

02

Hygiène De Vie

Fiche technique**Secteurs**

Social et Médico-social

PublicTravailleurs/ouvriers exerçant
au sein d'un ESAT**Durée**2 JOURS - les 21 JUIN et 28 JUIN
2024**Organismes de formation**☞ CAP VERS ORP - 0596 48 28
22
☞**Date limite d'inscription**

13/06/2024

Lieux & dates☞ **Groupe 1****CAP VERS ORP - TRINIE**

Le 21 juin 2024

+ Le 28 juin 2024

Interlocuteur Opcosanté**VALONY Isabelle**isabelle.valony@opco-sante.fr

0696 89 14 02

Contexte

La question de l'hygiène est encore à ce jour un sujet réel pour les personnes en situation de handicap, d'autant plus dans une société où l'apparence est scrutée, voir même sculptée pour répondre à des codes de beauté.

Mais l'hygiène renvoie également à la santé, marquée par deux années de crise sanitaire où nous n'avons jamais autant lavé nos mains, dans le cercle privé mais également dans la sphère professionnelle. La santé au travail est une préoccupation pour toute entreprise. Le secteur protégé y est particulièrement sensible au regard des fragilités du public accueilli.

Prendre conscience de l'image que l'on renvoie et travailler sur cette dernière (notamment sur l'hygiène, sur sa présentation), sont indispensables pour un meilleur positionnement dans la vie en société, au sein de l'entreprise et chez un client.

Parler d'aide à l'intégration sociale et professionnelle pour les personnes handicapées est autant synonyme de formation professionnelle que de formation sur la santé, l'hygiène de vie, l'esthétique, l'estime de soi.

L'OPCO Santé souhaite proposer aux travailleurs des établissements ou services d'aide par le travail (ESAT) une formation leur permettant d'identifier quelques clés pour améliorer l'image qu'ils ont d'eux-mêmes et l'image qu'ils reflètent auprès des autres. Faire que l'hygiène de vie, du domicile au travail soit un levier d'insertion.

Objectifs

Prendre conscience de l'importance de l'hygiène, des soins et de l'esthétique dans le cadre mon activité professionnelle ; Comprendre que mon apparence conditionne la manière dont je suis perçu par mon entourage : collègues, hiérarchie, clients en ESAT et relations sociales ;

Adapter ma présentation et mes tenues vestimentaires aux circonstances ;

Mieux comprendre le fonctionnement de son corps (approche physiologique) ;

Mettre à jour ses connaissances en matière d'hygiène de vie : alimentation, toilette, sommeil, activité physique ;

Développer ses compétences pour l'entretien de son logement et de son linge ;

Être sensibilisé aux addictions de diverses natures y compris en lien avec les traitements médicamenteux.

Prérequis

Aucun

Contenu

☞ L'hygiène corporelle

☞ Principes de base de l'hygiène

☞ Les gestes Les soins du corps

☞ Appréhender la réglementation et les responsabilités de l'employeur en matière de

santé et sécurité au travail

- ⇒ Définir les produits psychotropes et les différentes addictions
- ⇒ Déterminer les risques et les conséquences d'une addiction en milieu professionnel
- ⇒ Faire face à un comportement lié à une addiction conduite addictive au travail ?
- ⇒ Présentation de la diététique – Définition de la diététique
- ⇒ Soins esthétiques et habillement