

## **PROGRAMME DE FORMATION**

**Réf. APFTSD/MCAF-0150 :**

### **Formation : Aider la personne à faire sa toilette, à s'habiller et à se déplacer**

**Durée :** 3 jours (14 heures)

**Objectifs de la formation :**

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les enjeux d'hygiène et de confort pour la personne aidée.
- Maîtriser les techniques de toilette adaptées aux différents besoins et capacités.
- Accompagner la personne dans le choix et la mise en place de ses vêtements.
- Sensibiliser aux aspects relationnels et de communication durant la toilette et l'habillage.

#### **Professionnels intervenants possibles :**

- Aide-soignant(e) ou infirmier(ère) : démonstrations pratiques de toilette, habillage et transferts sécurisés.
- Ergothérapeute : conseils sur l'utilisation des aides techniques, adaptations de l'environnement et postures ergonomiques.
- Kinésithérapeute : techniques de déplacement et prévention des douleurs.
- Psychologue ou formateur en relation d'aide : aspects relationnels, communication, respect de l'intimité et bientraitance.

---

#### **CONTENU :**

##### **Jour 1 – Les enjeux de l'hygiène quotidienne et techniques de base :**

- Importance de la toilette pour le bien-être physique et psychologique.
- Adapter la toilette aux différentes situations : personnes âgées, handicapées, convalescentes.
- Étapes d'une toilette complète à domicile (lit, salle de bain).

##### **Activités :**

Discussion interactive : partage d'expériences sur les pratiques d'hygiène.

Étude de cas : identifier les adaptations nécessaires selon la situation.

Démonstration pratique par l'infirmier(e) ou aide-soignant(e) des gestes sécurisés et techniques de base.

Exercices pratiques de transfert et de déplacement en binômes encadrés par le kinésithérapeute ou l'ergothérapeute.

---

##### **Jour 2 – Techniques de toilette adaptées aux besoins spécifiques :**

- Toilette au lit, dans une chaise de douche ou dans la baignoire.
- Adaptation pour personnes en perte d'autonomie ou atteintes de troubles cognitifs.
- Utilisation des aides techniques et prévention des douleurs et inconforts.

##### **Activités :**

Mise en situation pratique : toilette partielle et gestes sécurisés en binômes (encadré par aide-soignant(e) ou infirmier(e)).

Atelier pratique : manipulation du matériel adapté (siège, planche de transfert, produits spécifiques) avec l'ergothérapeute.



Exercices de postures et techniques ergonomiques pour prévenir les douleurs (kinésithérapeute).

Débriefing collectif sur les difficultés rencontrées et bonnes pratiques.

---

### **Jour 3 – Habillage, communication et aspects relationnels :**

- Importance du choix des vêtements : préférences, météo, confort et sécurité.
- Techniques d'habillage pour personnes ayant des difficultés motrices.
- Vêtements adaptés pour personnes âgées ou handicapées.
- Communication et respect de l'intimité : instaurer un climat de confiance et favoriser la bientraitance.

#### Activités :

Atelier pratique : enfiler chemises, pantalons, chaussures en respectant le confort de la personne (infirmier(e) / aide-soignant(e)).

Présentation et manipulation de vêtements adaptés (ergothérapeute).

Jeux de rôle : communication bienveillante et respect de l'intimité pendant la toilette et l'habillage (psychologue ou formateur en relation d'aide).

Synthèse collective : bilan des acquis et échanges sur les bonnes pratiques à appliquer au quotidien.

---

### **Résultats attendus à l'issue de la formation :**

Comprendre les enjeux d'hygiène, de confort et de dignité pour la personne aidée.

Réaliser les techniques de toilette adaptées aux différents besoins et capacités.

Accompagner la personne dans le choix et la mise en place de ses vêtements.

Adopter une posture professionnelle et établir une communication respectueuse et adaptée durant la toilette et l'habillage.

Ce programme allie théorie, pratique et échanges interactifs, permettant aux participants de développer les compétences essentielles pour accompagner en toute sécurité et avec bienveillance la personne dans ses gestes du quotidien.

---

**Dates session** : Année 2026.

#### **TARIFS :**

- en inter-entreprises : 1550 €
- en intra-entreprises : se rapprocher de nos services, (tarif dépend du nombre de salariés à former).

**Inter groupes** : de 5 à 8 personnes.



**Public cible :**

- Professionnels intervenant à domicile (aide-soignants, travailleurs sociaux, etc.).

**Pré-requis** : Action de formation à destination de salariés entrant ou travaillant dans le secteur professionnel en structure d'aide à domicile ne disposant pas de qualification et et/ou peu d'expérience dans le domaine. Utilisation de l'outil bureautique.

**Modalités d'admission** : Entretien d'accueil préalable, (gratuit et sans engagement).  
Questionnaire de positionnement en amont de la formation.

**Modalités d'accès à la formation** : Nos modules sont réalisables en mixte présentiel, distanciel (visioconférence) et en e-learning.

**Programmation** : Jour 1 : en présentiel – Jour 2 : en visioconférence.

**Méthodes et moyens pédagogiques mobilisées :**

- Vidéos/jeux de rôle/exposés théoriques et diaporama/quiz/travail en groupe/réflexion individuelle/retour d'expérience.

**Intervenants** : Formateurs spécialisés – Experts ayant des connaissances approfondies dans l'aide et du soin à la personne – Coachs.

Formation Eligible OPCO.

**Évaluation de la formation :**

- En cours de formation : par des mises en situation, simulation, jeux de rôles, quiz d'évaluation des connaissances.
- Bilan et évaluation : Questionnaire de satisfaction et tour de table sur les apprentissages.
- Certification de formation : Délivrance d'un certificat de formation.

