



## Sélection de ressources documentaires

# Hygiène corporelle : rôle et posture de l'accompagnement

Avril 2024

Cette sélection de ressources documentaires sert de support informatif complémentaire au contenu de la formation de Promotion Santé Nouvelle-Aquitaine. Elle a pour objectif d'offrir aux acteurs une base commune de travail et de réflexion, et de leur apporter une connaissance fiable et actualisée. Les liens vers les sites Internet ont été vérifiés le 9 avril 2024.

### SOMMAIRE

<b>Contextes, déterminants, normes et représentations.....</b>	<b>2</b>
<b>Posture éducative et relation d'aide .....</b>	<b>4</b>
<b>Des outils d'intervention .....</b>	<b>7</b>

# Contextes, déterminants, normes et représentations

**4<sup>ème</sup> Baromètre « Hygiène & précarité en France ».** Association Dons Solidaires, IFOP, janvier 2024.

À travers les résultats de son 4<sup>ème</sup> baromètre "Hygiène & Précarité en France", l'association Dons Solidaires confirme la progression inquiétante d'une précarité méconnue et souvent taboue, qui pousse les Français à devoir se passer de produits d'hygiène tels que le savon, le shampoing, le dentifrice ou encore les protections menstruelles par manque de moyens. Concrètement, un Français sur deux indique que le contexte économique l'incite à réduire sa consommation de produits d'hygiène, une proportion en forte progression (+16 points vs. 2023) L'étude dévoile qu'un Français sur cinq doit arbitrer entre l'achat de nourriture ou de produits d'hygiène ; ce chiffre atteint un niveau alarmant chez les jeunes de moins de 25 ans, deux fois plus nombreux à être concernés (40%). Enfin les femmes continuent de subir de plein fouet une précarité menstruelle qui se maintient à un niveau élevé avec 16% des répondantes qui déclarent manquer de protections menstruelles pour elles ou leur fille par manque d'argent.

[Voir l'étude et une infographie](#) [Voir le 3<sup>ème</sup> baromètre 2023](#)

[Ecouter les podcasts de Dons Solidaires sur le sujet](#)



**Les protections périodiques, un luxe pour 4 millions de femmes en France. Enquête sur la précarité menstruelle.** Règles élémentaires, Opinionway, février 2023.



En 2021, on estimait que 2 millions de femmes étaient en situation de précarité menstruelle. En 2 ans, le nombre de femmes confrontées à la précarité menstruelle a doublé : près de 4 millions de femmes menstruées de 18 à 50 ans sont concernées. Parmi elles, les plus jeunes et les mères célibataires sont en première ligne. Elles sont près d'1,7 million à être en situation de précarité menstruelle. Le contexte d'inflation pourrait encore aggraver la situation : 1,2 million de femmes de 18 à 50 ans supplémentaires craignent d'être en situation de précarité menstruelle dans la prochaine année. [Voir le document](#)

**Comprendre la précarité hygiénique en France pour mieux la combattre.** Essity, novembre 2021.

Essity a collaboré avec la sociologue Pascale Manuello qui, à partir des études et de la documentation existantes, a réalisé un état des lieux permettant de mieux comprendre les causes de cette situation et d'identifier les populations les plus touchées. Comme l'indique la chercheuse, le manque de ressources financières des ménages n'explique pas à lui seul la précarité hygiénique même si cela en constitue un facteur important. Des diktats imposés par la société de façon consciente ou inconsciente soulignent les attendus en matière d'hygiène corporelle et stigmatisent les plus précaires. À cela s'ajoutent également les conditions de vie des individus. [Voir le document](#)  
[Ecouter le podcast](#)



**La lutte contre la précarité menstruelle : un enjeu d'égalité et de santé publique.** Association Règles élémentaires, Silomag, septembre 2021.

Souvent tues, les règles représentent un coût financier pourtant non-négligeable pour accéder à des biens d'hygiène intime. Ces dépenses ne sont toutefois pas à la portée de toutes. L'association Règles Élémentaires revient dans cet article sur la précarité menstruelle et les conséquences délétères tant sur le plan de la santé physiologique que psychologique qui en résultent. Un meilleur accès à la gratuité aux protections périodiques et la transmission scolaire d'une information spécifique sur les règles permettraient de réduire ce qui relève des inégalités sociales de santé. [Voir le document](#)



**Repenser l'action sur les normes sociales pour favoriser la santé et le bien-être.** A Gauthier, V Houle, M Roy (et al.), INSPQ, 2020.

