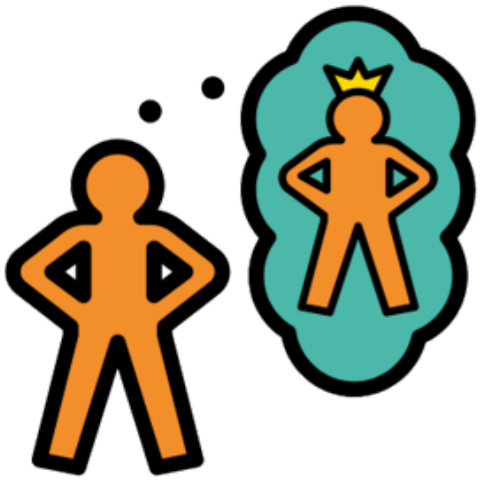
Faire grandir les savoir-être.

Révéler les possibles.



Catalogue de formations

Au cœur de la transformation inclusive des ESAT

www.hozons.fr

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

HOZONS

CAP’ vers l’horizon
de tous LEURS possibles !



PRÉSENTATION

Créé en 2020 par Géraldine ESCOUGNOU, HOZONS est un organisme de formation certifié Qualiopi, spécialisé dans le développement des compétences psychosociales, de l'autodétermination et du pouvoir d'agir des travailleurs en ESAT.

Toutes les formations sont conçues pour être accessibles, concrètes et directement applicables au quotidien.

Elles privilégient les échanges, les mises en situation et des outils pédagogiques en Facile à Lire et à Comprendre (FALC), afin de permettre à chacun de progresser à son rythme.

Au-delà de l'acquisition de connaissances, HOZONS accompagne les établissements dans le développement des savoir-être, de la confiance en soi, de l'autonomie et de la participation des personnes accompagnées.

Les formations s'inscrivent pleinement dans les politiques d'inclusion, d'autodétermination et d'amélioration de la qualité de vie au travail.

La certification Qualiopi, obtenue le 3 novembre 2021 et renouvelée le 9 septembre 2024, atteste de la qualité de nos processus de formation et permet une prise en charge par les OPCO.

HOZONS en quelques chiffres

Plus de 1 800 travailleurs accompagnés

98,5 % de satisfaction
18,8 / 20 : évaluation des formations
19,3 / 20 : évaluation de l'animation

(Données du 3 novembre 2021 au 31 décembre 2025.)

HOZONS

CAP VERS L'HORIZON DE TOUS LEURS POSSIBLES

1. Hygiène & bien-être

Prendre soin de soi et améliorer sa qualité de vie

a) Hygiène de vie
b) Je prends soin de moi
c)Mon corps, mes cycles
d) Le sommeil
e) Une bonne alimentation

2.Valorisation & autodétermination

Mieux se connaître, prendre confiance et devenir acteur de sa vie

a) Moi & les autres
b) Je suis valable et capable
c) Je gère mes émotions
d) Je découvre l'autodétermination (Niveau 1)
e) Je suis autodéterminé.e (Niveau 2)

3. Pair-aidance & participation

S'entraider, participer et faire entendre sa voix

a) Je deviens parrain/marraine d'accueil (Niveau 1)
b) Je renforce mon rôle de parrain/marraine (Niveau 2)
c) Je découvre la pair-aidance (Niveau 1)
d) Je deviens pair-aidant (Niveau 2)
e) Mon rôle de représentant
f) Mes droits et mes devoirs (Niveau 1)
g) Mes droits et mes devoirs (Niveau 2)

4. Vie affective, relationnelle et sexuelle

Aborder les relations, les choix et les droits dans un cadre sécurisé et respectueux.

a) Découverte de la vie affective et relationnelle
b) Sexualité
c) Harcèlement
d) Relations saines au travail
e) Ma vie sur les réseaux sociaux

5. Milieu ordinaire & insertion professionnelle

Préparer les transitions, les projets et l'accès au milieu ordinaire.

a) Je me projette vers le milieu ordinaire
b) Je réussis son stage en entreprise

DES FORMATIONS QUI S'ADAPTENT À VOS BESOINS

Des programmes adaptables

Tous nos programmes peuvent être adaptés
aux attentes et aux besoins spécifiques des participants.

Un besoin qui n'apparaît pas dans ce catalogue ?

Parlons-en !

HOZONS peut concevoir une formation sur mesure, adaptée à vos publics et à vos besoins.

