS - Géraldine ESCOUGNOU
06.83.72.55.28 - ge.escougnou@hozons.fr