



Programme de formation

Ateliers esthétiques pour un mieux-être au quotidien



Dans le cadre d'une démarche globale **d'amélioration de la qualité de vie** des résidents de l'EHPAD, nous proposons la mise en place d'ateliers de socio-esthétique réguliers. Ces ateliers visent à apporter un moment de **détente**, de bien-être et de **valorisation de soi aux personnes âgées**, en tenant compte de leurs spécificités et de leurs besoins.

Contexte

Durée

6 interventions de 2 heures, (plus 15 minutes d'installation et 15 minutes de rangement). Soit une présence de 2h30.
Réparties sur une période à définir.
Ateliers pratiques et théoriques, alternant **démonstrations**, mises en situation et échanges.
Support pédagogique fourni aux participants.

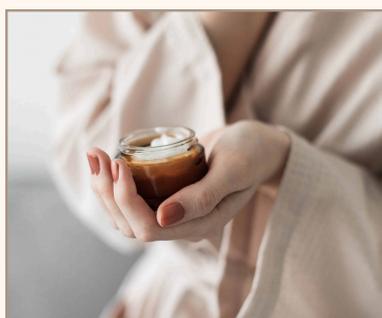


Personnes accueillies et/ou hospitalisées
Personnel soignant (aides-soignants, infirmiers, etc.)
Animateurs
Psychologues
Bénévoles

Public

Objectifs

Apporter du **bien-être et du réconfort** aux résidents.
Stimuler les sens et la mémoire à travers des **activités ludiques**.
Maintenir ou restaurer **l'estime de soi**.
Favoriser les échanges et la convivialité.
Adapter les **soins** aux spécificités de la peau et des ongles des personnes âgées.



Ateliers pratiques
Conseils personnalisés
Échanges et partages d'expériences
Supports visuels et écrits
Techniques de relaxation

Méthodes
pédagogiques

Contact

06.75.31.15.51

contact@forma-esthetique.fr

Programme de formation

Ateliers esthétiques pour un mieux-être au quotidien



Tables de massage ou fauteuils confortables de la structure.
Une serviette personnelle.
Fournis par le centre de formation : gants, masques, miroir.
Produits de soin doux et naturels (huiles, crèmes, lotions, masques).
Matériel de manucure (limes, ciseaux, vernis, stickers).
Matériel de maquillage .

Matériels

Programme détaillé

Module 1 : Bienvenue et découverte (1 atelier)

Atelier 1 : Présentation de la socio-esthétique et de ses bienfaits. Atelier découverte des odeurs et des textures. Soins doux des mains et massage relaxant. Échange sur les souvenirs liés aux odeurs.

Module 2 : Soins des mains et des ongles (1 atelier)

Atelier 2 : Soins des ongles (limage doux, hydratation des cuticules) - Adapter les gestes aux ongles fragiles.

Pose de vernis colorés (couleurs douces et lumineuses) - Techniques pour une application facile.

Module 3 : Soins du visage et bien-être (2 ateliers)

Atelier 3 : Nettoyage doux du visage et application d'un masque hydratant. Relaxation guidée. Auto-massage du visage et techniques de détente. Échange sur les émotions et les souvenirs.

Atelier 4 : Maquillage léger (teint, blush, mascara) - Techniques pour un effet naturel. Échange sur l'image de soi.

Contact

06.75.31.15.51

contact@forma-esthetique.fr

Programme de formation

Ateliers esthétiques pour un mieux-être au quotidien



Module 4 : Bien-être et détente (1 atelier)

Atelier 5 : Massage relaxant des pieds et techniques de réflexologie plantaire douce. Échange sur les émotions et les souvenirs.

Module 5 : Clôture et bilan (1 atelier)

Atelier 6 : Révision des techniques apprises et conseils personnalisés. Échange sur les ressentis et les projets.

Equipe pédagogique

Formation animée par Manon Sendrous, Esthéticienne depuis 14 ans vivant en Cerdagne.

Spécialisée dans tous types de prestations esthétiques, socio-esthétique et formatrice expérimentée.

Contact

06.75.31.15.51

contact@forma-esthetique.fr



FORMARÊVE
ESTHÉTIQUE

Programme de formation

Ateliers esthétiques pour un mieux-être au quotidien



Observez les réactions et les émotions des résidents pendant et après les ateliers.
Recueillez les témoignages des résidents et du personnel soignant.
Adaptez les ateliers en fonction des retours et des besoins.

Evaluation

Conditions d'accès

Formation réalisée au sein de vos locaux, aménageables sur demande à un public en situation de handicap.



Minimum 4 personnes.

Maximum 10 personnes.

Conditions
d'inscription

Coût de la formation

55€ TTC de l'heure.

Le coût des matières premières et instruments est inclus dans ce tarif.

Frais de déplacement : pour les interventions situées dans un rayon de 20 kilomètres autour de Bourg-Madame, un tarif unique de 30 euros pour les frais de déplacement sera appliqué.

Pour les interventions situées au-delà de ce rayon, un forfait de 15 euros s'appliquera pour chaque dizaine de kilomètre supplémentaire.

Mention spéciale : sur la nécessité d'un parking gratuit mis à disposition ou la prise en charge des frais de stationnement.



Le programme peut être soumis à de légers ajustements.

Contact

contact@forma-esthetique.fr

06.75.31.15.51