HOZONS

HOZONS

L'horizon des possibles

UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

Développer des habitudes de vie favorables au bien-être, à la santé et à la vie professionnelle.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
0.5 jour – 3 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
690 € (1 gpe - 0.5 jour)
1100 € (2 gpes - 1 jour)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les relations entre hygiène et image de soi
- Choisir une tenue adaptée au travail
- Composer un repas équilibré
- Comprendre les bénéfices d'une activité physique

PROGRAMME

1. Hygiène et image de soi au travail
   - Comprendre ce qu'est l'hygiène et l'image de soi.
   - Identifier les conséquences d'une hygiène insuffisante sur la santé, l'estime de soi et les relations avec les autres.
   - Choisir une tenue adaptée au travail.
2. Alimentation
   - Comprendre le rôle d'une alimentation équilibrée.
   - Composer un repas équilibré.
3. Activité physique
   - Comprendre les bienfaits de l'activité physique.
   - Identifier une activité physique adaptée à ses envies et à ses capacités.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 2 livrets pédagogiques FALC individuels

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)

96.8 %
de satisfaction

18,9 / 20
Évaluation formation

19,5 / 20
Évaluation animation

Chaque bonne habitude compte | 06.83.72.55.28 | ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

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

HOZONS

L'horizon des possibles

MON CORPS, MES CYCLES

Mieux connaître son corps, comprendre son cycle menstruel et adopter les bons gestes d'hygiène intime pour gagner en confiance.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
0.5 jour - 3 heures

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

- Apprendre les bases de l'hygiène intime féminine.
- Comprendre l'importance des soins gynécologiques.
- Comprendre et gérer leur cycle menstruel.

PROGRAMME

1. Hygiène féminine
   - Comprendre l'hygiène intime et son importance
   - Choisir les produits adaptés
   - Prévenir les infections grâce aux bons gestes d'hygiène
2. Soins gynécologiques
   - Comprendre le rôle du gynécologue
   - Découvrir les principaux examens gynécologiques
   - Comprendre l'importance du suivi gynécologique
3. Comprendre et gérer son cycle
   - Comprendre le cycle menstruel
   - Accepter et mieux vivre ses règles
   - Choisir les protections périodiques adaptées à ses besoins

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 1 livret pédagogique FALC individuel

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)

100 %
de satisfaction

19.3/ 20
Évaluation formation

19,6 / 20
Évaluation animation

Ma féminité est une force, pas une honte

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

LE SOMMEIL

Retrouver un sommeil de qualité pour être en forme au quotidien et au travail.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour - 6 heures

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 le rôle du sommeil.
- Identifier les mécanismes qui régulent le sommeil.
- Reconnaître les principaux troubles du sommeil.
- Mettre en place des habitudes favorisant un sommeil de qualité.

PROGRAMME

1. Les bases du sommeil
   - Comprendre le rôle du sommeil
   - Les phases du sommeil
   - Différencier éveil et sommeil
2. Les mécanismes du sommeil
   - Les rythmes biologiques
   - Les facteurs physiques et sensoriels
   - Les facteurs psychologiques
3. Les troubles du sommeil
   - Identifier les principaux troubles
   - Comprendre leurs causes
4. Mieux dormir au quotidien
   - Adopter une bonne hygiène de sommeil
   - Conseils pratiques
   - Exercices favorisant l'endormissement

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 1 livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

100 %
de satisfaction

17.4 20
Évaluation formation

18,6 / 20
Évaluation animation

Une bonne journée commence par une bonne nuit

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

UNE BONNE ALIMENTATION

Comprendre les bases d'une alimentation équilibrée pour préserver sa santé et faire les bons choix au quotidien.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour - 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1200 € / jour

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les principes d'une alimentation équilibrée.
- Identifier les conséquences d'une alimentation déséquilibrée sur la santé.
- Composer des menus équilibrés.

PROGRAMME

1. Les bases de l'alimentation
   - Les groupes d'aliments
   - Les besoins nutritionnels
   - Les repères d'une alimentation équilibrée
2. Alimentation et santé
   - Les conséquences d'une alimentation déséquilibrée
   - Les bonnes habitudes alimentaires
3. Composer des repas équilibrés
   - Élaborer des menus équilibrés
   - Adapter son alimentation à ses besoins

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 1 livret pédagogique FALC individuel
- Dégustation

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
- Fiche "Mes challenges" complétée

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

100 %
de satisfaction

18.5/20
Évaluation formation

19.5 / 20
Évaluation animation

Être en forme, ça commence dans l'assiette

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

MOI ET LES AUTRES

Mieux se connaître,
trouver sa place dans le groupe
et communiquer avec les autres.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour - 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1050 € / jour

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Mieux se connaître.
- Accepter les différences.
- Développer l'esprit d'équipe.
- Mieux communiquer avec les autres.

