

---

# Programme de Formation

---

## Soins corporels, bien-être et image de soi

Le handicap par sa visibilité et les préjugés fragilise l'image de soi. Une pause bien-être, soins esthétiques, conseils en image offre à la personne handicapée un temps de réassurance et de plaisir.

Ces moments pour « prendre soin de soi » favorisent l'appartenance sociale. Cette formation proposera aux professionnels des techniques pour aider les personnes en situation de handicap à valoriser leur apparence et renouer avec l'estime de soi.

---

### Organisation

**Durée :** 28 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

---

### Contenu pédagogique



#### **Public visé**

Professionnels de proximité intervenant au quotidien dans l'accompagnement et pour le bien-être de personnes en situation de handicap ou dépendantes



#### **Objectifs pédagogiques**

- Identifier les composantes de l'image de soi.
- Expliquer et appliquer les soins esthétiques et le maquillage en tenant compte de la spécificité de la personne.
- Accompagner la personne dans ses choix de vêtements et de coiffure.



#### **Description**

##### **L'image de soi, la relation au corps.**

Soin des mains et/ou des pieds : hygiène ongles, massage détente, pose de vernis.

Soin du visage : soins du quotidien et soins ponctuels. Les soins sont pratiqués avec des cosmétiques du commerce courants et/ou recette facile à usage immédiat.

Maquillage beauté léger.

Conseil en vêtements : morphologies, styles, matières, couleurs, harmonisations.

Conseil en coiffure : entretien des cheveux et coiffage courant.

Ecoute, participation de la personne, freins et éléments facilitants.

##### **Méthodologie pour un accompagnement individuel et la mise en place d'ateliers réguliers.**

Structure et domicile : pertinence des outils.



#### **Prérequis**

aucun



#### **Informations sur l'accessibilité**

Pour tout échange ou demande de mise en confort, vous pouvez contacter notre référent handicap à l'adresse : [apf.formation@apf.asso.fr](mailto:apf.formation@apf.asso.fr)



### **Modalités pédagogiques**

La méthode pédagogique est active et participative, elle s'appuie sur des contenus théoriques (présentations, vidéos), des analyses de cas, des ateliers pratiques et des échanges entre les participants.



### **Moyens et supports pédagogiques**

Sur le plan matériel est requise une salle spacieuse adaptée à la formation, permettant la mise en pratique,



### **Modalités d'évaluation et de suivi**

**Avant la formation** : Les participants seront invités à renseigner un questionnaire afin d'évaluer leur niveau de connaissances des objectifs de la formation.

**Pendant la formation** : Plusieurs évaluations seront réalisées afin de mesurer la progression de chaque participant.

**A l'issue de la formation** : Un questionnaire sera communiqué aux participants afin d'évaluer l'atteinte des objectifs de la formation ainsi que leur niveau de satisfaction. Un questionnaire leur sera envoyé à 1.5 mois afin de mesurer la mise en pratique de la formation et les acquis en situation de travail.