



«HYGIENE AU QUOTIDIEN»

COÛT DE LA PRESTATION :

1 700 € / 2 JOURS

Non assujetti à la T.V.A article 293B du code général des impôts

Groupe de 10 personnes maximum

COM & CO Formation

11 rue Jean MOULIN
21 110 GENLIS

Tel : 07 70 61 29 46

m.muratel@com-and-co-formation.com

www.Com-and-co-formation.com

N°SIRET :
815 210 893 00013
N° déclaration d'activité :
2621 03550 21
N° DATADOCK : 0055259

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES ET COMPÉTENCES VISÉES:

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de:

- Identifier les éléments liés à l'hygiène
- Appliquer les bons gestes d'hygiène
- Identifier les éléments liés à l'hygiène (maison, alimentation, corps)

PUBLIC CONCERNÉ:

- Travailleurs en situation de handicap (intellectuelle /psychique)

PRÉREQUIS:

- Aucun prérequis pour cette formation

ÉVALUATIONS:

- Formatives : en cours d'apprentissages
- Sommatives : sous forme de jeux en fin de formation
- A chaud : questionnaire individuel de satisfaction

MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENTS :

- Méthode active et participative sollicité par des outils pédagogiques
- Travail en binôme et en sous-groupe
- Partages d'expériences et analyse des situations
- Apports méthodologiques en cours de formation
- Livret pour le stagiaire
- Attestation individuelle de formation

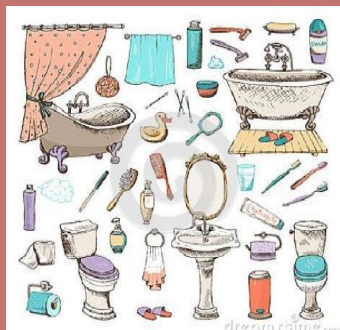
DURÉE DE LA FORMATION:

- Deux jours soit 14H

MOYENS PERMETTANT DE SUIVRE L'EXÉCUTION DE L'ACTION ET D'EN APPRÉCIER LES RÉSULTATS:

- Feuilles d'émargement
- Bilan pédagogique

PROGRAMME



★ TEMPS D'ACCUEIL ET PRÉSENTATION :

Des stagiaires
Explication du programme
Mise au point des horaires de formation, pause et de repas
Temps de présentation (entrée en formation)

★ EMERGENCE DES REPRESENTATIONS SUR L'HYGIENE

Brainstorming : Pour vous, c'est quoi l'hygiène, ça veut dire quoi ?
Analyse et tri des réponses, correction de l'exercice

★ HYGIENE SUR LE LIEU DE VIE:

1. L'hygiène de la maison :

Les endroits à risques
Les incontournables
Les bons réflexes
(Tri et classement de divers bidons de produits ménagés)

★ L'ALIMENTATION ?

Débat :
Pourquoi et comment faut-il laver certains aliments avant de les consommer ?
Ce qu'il faut faire
Ce qu'il ne faut pas faire

HYGIENE CORPORELLE :

1. Zoom sur la dentition :

Combien de dents a-t-on ?
A quoi nous servent-elles ?
Exercice : comment bien se brosser les dents ?
Pourquoi doit-on se brosser les dents ?
Exercice de mise en pratique avec des produits colorant (jeux)

2. Zoom sur les ongles :

L'hygiène des ongles
Les maladies des ongles, comment les éviter et comment les soigner

3. Zoom sur les cheveux :

Le lavage des cheveux : Pourquoi ?
Quand se laver les cheveux ?
Combien de fois ?
Quels produits choisir ?

Exercice de repérages des différents shampoings et produits capillaires

N°SIRET :
815 210 893 00013
N° déclaration d'activité :
2621 03550 21
N° DATADOCK : 0055259



PROGRAMME (suite)

4. Zoom sur les pieds :

Toilette : quels sont les gestes importants à effectuer ?
Conseils d'hygiène des pieds : piscine, chaussures, chaussettes ...

5. Zoom sur les mains :

Comment applique-t-on les mesures destinées à assurer la propreté des mains ?

Quel est le but du lavage des mains, dans la vie quotidienne ?

Quand doit-on se laver les mains ?

Exercice de mise en situation : Lavage des mains

6. Zoom sur la toilette intime :

Comment bien faire sa toilette intime ?

Pour les hommes ?

Pour les femmes ?

Les bons produits à utiliser

Ce qu'il ne faut pas faire

7. Zoom sur La transpiration :

Quel est le rôle de la transpiration ?

Quelles sont les principales causes de la transpiration ?

Que doit-on faire lorsque l'on transpire ?

8. Zoom sur les odeurs :

D'où viennent-elles ?

Que faire pour les neutraliser ?

★ L'HYGIENE ET LES INTERACTIONS SOCIALES:

1. Les représentations sociales :

Les codes et Les règles d'hygiène

Les valeurs

Et au travail ... ?

★ LES MICROBES C'EST QUOI ?

Quels sont leurs rôles ? Peut-on les éviter?

★ SYNTHÈSE DES APPRENTISSAGES

★ ÉVALUATION SOMMATIVE / BILAN

N°SIRET :
815 210 893 00013
N° déclaration d'activité :
2621 03550 21
N° DATADOCK : 0055259

LE DEROULÉ DE FORMATION AVEC COM&CO FORMATION



COM & CO Formation

11 rue Jean MOULIN
21 110 GENLIS

Tel : 07 70 61 29 46

m.muratel@com-and-co-formation.com

www.Com-and-co-formation.com

N°SIRET :
815 210 893 00013
N° déclaration d'activité :
2621 03550 21
N° DATADOCK : 0055259

Accueil des stagiaires :

- L'accueil doit permettre à chaque stagiaire de se sentir attendus !
- Un tour de table pour se présenter, consentira au formateur à noter les attentes de chacun.
- Le formateur présente les objectifs de la formation et lit le programme
- Il pose ensuite le cadre de respect de la parole et de non-jugement
- Les horaires de formation, de pauses et de repas sont ensuite décidés.
- La formation peut démarrer.

La formation :

- La première étape du dispositif d'apprentissage, se fait par un recueil des représentations afin de rencontrer l'apprenant.
- Le formateur choisit la meilleure approche pour chacun en mobilisant et en combinant diverses méthodes pédagogiques.
- Disponible et patient, son rôle est de favoriser le passage des savoirs en compétences utiles pour l'apprenant.

- Les apprentissages sont le plus souvent élaborés sous forme de jeux ou /et d'expériences.

- Des évaluations formatives sont prévues tout au long des apprentissages pour s'assurer de la bonne compréhension de chacun, et des atteintes des objectifs pour permettre ainsi au formateur, de réguler l'action pédagogique.

- Une évaluation sommative est proposée en fin de journée, elle est souvent présentée sous forme d'un jeu.
- Le formateur prend toujours un temps pour faire une synthèse des apprentissages et répondre aux dernières questions.

- Un questionnaire individuel de formation « à chaud » devra être rempli.

- Un bilan est prévu à la fin de chaque session de formation avec un (ou des) représentant(s) de la structure.
Celui-ci est ensuite retranscrit et envoyé par mail au responsable de l'établissement.