Lors de la planification, de la conception et de la mise en oeuvre d'une intervention, d'un programme ou d'une politique publique visant à agir sur les normes sociales d'une population ou d'une communauté, il importe de : reconnaître les normes sociales et les habitudes déjà en place, leur raison d'être, de même que l'importance qu'elles peuvent avoir sur l'identité d'un groupe ; inclure positivement les communautés dans les actions visant le changement, en accordant une

importance particulière au renforcement des compétences individuelles et collectives ; interroger et favoriser l'expression du point de vue de toutes les personnes concernées en ce qui a trait aux normes sociales en vigueur et aux changements souhaités ; prendre en compte l'influence de certaines pratiques commerciales et la position de force ou de vulnérabilité des divers groupes sociaux dans cette dynamique. [Résumé auteurs] [Voir le document](#)

### **Stigmatisation : quels enjeux pour la santé mentale et le pouvoir d'agir ?** H Revil, A Beal, Ireps Auvergne Rhône-Alpes, décembre 2020.

La stigmatisation concerne des publics variés et perçus comme porteurs de différences physiques, psychiques ou sociales. Ce phénomène peut détériorer la santé mentale des personnes concernées. Par conséquent, cela affecte leur capacité à faire des choix pour leur santé, entraînant notamment du non-recours aux soins et aux services sociaux auxquels elles ont droit. Comment prendre en compte ce phénomène en tant que professionnels ? Lors d'une matinée-débat, les interventions de deux chercheurs en sciences humaines ont permis d'identifier quelques pistes d'actions pour contrecarrer les effets de la stigmatisation. Ce document de la collection Recap, permet d'écouter et de voir leurs interventions. [Résumé auteurs] [Voir les documents](#)



### **Mon corps au quotidien en promotion de la santé... en 180 minutes. Les dents, les mains, le sommeil, le soleil.** M Defaut, Ireps Bourgogne Franche-Comté, 2019.

Ce dossier documentaire est décliné en quatre sous-thèmes : santé bucco-dentaire, hygiène, sommeil, protection solaire. Neuf concepts importants ont été choisis, présentant pour chacun une définition sourcée, une illustration, des références bibliographiques. Puis des données contextuelles sont proposées, ainsi que des exemples d'interventions dans le cadre d'actions en éducation pour la santé. Pour finir, des ressources complémentaires ont été recensées : sites internet et outils pédagogiques. [Voir le document](#)



### **Porte-Clés Santé Inégalités sociales de santé.** PromoSanté Pays de la Loire, juillet 2019.

L'objectif de ce Porte-Clés Santé est de faciliter l'accès aux connaissances et aux outils indispensables pour comprendre les inégalités sociales de santé (ISS) et intervenir dans leur réduction. [Voir le document](#)



#### **Déterminants de la santé.** Promosanté, RÉFIPS.

Promosanté propose un dossier sur les déterminants de la santé, ainsi que des représentations schématiques et des documents de référence. [Voir le dossier](#)

*Voir également : La santé et des déterminants. Mieux comprendre pour mieux agir.* Santé et Services sociaux Québec. [Voir le document](#)

### **Inégalités en santé orale : déterminants de l'accès à la prévention et aux soins en France.** E Pegon-Machat, D Jourdan, S Tubert-Jeannin, Santé publique, vol. 30, n°2, mars-avril 2018, pp. 243-251.

Les inégalités en santé orale représentent une problématique majeure de santé publique. Agir contre ces inégalités suppose de comprendre les mécanismes qui génèrent un gradient dans l'accès à la prévention et aux soins pour identifier les leviers d'action. Il s'agit notamment d'identifier les obstacles rencontrés par les populations vulnérables.

[Voir le document](#)

Modalités d'accès : contactez votre antenne



### **Le corps dans l'intervention (psycho)sociale. Dossier.** E Tissier-Desbordes, G Vieille Marchiset, S Knobé (et al.), Observatoire - Revue d'action sociale et médico-sociale, n°80, août-septembre-octobre 2014, pp. 4-71.

L'intervention (psycho)sociale est aux prises avec des personnes issues de milieux populaires qui, sans nécessairement présenter des troubles psychiques et corporels spécifiques, tendent à entretenir un rapport essentiellement instrumental avec leur corps, consacrant peu de temps et d'efforts à l'écouter et à en prendre soin. La « santé » est dans ce cadre avant tout perçue comme l'absence de maladie et les signes avant-coureurs de celle-ci sont négligés. Le travail psycho(social) mené, avec et sur le (rapport au) corps des bénéficiaires (sport-aventure, sophrologie, socio-esthétique, etc.), peut constituer un outil, un moyen pour intervenir sur des problématiques telles que l'isolement social et la perte d'estime de soi. [Résumé auteurs] [Consulter ce numéro](#)

**Précarité et stigmates: usage du corps chez les personnes sans domicile fixe.** A Vinay, Champ Psy, n°68, 2015/2, pp. 125-140.

