

« 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, formatrice 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