PROGRAMME

1. Qui suis-je ?
- Réaliser son autoportrait
- Découvrir son identité
- Mes difficultés et les soutions pour les dépasser

2. Ma place dans le groupe
- Le regard des autres
- Identifier sa place dans le groupe
- Comprendre les comportements des autres

3. Mieux communiquer
- Pourquoi et comment communiquer ?
- Communication verbale et non verbale
- Bien communiquer avec les autres

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- 1 livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

98 %
de satisfaction

18/20	18.9/ 20
Évaluation formation	Évaluation animation

Il existe toujours des moyens de dépasser ses difficultés

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE SUIS VALABLE ET CAPABLE

Prendre conscience de ses qualités,
reconnaître son potentiel
et développer la confiance en soi.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour - 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1050 € / jour

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

À l'issue de la formation, les participants sont en mesure de :

- Développer l'estime de soi.
- Reconnaître leurs qualités et leurs compétences.
- Identifier leur potentiel.
- Oser demander de l'aide lorsque c'est nécessaire.

PROGRAMME

1. L'estime de soi

- Comprendre l'estime de soi
- Identifier ses valeurs
- Découvrir ce qui me donne de la valeur

2. Mes qualités

- Reconnaître ses qualités
- Valoriser ses compétences
- Identifier ses réussites

3. Mon potentiel

- Prendre conscience de ses capacités
- Identifier ses ressources
- Repérer les moyens de dépasser ses difficultés

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Création individuelle de leur arbre de vie

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
- Arbre de vie complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

97.5 %
de satisfaction

18/20	19.4/ 20
Évaluation formation	Évaluation animation

Croire en soi
ouvre le champ des possibles

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE GÈRE MES ÉMOTIONS

Comprendre ses émotions,
les accueillir et apprendre à les gérer
pour mieux vivre avec soi-même et avec les autres.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour - 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1050 € / jour

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

À l'issue de la formation, les participants sont en mesure de :

- Identifier les principales émotions.
- Comprendre leurs déclencheurs.
- Reconnaître les besoins liés aux émotions.
- Adopter des stratégies pour mieux les gérer.

PROGRAMME

1. Comprendre les émotions

- Découvrir les principales émotions
- Identifier leurs nuances
- Reconnaître leurs manifestations

2. Les émotions au quotidien

- Identifier les situations qui déclenchent les émotions
- Comprendre les besoins associés
- Découvrir le rôle des émotions

3. Mieux gérer ses émotions

- Identifier ses réactions
- Découvrir des stratégies d'apaisement
- Identifier ses ressources personnelles

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel
- Exercice de relaxation er de respiration

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
- Appropriation de la roue des émotions

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

99.4%
de satisfaction

18.5/20	19.1/ 20
Évaluation formation	Évaluation animation

Toutes les émotions ont leur utilité

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE DÉCOUVRE L'AUTODÉTERMINATION

NIVEAU 1 - SENSIBILISATION

Faire ses propres choix,
construire ses projets et développer son pouvoir d'agir

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 100 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre la notion d'autodétermination
- Apprendre à choisir
- Exprimer des envies, des projets
- Identifier les personnes ressources

PROGRAMME

1. Découvrir l'autodétermination
   - Mes droits et mes devoirs
   - Explications, définition FALC, exemples
2. Faire des choix
   - Qu'est-ce qu'un choix ?
   - Mes choix et ceux réalisés par les autres
   - Peut-on tout choisir ?
   - Comprendre la notion de risque
3. Comment faire le bon choix ?
   - Qu'est-ce qu'un bon choix ?
   - Mes goûts, mes souhaits
4. Construire un projet
   - Comprendre la notion de projet
   - Envisager et formuler un projet
   - Identifier les personnes ressources

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

97,5 %
de satisfaction

18,8 / 20
Évaluation formation

19,2 / 20
Évaluation animation

« Rien pour nous, sans nous. »

