Intimité féminine

Apprendre aux participantes à prendre soin de leur intimité, accepter, gérer leurs menstruations et ne plus ressentir de honte.

✓ **Public**	Travailleuses en ESAT
✓ **Prérequis**	Aucun
✓ **Lieu**	En présentiel dans votre structure
✓ **Durée**	0.5 jour, 3 heures
✓ **Modalités de formation**	Groupe de 10 pers. maximum
✓ **Intervenante**	Géraldine Escougnou, éducatrice en hygiène de vie, formatrice spécialiste handicap
✓ **Tarif**	620€ (1 groupe - 0,5 jour) 1050€ (2 groupes- 1 jour)
✓ **Dates et Modalités d'inscription**	Sur demande auprès de HOZONS

Moyens pédagogiques

- Échanges, débats et prise de conscience
- Photolangages, vidéo, jeux et quizz
- **Livret pédagogique FALC**

Moyens techniques mis à disposition par le client

- Salle conforme aux exigences qualité
- Mur blanc ou écran de projection

Modalités d'évaluation

- Quizz d'évaluation à la sortie de formation
- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation

Objectifs

A l'issue de la formation, les stagiaires sont en mesure de :

- Apprendre les bases de l'hygiène intime féminine
- Comprendre l'importance des soins gynécologiques
- Comprendre et gérer leur cycle menstruel

Contenu et déroulé pédagogique

✓ **Hygiène féminine**

- Qu'est-ce que l'hygiène intime ? Pourquoi est-elle importante ?
- Les bonnes pratiques de lavage et choix des produits
- Les erreurs à éviter pour prévenir les infections

✓ **Soins gynécologiques**

- Que fait un gynécologue ? Quand consulter ?
- Les principaux examens gynécologiques (frottis, etc.).
- L'importance des bilans réguliers pour la santé.

✓ **Comprendre et gérer les règles**

- Explication du cycle menstruel
- Accepter et sortir de la honte
- Les protections périodiques : comment les choisir et les utiliser ?

Contact
Directrice de HOZONS - Géraldine ESCOUGNOU
06.83.72.55.28 - ge.escougnou@hozons.fr