



L'horizon des possibles

JE PRENDS SOIN DE MOI

Prendre soin de son corps, de son hygiène et de son image pour favoriser son bien-être, sa santé et sa vie professionnelle.



Public

Travailleurs en ESAT



Prérequis

Aucun



Lieu

En présentiel dans votre structure



Durée

Entre 1 et 3 jours



Modalités de formation

Groupe de 10 personnes maximum



Intervenante

Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap



Tarif (hors frais de déplacement)
1100 € / jour



Dates et inscription

Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre l'importance d'une bonne hygiène dans la vie quotidienne et professionnelle
- Adopter les bons gestes d'hygiène selon les besoins du quotidien
- Développer leur autonomie dans les soins du corps et l'entretien de leurs vêtements
- Mettre en pratique les apprentissages grâce à des ateliers concrets (en option).

PROGRAMME

Une formation modulable de 1 à 3 jours

Les modules sont sélectionnés en fonction des besoins de votre ESAT.

Modules proposés :

- Soin du corps
- Soin des vêtements
- Soin des mains
- Soin des pieds
- Soin des cheveux
- Soin des dents

Ateliers pratiques (en option)

Selon les modules choisis, les participants fabriquent eux-mêmes des produits d'hygiène du quotidien (savon, gel douche, déodorant, lessive, ...) + Produit d'hygiène offert



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 1 livret pédagogique par module

Moyens techniques mis à disposition

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



MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation continue tout au long de la formation
- Observation des mises en situation, des exercices et de la participation

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation



SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

99.7 %

de satisfaction

19 / 20

Évaluation formation

19,4 / 20

Évaluation animation



*'L'habit ne fait pas le moine,
mais il y contribue !'*



06.83.72.55.28



ge.escougnou@hozons.fr