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE SUIS AUTODÉTERMINÉ

NIVEAU 2 - MISE EN PRATIQUE

Mettre en œuvre son projet en construisant un plan d'action concret et personnalisé.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Avoir suivi le module "Je découvre l'autodétermination"

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 100 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre la notion d'autodétermination
- Exprimer leurs envies, leurs projets
- S'approprier la marche à suivre pour les réaliser

PROGRAMME

1. Comprendre l'autodétermination

- Les droits et les devoirs
- Les choix et les responsabilités
- Les envies, les besoins et les projets

2. Construire son projet

- Identifier ses forces et ses compétences
- Repérer ses ressources et les obstacles
- Explorer les différentes possibilités

3. Passer à l'action

- Définir des objectifs concrets
- Élaborer un plan d'action personnalisé
- Utiliser l'outil de suivi du projet.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

93.4 %
de satisfaction

18,7 / 20	19,5 / 20
Évaluation formation	Évaluation animation

Un projet se construit pas à pas

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE DEVIENS PARRAIN / MARRAINE

NIVEAU 1 - COMMENT ACCUEILLIR ?

Accueillir, rassurer et accompagner les nouveaux travailleurs pour favoriser une intégration réussie en ESAT.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 200 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre le rôle du parrain ou de la marraine.
- Accueillir un nouveau travailleur avec une posture rassurante.
- Présenter les personnes ressources et les outils d'accueil de l'ESAT.

PROGRAMME

1. Le rôle du parrain / de la marraine
   - Identifier ses missions.
   - Comprendre les limites de son rôle.
   - Découvrir la pair-aidance et la valeur de son expérience.
2. Réussir le premier accueil
   - Se présenter.
   - Rassurer le nouveau travailleur.
   - Adopter une posture d'écoute et de bienveillance.
3. Faire découvrir l'ESAT
   - Présenter les lieux et les personnes.
   - Expliquer le fonctionnement de l'ESAT.
   - Répondre aux premières questions.
4. Les outils d'accueil
   - Présenter le livret d'accueil

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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 juin. 2026)

100%
de satisfaction

19.5/ 20
Évaluation formation

19,5 / 20
Évaluation animation

Mon expérience peut aider un collègue

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE RENFORCE MON RÔLE DE PARRAIN / MARRAINE

NIVEAU 2 - COMMENT PROGRESSER ?

Analyser sa pratique, partager son expérience et renforcer ses compétences pour mieux accompagner les nouveaux travailleurs.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Avoir participé à l'accueil d'au moins un nouveau travailleur en ESAT

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 200 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Analyser leurs pratiques d'accueil
- Adapter leur accompagnement aux différentes situations rencontrées
- Améliorer le parcours et les outils d'accueil de leur ESAT

PROGRAMME

1. Analyser sa pratique

- Partager ses expériences d'accueil
- Identifier ses réussites et les difficultés rencontrées
- Échanger entre pairs

2. Adapter son accompagnement

- Accompagner des personnes aux profils variés
- Faire face aux situations difficiles
- Savoir demander de l'aide si nécessaire

3. Améliorer le parcours d'accueil

- Analyser le parcours d'accueil existant
- Identifier des pistes d'amélioration
- Faire évoluer les outils d'accueil de l'ESAT

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Chaque accueil est une occasion d'apprendre

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE DÉCOUVRE LA PAIR-AIDANCE

NIVEAU 1 - SENSIBILISATION

Découvrir la pair-aidance
et apprendre à mettre son expérience au service des autres.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 200 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre la pair-aidance
- Identifier les expériences qui les ont fait progresser
- Comprendre comment leur expérience peut être utile à d'autres travailleurs

PROGRAMME

1. Découvrir la pair-aidance
   - Comprendre la pair-aidance
   - Le rôle du pair-aidant
   - Les limites du pair-aidant
2. Reconnaître ses savoirs expérientiels
   - Identifier ce que mes expériences m'ont appris
   - Comprendre comment mon expérience peut aider les autres
3. Partager son expérience
   - Identifier une difficulté dépassée
   - Partager les solutions qui m'ont aidé
   - Comprendre comment accompagner sans décider à la place de l'autre
4. Se projeter
   - Qui peut devenir pair-aidant ?
   - Les qualités d'un pair-aidant
   - Réfléchir à son envie d'aller plus loin

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à juin. 2026)

