

# Valorisation de l'image de soi

## Public Visé

Travailleurs des ESAT

## Objectifs pédagogiques

- Employer les techniques d'une bonne hygiène corporelle attendue sur le lieu de travail
- Améliorer sa présentation personnelle par le choix des vêtements et les soins esthétiques

## Méthodes et moyens pédagogiques

- Une grande partie de la formation est consacrée à la pratique de soins (visages, mains, pieds, présentation personnelle),
  - à la reconnaissance des produits,
  - et au plaisir de jouer avec ce matériel de bien-être.
- L'apprentissage par des exercices ludiques permet une meilleure

## Pré Requis

Aucun pré requis

## Parcours pédagogique

### • Utiliser les techniques d'une bonne hygiène corporelle

Les soins quotidiens et réguliers  
Le matériel et les produits  
Les soins du visage, le maquillage  
Les soins des mains, des pieds  
Le plaisir de prendre soin de soi

### • Améliorer sa présentation

Le choix des vêtements  
L'harmonie des couleurs  
L'image de soi  
La communication et l'affirmation de soi

## Méthodes et modalités d'évaluation

Evaluation par un document écrit en fin de stage

## Modalités d'Accessibilité

Nous contacter pour vos besoins spécifiques

## Durée

**35.00** Heures

**5** Jours

## Effectif

De 4 à 8 Personnes