

Hygiène corporelle

PREV005

Sensibiliser et former les participants à l'importance de l'hygiène corporelle et vestimentaire, non seulement pour la santé et la prévention des risques, mais aussi comme levier d'estime de soi et de mieux-être au travail.

Présentiel - Synchrone

Objectifs

Sensibiliser et former les participants à l'importance de l'hygiène corporelle et vestimentaire, non seulement pour la santé et la prévention des risques, mais aussi comme levier d'estime de soi et de mieux-être au travail.

Adopter une hygiène corporelle adaptée au contexte professionnel, en respectant les règles de base de propreté et de présentation.

Améliorer leur image professionnelle, en prenant conscience de l'impact de l'hygiène et de la tenue vestimentaire sur les relations de travail.

Renforcer leur estime de soi et leur confiance, grâce à une meilleure prise en charge de leur corps et de leur apparence.

Prévenir les situations de gêne, de rejet ou de conflit liées à une hygiène inadaptée en milieu professionnel.

Faciliter l'intégration, le maintien ou le retour à l'emploi, en adoptant des comportements attendus en entreprise ou en structure d'accueil.

Respecter les règles d'hygiène collective, contribuant ainsi à un environnement de travail sain et respectueux.

Développer une posture professionnelle valorisante, favorisant une image positive auprès des collègues, usagers et employeurs.



Public Visé

Toute personne souhaitant renforcer son hygiène



Pré Requis

Maîtrise orale de la langue française

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Comprendre les enjeux sanitaires, sociaux et personnels de l'hygiène corporelle.

Identifier et appliquer les gestes d'hygiène corporelle efficaces au quotidien.

Connaitre l'impact de l'image corporelle, le rôle des vêtements et du maintien de soi dans la relation professionnelle.

Savoir prévenir les risques professionnels liés à une hygiène déficiente au travail (focalisation sur tenue, nettoyage, comportement).

Favoriser l'estime de soi, le respect et le mieux-être par des comportements d'hygiène conscients.

Parcours pédagogique

Fondamentaux de l'hygiène :

Définition de l'hygiène corporelle & vestimentaire, mise en perspective santé / social.

Rappels sur les bases biologiques (bactéries, peau, transmission...).

Impact de la propreté sur l'image de soi et la perception par les autres.

Pratiques de l'hygiène corporelle :

Douches, soins du corps, hygiène des mains, soins spécifiques selon contexte.

Techniques adaptées pour différents publics (personnes dépendantes, situations spécifiques).

Tenue vestimentaire professionnelle :

Codes et règles de tenues au travail.

Entretien du linge, changement de vêtements selon les risques.

Exemple de bonnes pratiques du secteur hospitalier / alimentaire (sans bijoux, couvre-cheveux...).

Estime de soi et représentation de soi :

Lien logique entre hygiène, estime personnelle et interaction sociale.

Exercices pratiques / temps réflexifs sur ressenti, images de soi, respect de soi.

Méthodes pédagogiques

Ateliers, mises en situation, démonstrations de gestes d'hygiène.

Temps d'échange réflexif sur l'image de soi et la perception de l'hygiène.

Jeux

Moyens pédagogiques

Apports théoriques, supports visuels, ateliers pratiques, mises en situation, échanges collectifs et outils d'auto-évaluation adaptés au public.

Form'in Prev

72 chemin de Las Passos - 11620 Villemoustaussou

Tél. : 04.68.72.04.79 / 06.45.05.49.38 - Site internet : <https://www.forminprev.com> - E-mail : administratif@forminprev.com

SAS au capital de 2 000 € - N° Siret : 809 561 483 000 29 R.C.S. Carcassonne - N° TVA Intra. : FR13809561483 - Numéro de déclaration : 91110134611

Qualification Intervenant-e-s

professionnel qualifié, disposant à la fois de compétences techniques, pédagogiques et relationnelles, lui permettant d'aborder le thème de l'hygiène corporelle avec bienveillance et professionnalisme.

Méthodes et modalités d'évaluation

Évaluations formatives (quiz, auto-évaluation) + attestation de fin de formation

Modalités d'accessibilité handicap

L'occasion pour nous de vous rappeler que nous avons conscience que le handicap n'est pas forcément visible. N'hésitez pas à prendre contact avec notre référente handicap Mme VIDAL Ludivine



Durée

7.00 Heures

1

Jour

Effectif

De 1 à 6 Personnes



Contactez-nous !

Marion LEGRY

Conseillère en développement de compétences

Tél. : 0645054938

Mail : marion.legry@forminprev.com