100%
de satisfaction

18.9/ 20
Évaluation formation

20 / 20
Évaluation animation

Mes difficultés surmontées sont une force

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE DEVIENS PAIR-AIDANT

NIVEAU 2- MISE EN PRATIQUE

Apprendre à accompagner un collègue en partageant son expérience avec écoute, respect et bienveillance

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Avoir suivi le module “Je découvre la pair-aidance”

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 6/8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 200 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Identifier une expérience qu'ils souhaitent transmettre
- Partager leur expérience de manière utile
- Accompagner un collègue avec une posture d'écoute et de bienveillance
- Utiliser les principales étapes de la pair-aidance

PROGRAMME

1. Identifier son expérience
   - Identifier les apprentissages issus de son vécu
   - Choisir une expérience à partager
2. Construire son accompagnement
   - Comprendre les qualités et les limites du pair-aidant
   - Partager son expérience de manière utile
   - Utiliser les étapes de la pair-aidance
3. Développer sa posture
   - Développer son écoute et sa reformulation
   - S'entraîner à accompagner un collègue
   - Adapter son accompagnement aux besoins du pair-aidé

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Mon expérience éclaire le chemin, elle ne choisit pas la direction

06.83.72.55.28 | ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

MON RÔLE DE REPRÉSENTANT

Développer les compétences nécessaires pour représenter les travailleurs et porter leur parole au sein de l'ESAT.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Être élu au CVS et/ou délégué

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8/10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 200 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre le rôle du représentant des travailleurs
- Identifier les besoins et les attentes des travailleurs
- Communiquer efficacement
- Représenter les intérêts des travailleurs avec confiance

PROGRAMME

1. Comprendre mon rôle
   - Le CVS et l'instance mixte
   - Les missions du représentant
   - Les limites de mon rôle
2. Représenter les travailleurs
   - Identifier les besoins des travailleurs
   - Porter leur parole
   - Préparer une réunion
3. Communiquer efficacement
   - Écoute active; Reformulation; Prise de parole.
4. Développer la confiance en soi
   - Renforcer la confiance en soi
   - Comprendre et gérer ses émotions
   - Oser prendre la parole

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique individuel complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

100%
de satisfaction

19.9/ 20	20 / 20
Évaluation formation	Évaluation animation

Un CVS dynamique commence par des représentants engagés

06.83.72.55.28 | ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

MES DROITS, MA VOIX

MODULE 1 – DE LA COMPRÉHENSION...

Découvrir ses droits et ses devoirs pour mieux comprendre sa place de citoyen, en ESAT comme dans la société.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 100 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les principaux droits et devoirs du citoyen.
- Identifier les droits des travailleurs en ESAT.
- Comprendre l'impact des principales lois sur leur vie quotidienne.
- Découvrir le rôle du CVS et l'importance de la participation.

PROGRAMME

. 1. Être citoyen
- Les droits fondamentaux
- Les devoirs du citoyen
- Être citoyen au quotidien

2. Les lois qui protègent
- Les principales lois depuis 2002
- Ce qu'elles changent dans la vie quotidienne
- Les droits des personnes en situation de handicap

3. Mes droits en ESAT
- Mes droits
- Mes devoirs
- À quoi sert le CVS ?
- Pourquoi participer ?

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Connaître ses droits, c'est pouvoir les exercer.

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

MES DROITS, MA VOIX

MODULE 2 – À L'ACTION

Faire entendre sa voix, défendre ses droits et participer activement à la vie de l'ESAT.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif
1 100 € (hors frais de déplacement)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Exprimer leurs besoins et leurs idées.
- Identifier les recours possibles en cas de non-respect de leurs droits.
- Découvrir et expérimenter le droit de vote et l'engagement citoyen.
- Participer activement à la vie de l'ESAT.

PROGRAMME

1. Oser s'exprimer
   - Pourquoi est-il important de s'exprimer ?
   - Identifier les situations où il est difficile de parler
2. S'exprimer avec respect
   - Découvrir la méthode du « JE »
   - Exprimer une émotion, un besoin ou une demande
3. Défendre ses droits
   - Mobiliser ses droits en ESAT
   - Reconnaître une situation de non-respect d'un droit
   - Connaître les personnes ressources et les démarches à effectuer
4. Agir dans la vie de l'ESAT
   - Participer au CVS
   - Exercer son droit de vote
   - S'engager dans la vie de l'établissement

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Ma voix compte.
J'ose l'utiliser.

