

Ref. IVP16

## Tenue vestimentaire et présentation de soi

### OBJECTIFS

- ▶ Sensibiliser les stagiaires à l'importance de leur présentation, dans l'image qu'ils reflètent auprès des autres personnes.
- ▶ Leur apprendre quelques repères simples pour une bonne harmonie physique et vestimentaire.

### PROGRAMME

- ▶ Hygiène corporelle et vestimentaire
  - la toilette corporelle : pourquoi ? quand ? comment ?
  - les vêtements : à quelle fréquence en changer ? pourquoi ?
- ▶ Constituer une tenue vestimentaire
  - apprendre à tenir compte des conditions climatiques et des saisons
  - adapter sa tenue à l'activité du moment
  - apprendre à associer les couleurs
  - tenir compte de sa morphologie afin de se mettre en valeur
  - le choix des vêtements en fonction de son âge
- ▶ L'achat de la tenue
  - comment se comporter dans le magasin
  - hygiène corporelle et vestimentaire
  - connaître ses mensurations
  - l'essayage
  - apprendre à lire les étiquettes.



**Méthode pédagogique** : Recueil des attentes. Etudes de cas, apports théoriques, mises en situation  
Remise d'un support écrit. Evaluation des acquis en début et fin de stage.

**Personnes concernées / Prérequis** : Ouvriers d'ESAT/EA

**Animation** : Intervenant éducatif

**Nombre de participants** : 6 personnes maxi

**DPC** : nous consulter

**Durée** : 4 jours, soit 28 heures

## INTRA

Ce stage peut être organisé  
dans votre établissement  
avec un tarif groupe.



GERFI+ S.A.S. au capital de 250 000€  
SIRET 393 456 892 00024 - Code NAF 8559A - RCS La Rochelle



