

### Les formations PH

# Formations en direction des personnes en situation de handicap intellectuel

## Esthétique et soin du corps pour une meilleure approche professionnelle

Référence	PH09
O Lieu	Intra : sur site
① Durée	2 jours (réalisables en ½ journées)
© Coût	<b>1080</b> €par jour et par groupe (hors frais de déplacement et d'hébergement)
🍰 Groupe	10 personnes maximum



#### **PUBLIC**

Travailleurs handicapés

#### **PRÉREQUIS**

Aucun

#### **OBJECTIFS**

- Prendre conscience de l'importance de la présentation et de l'image de soi, pour soi et pour les autres
- Améliorer l'image de soi
- Se mettre en valeur
- Connaître les techniques simples pour une bonne hygiène corporelle

#### **CONTENU**

- · L'image de soi
  - L'image que l'on a de soi
  - ∘ Le look, l'apparence : l'image que je renvoie ou que j'aimerai renvoyer
- L'hygiène corporelle
  - ∘ Le corps
  - · La toilette au quotidien
- Connaissance des produits de beauté
  - Les produits pour prendre soin du corps
- L'hygiène de vie
  - Le stress et sa gestion
- La tenue vestimentaire



Les codes vestimentaires

## **PÉDAGOGIE**

Exposés, exemples et échanges

## **ÉVALUATION DES ACQUIS**

Questionnaire ou quizz d'évaluation des acquis complété en fin de formation