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

DÉCOUVERTE DE LA VARS

Découvrir les bases de la vie affective, relationnelle et sexuelle pour faire des choix éclairés dans le respect de soi et des autres.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
0.5 jour – 3 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
750 € (1 gpe - 0.5 jour)
1200 € (2 gpes - 1 jour)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les notions de vie affective, relationnelle et sexuelle.
- Connaître leurs droits et leurs devoirs.
- Identifier les limites entre vie privée et vie professionnelle.

PROGRAMME

1. La VARS

- Qu'est-ce que la vie affective, relationnelle et sexuelle ?
- Les droits et les devoirs
- Les limites entre vie privée et vie professionnelle
-

2. Ma vie affective

- Les différents types de relations
- La notion d'intimité
- Le respect de soi et des autres

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Cocréation d'une affiche collective

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)

100%
de satisfaction

19/20	19.2/20
Évaluation formation	Évaluation animation

Mieux se connaître pour mieux respecter les autres

06.83.72.55.28 | ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

SEXUALITÉ

Comprendre la sexualité, le consentement et les moyens de protection pour faire des choix éclairés et respectueux.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
0.5 jour – 3 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
750 € (1 gpe - 0.5 jour)
1200 € (2 gpes - 1 jour)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre la notion de sexualité.
- Comprendre le principe du consentement.
- Identifier les principaux risques liés à la vie sexuelle.
- Connaître les moyens de protection.

PROGRAMME

1. Comprendre la sexualité
   - Les différentes dimensions de la sexualité
   - Les gestes et comportements sexuels
   - Le consentement
2. Se protéger
   - Les IST
   - Le préservatif
   - Les différents moyens de contraception
3. Reconnaître une situation de danger
   - Les violences sexuelles
   - Les situations d'abus
   - Les personnes ressources

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- • Cocréation d'une affiche (à disposition)

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)

98.1%
de satisfaction

19.4/20
Évaluation formation

19.8/20
Évaluation animation

Le respect est la base de toute relation.

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

HARCÈLEMENT

Identifier les situations de harcèlement pour mieux les prévenir, réagir et demander de l'aide.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
0.5 jour – 3 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
750 € (1 gpe - 0.5 jour)
1200 € (2 gpes - 1 jour)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Identifier les différentes formes de harcèlement.
- Reconnaître une situation de harcèlement.
- Savoir comment réagir et vers qui se tourner.

PROGRAMME

1. Comprendre le harcèlement

- Les différentes formes de harcèlement
- Les mécanismes du harcèlement
- Les conséquences pour les victimes

2. Reconnaître une situation de harcèlement

- Les situations du quotidien
- Ce qui est acceptable et ce qui ne l'est pas
- Les signaux d'alerte

3. Réagir

- Les personnes ressources
- Les démarches à entreprendre
- Les sanctions prévues par la loi

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- • Cocréation d'une affiche (à disposition)

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)

100%
de satisfaction

19.3/20
Évaluation formation

19.7/20
Évaluation animation

Le silence protège le harcèlement, la parole protège les personnes

06.83.72.55.28

ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

RELATIONS SAINES AU TRAVAIL

Développer une communication respectueuse pour prévenir les conflits et favoriser des relations de qualité au travail.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1200 €

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les caractéristiques d'une relation saine
- Identifier les comportements qui dégradent les relations
- Communiquer de manière respectueuse pour prévenir ou apaiser les conflits

PROGRAMME

1. Les relations saines

- Les caractéristiques d'une relation saine
- Pourquoi les relations sont importantes au tavail
- Les attitudes qui favorisent le respect

2. Les comportements qui créent des conflits

- Identifier les comportements négatifs.
- Comprendre leurs conséquences sur soi et sur les autres

3. Communiquer autrement

- Découvrir la Communication Non Violente
- Exprimer ses besoins avec respect
- Prévenir et gérer les conflits du quotidien

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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)

96.5%
de satisfaction

18.2/20	19/20
Évaluation formation	Évaluation animation

Une relation saine, c'est me respecter et respecter l'autre

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

MA VIE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Comprendre les réseaux sociaux,
adopter les bons comportements
et se protéger des situations à risque.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1200 €

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Utiliser les réseaux sociaux de façon responsable
- Identifier les situations à risque
- Savoir se protéger et demander de l'aide

PROGRAMME

1. Je comprends et j'utilise les réseaux sociaux
   - Découvrir les possibilités des réseaux sociaux
   - Distinguer ce qui est public et privé
   - Réfléchir avant de publier
   - Communiquer avec respect et préserver l'image des autres
2. Je reconnais les situations à risque
   - Repérer les situations à risque
   - Identifier pression, chantage et cyberharcèlement
   - Savoir dire non et poser des limites
3. Je sais me protéger et demander de l'aide
   - Bloquer, signaler et conserver les preuves
   - Adopter les bons réflexes
   - Identifier les personnes qui peuvent m'aider

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Une ouverture sur le monde
mais pas sans risques.
Apprenons à nous protéger !

