

01

Hygiène de vie : du domicile
au bureau

Fiche technique

Secteur

Médico-social

Public

Cette action de formation s'adresse aux
Travailleurs/ouvriers exerçant
au sein d'un ESAT.

Durée

2 jours

Organismes de formation

- ➔ Réalités et Projets
- ➔ Etre Formation

Lieux & dates

➔ Groupe 1

**Haute Garonne (31) - Animé
par Réalités et Projets**

Les 14 & 15 mai 2024

➔ Groupe 2

**Aude (11) - Animé par Etre
Formation**

Les 21 & 22 mai 2024

➔ Groupe 3

**Ariège (09) - Animé par
Réalités et Projets**

Les 11 & 12 juin 2024

➔ Groupe 4

**Hérault (34) - Animé par Etre
Formation**

Les 11 & 12 juin 2024

➔ Groupe 5

**Pyrénées Orientales (66) -
Animé par Réalités et Projets**

Les 17 & 18 sep. 2024

➔ Groupe 6

**Tarn et Garonne (82) - Animé
par Etre Formation**

Les 17 & 18 sep. 2024

➔ Groupe 7

**Hautes Pyrénées (65) -
Animé par Réalités et Projets**

Les 15 & 16 oct. 2024

➔ Groupe 8

**Lozère (48) - Animé par Etre
Formation**

Les 5 & 6 nov. 2024

Contexte

La loi 2005-102 du 11 février 2005 a initié le virage inclusif tant sur une dimension sociale que professionnelle pour les personnes en situation de handicap. Si l'évolution fut lente, elle s'est cependant accélérée vers les années 2017 avec la dynamique de l'emploi accompagné et son dispositif inclusif, puis la circulaire N° DGCS/SD3/2022/139 du 11 mai 2022 relative à la mise en œuvre des mesures du plan de transformation des établissements et services d'aide par le travail (ESAT) et enfin le tout récent décret n°2022-1561 du 13 décembre 2022 relatif au parcours professionnel, aux droits des travailleurs handicapés admis en établissement et services d'aide par le travail.

En effet, apparaît entre autres dans l'application de ces textes, la dimension du pouvoir d'agir qui renvoie à la pleine citoyenneté de la personne en situation de handicap et précise les conditions de mise en œuvre d'une double activité en milieux ordinaire et protégé. Ces dimensions ne sont pas sans conséquence. Le travailleur handicapé est accompagné dans son intégration professionnelle par « le carnet du parcours et des compétences » mais ce n'est pas tant l'intégration qui peut s'avérer un enjeu que l'ensemble des règles, codes souvent informels autour de l'inclusion professionnelle en milieu ordinaire. En effet, la personne doit décoder et s'adapter à un ensemble de normes : l'inclusion professionnelle doit être aussi synonyme de tenue correcte, d'hygiène normalisée, de respect des codes sociaux.

Pour un travailleur handicapé affecté par divers troubles (psychiques, cognitifs, mental intellectuel...), le rapport à cet ensemble de normes peut être distant ; la relation à une esthétique et à une santé globale peut être perturbée par une estime de soi abimée, déstructurée, une peur du ridicule et un sentiment de pas être « à la bonne place ».

Tout l'enjeu de cette formation est de permettre à la personne de prendre conscience de sa valeur, de lui donner des clés pour mettre en avant son autodétermination.

Travailler sur les indispensables comme prendre conscience de l'image que l'on renvoie, trouver des clés, des astuces simples pour correspondre à la norme du milieu ordinaire, faire que l'hygiène de vie, du domicile au travail un levier d'inclusion sont les objectifs de cette formation.

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

Cette action de formation ne nécessite aucun prérequis.

Le lieu exact de la formation sera défini en fonction de la liste des inscrits sur la session.