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE ME PROJETTE VERS LE MILIEU ORDINAIRE

Réfléchir à un projet vers le milieu ordinaire et identifier les premières étapes pour le construire en toute confiance.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1200 €

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les différences entre l'ESAT et le milieu ordinaire
- Clarifier leurs motivations et leurs interrogations
- Identifier leurs compétences transférables
- Définir une première étape réaliste vers leur projet

PROGRAMME

1. Découvrir le milieu ordinaire
   - Les différences entre l'ESAT et l'entreprise
   - Les avantages et les points de vigilance
   - Pourquoi ai-je envie de partir ?
2. Mieux se connaître
   - Mes compétences transférables
   - Mes besoins et mes ressources
   - Mes peurs et mes freins
3. Construire mon projet
   - Les dispositifs d'accompagnement
   - Mes prochaines étapes
   - Suis-je prêt maintenant ou ai-je besoin de me préparer davantage ?

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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
- Livret pédagogique complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Chaque projet avance à son rythme

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE RÉUSSIS MON STAGE EN ENTREPRISE

Se préparer à vivre une expérience en entreprise avec confiance et mettre toutes les chances de son côté

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Avoir un projet de stage ou d'immersion en entreprise

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
1100 €

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Préparer concrètement son arrivée en entreprise
- Adopter les attitudes professionnelles attendues
- Communiquer de manière adaptée
- Savoir réagir face aux difficultés pendant le stage

PROGRAMME

1. Préparer son stage
   - Recueillir les informations importantes
   - Préparer son arrivée : tenue, trajet, horaires, etc
2. Réussir son premier jour
   - S'organiser
   - Se présenter
3. Pendant son stage
   - Adopter les attitudes et les règles attendues
   - Communiquer de manière adaptée
   - Écouter, comprendre, poser des questions, reformuler
4. Réagir face aux difficultés
   - Trouver des solutions face à une difficulté
   - Identifier les personnes à prévenir en cas de problème

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Passeport du stagiaire individuel

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
- Passeport complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Un stage se prépare.... et se réussit.

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS
Géraldine ESCOUGNOU
ge.escougnou@hozons.fr
06 83 72 55 28
www.hozons.fr

Déplacements sur toute la France

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

HOZONS, SAS au capital social de 1.000 €- 60, avenue Andrée -94100 Saint-Maur
SIRET : 881 531 305 00012 – NAF : 7022Z
Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n°11 94 10556 94 du préfet de région de Ile-de-France

HOZONS

L'horizon des possibles

MES ÉMOTIONS, MON CORPS ET MOI

Comprendre ses émotions et expérimenter le mouvement pour mieux les ressentir et les réguler.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum

Intervenantes
Géraldine Escougnou - Formatrice spécialiste handicap
Céline Laurent - Intervenante en danse inclusive et mouvement conscient

Tarif (hors frais de déplacement)
1400 €

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Identifier ses émotions et leurs manifestations corporelles.
- Comprendre ses réactions et ses besoins.
- Repérer l'impact de ses émotions sur ses relations.
- Expérimenter le mouvement pour exprimer et réguler ses émotions.

PROGRAMME

1. Je comprends mes émotions
- Rappeler les émotions et leur utilité.
- Relier émotion, réaction et besoin.

2. J'écoute mon corps
- Repérer les signes corporels des émotions.
- Identifier les signes d'une émotion qui monte.

3. Mon corps communique
- Décoder regards, postures et gestes.
- Repérer l'impact de mes émotions sur mes relations.

4.J'expérimente le mouvement
- Exprimer mes émotions par le mouvement.
- Explorer le mouvement seul et avec les autres.
- Expérimenter des mouvements pour m'apaiser.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC

Moyens techniques mis à disposition
- Salle conforme aux exigences qualité
- Espace permettant les exercices en mouvement
- 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
- Livret pédagogique complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Je ressens, je bouge, et je m'apaise.

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE M'ADAPTE À UN NOUVEL ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Vivre le changement, mobiliser mes ressources et trouver ma place dans un nouvel environnement professionnel.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel, sur site

Durée
2 h d'immersion préalable
+ 2 jours de formation – 12 h

Modalités de formation
Groupe de 12 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou - Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
2600 € (2h d'immersion + 2 jours)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS JOUR 1 : Vivre le changement et s'y adapter

- Identifier les changements liés au nouvel environnement de travail
- Exprimer ses ressentis et besoins face au changement
- Identifier ses compétences et ses ressources
- Repérer ce sur quoi chacun peut agir pour mieux s'adapter

PROGRAMME

1. Je prends conscience du changement
   - Distinguer ce qui change et ce qui reste
   - Comprendre les adaptations nécessaires
2. Je comprends mes réactions
   - Identifier mes émotions face au changement
   - Exprimer mes besoins et mes interrogations
   - Repérer ce qui peut m'aider
3. Je m'appuie sur mes ressources
   - Valoriser mon expérience professionnelle
   - Repérer mes personnes ressources
4. Je deviens acteur de mon adaptation
   - Identifier ce sur quoi je peux agir
   - Oser questionner, demander et exprimer un besoin.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC

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
- Livret pédagogique complété

- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

NOUVEAUTÉ

Les indicateurs de satisfaction seront communiqués après les premières sessions de formation.

Je m'adapte, j'apprends et je trouve ma place.

06.83.72.55.28 ge.escougnou@hozons.fr

HOZONS

L'horizon des possibles

JE M'ADAPTE À UN NOUVEL ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

JOUR 2

OBJECTIFS JOUR 2 : Me préparer à mon nouvel environnement de travail

- Identifier les comportements attendus chez le client
- S'organiser pour réaliser une prestation complète
- Communiquer de manière professionnelle
- Réagir de façon adaptée face à une difficulté

PROGRAMME

1. Je trouve mes nouveaux repères

- Comprendre les attentes du client
- M'adapter à de nouveaux lieux et organisations
- Repérer les comportements professionnels adaptés

2. Je réalise mon travail avec attention

- Rester concentré et constant
- Organiser mon travail pour limiter les oublis
- Observer → réaliser → vérifier
- Utiliser les produits et repères adaptés

3. Je communique de manière professionnelle

- Identifier le bon interlocuteur
- Respecter une juste distance relationnelle
- Poser une question et demander de l'aide

4. Je sais réagir en cas de difficulté

- Réagir de manière adaptée face à une erreur ou une remarque
- Signaler une difficulté et demander de l'aide

IMMERSION PRÉALABLE – 2 H

Observation en situation de travail en amont de la formation afin d'identifier les pratiques, outils, repères et besoins des travailleurs et d'adapter les exercices et mises en situation.

HOZONS

L'horizon des possibles

RELATIONS SAINES AU TRAVAIL

Développer une communication respectueuse pour prévenir les conflits et favoriser des relations de qualité au travail.

Public
Travailleurs en ESAT

Prérequis
Aucun

Lieu
En présentiel dans votre structure

Durée
1 jour – 6 heures

Modalités de formation
Groupe de 10 personnes maximum

Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap

Tarif (hors frais de déplacement)
750 € (1 gpe - 0.5 jour)
1200 € (2 gpes - 1 jour)

Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Comprendre les caractéristiques d'une relation saine
- Identifier les comportements qui dégradent les relations
- Communiquer de manière respectueuse pour prévenir ou apaiser les conflits

PROGRAMME

1. Les relations saines

- Les caractéristiques d'une relation saine
- Pourquoi les relations sont importantes au tavail
- Les attitudes qui favorisent le respect

2. Les comportements qui créent des conflits

- Identifier les comportements négatifs.
- Comprendre leurs conséquences sur soi et sur les autres

3. Communiquer autrement

- Découvrir la Communication Non Violente
- Exprimer ses besoins avec respect
- Prévenir et gérer les conflits du quotidien

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Livret pédagogique FALC individuel

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)

96.5%
de satisfaction

18.2/20	19/20
Évaluation formation	Évaluation animation

Une relation saine, c'est me respecter et respecter l'autre

06.83.72.55.28
ge.escougnou@hozons.fr