La grande précarité renvoie au dénuement psychologique dans lequel seul le corps, comme unique appartenance, subsiste. Ce corps est porteur de l'histoire du sujet, de ses souffrances et bien souvent devient lui-même objet de souffrance en tant qu'unique témoin de l'existence. Les stigmates du corps dans la précarité font symptômes et nous racontent la relation à soi et au monde environnant. C'est alors toute une histoire relationnelle qu'il est nécessaire de reconstruire, un « tricot » à reprendre pour être en capacité narrative et refaire sens. [Voir le document](#)

**Questionner les représentations sociales en promotion de la santé.** D Mannaerts, Cultures & Santé, 2013.

Ce carnet fournit en cinq chapitres des pistes pour comprendre le concept de représentations sociales, mettre en place des démarches de questionnement des représentations sociales et en déterminer les enjeux, envisager les représentations sociales comme des leviers d'action efficaces pour promouvoir la santé. Le cœur de ce carnet met en scène une animatrice et un groupe de femmes qui se réunissent au sein d'une maison communautaire. Progressivement, cette animatrice va prendre conscience de l'importance des représentations sociales et en tiendra compte dans sa pratique. Cette trame narrative se déroule sous forme d'illustrations. S'y rattachent des prises de recul et des repères théoriques. [Voir le document](#)

Antenne(s) : 24, 33, 47, 79



**Quand on entend les mouches voler... ou prendre soin, notre cheminement à propos de l'hygiène...** Codes de la Lozère, 2011.



Aborder la notion d'hygiène va au-delà de celle de la propreté. L'hygiène est au croisement de l'estime et du respect de soi et des autres, de la qualité de la relation et de la communication. Elle interroge sur la nature et l'histoire de sa fonction mais aussi sur les usages culturels et les codes individuels. Elle renvoie aux représentations de chacun et peut générer diverses réactions de rejet, elle évolue aussi en lien avec l'état des connaissances scientifiques, techniques et médicales. Ce document vise à constituer un outil de réflexion pour les professionnels concernés. [Voir le document](#)

## Posture éducative et relation d'aide

**Les clés de la Médiation en santé. Guide à l'attention des professionnels du social et du médico-social.** E Verdant, M Chevassu, M Defaut, Promotion Santé BFC, 2024.

Ce guide s'adresse aux professionnels du social et du médico-social qui hésitent à aborder les questions de santé avec les personnes qu'ils accompagnent. Il a pour objectif de les outiller pour renforcer leurs compétences dans le champ de la médiation en santé. Il propose donc dans un premier temps des repères théoriques (représentations sociales, déterminants de santé, posture, stratégies efficaces). La deuxième partie est consacrée à des exercices pratiques à partir d'histoires inspirées de faits réels. Enfin, des références d'outils incontournables en prévention et promotion de la santé sont présentées. Cet outil peut être utilisé en autonomie ou bien en collectif lors d'une intervention, formation, sensibilisation. [Voir le document](#)



**La confiance dans la relation d'aide : un donné ou une pratique d'accommodement à construire ?** N'Dri P Konan, C Jeanrenaud, M Neves Pereira (at al.), Canadian Social Work Review / Revue canadienne de service social, vol 40, n° 1, 2023, pp. 29-48.

La relation de confiance est appréhendée dans la plupart des champs de pratiques du travail social comme un postulat capital de la relation d'aide. Comment les professionnel(le)s s'y prennent-ils pour construire la relation de confiance avec les usagers et usagères dans leurs champs d'intervention? Cet article présente les résultats d'une recherche qui tente de répondre à cette question dans deux champs du travail social : l'aide aux femmes

requérantes d'asile victimes de violence sexuelle et les curatelles d'adultes. Les résultats mettent en évidence des pratiques d'accommodement adoptées par les professionnels et professionnelles interviewés qui sont arrimées aussi bien aux contextes de pratique qu'aux réalités des usagers et usagères. Ces pratiques combinent et s'appuient sur un ensemble de savoirs, savoir-faire et savoir-être permettant l'émergence, la construction et le maintien du lien de confiance. [Voir la fiche détaillée](#)

**« Aller vers les personnes dans la rue, c'est avant tout ne pas s'imposer, ne pas juger ».** F Chobeaux. In : « Aller vers » pour promouvoir la santé des populations, La Santé en action, n°458, décembre 2021, pp. 15-16.

Aller vers les personnes qui vivent dans la rue exige une posture éthique : agir modestement, de façon non invasive, non contraignante. François Chobeaux souligne qu'il faut toujours avoir à l'esprit le fait que ces personnes se retrouvent sans liens institutionnels, non parce qu'elles ne "sauraient pas faire", mais parce que les institutions d'accueil et l'ensemble des services de droit commun ont contribué à les placer dans une situation d'exclusion, au regard de leur parcours de vie. [Voir cet article](#)



**La relation d'aide au quotidien. Acquérir des compétences pour mieux aider les autres.** L Tremblay, I Leclerc, Fides Education, 2022.

Les enseignants et les étudiants, tout comme les professionnels du réseau de la santé et des services sociaux qui désirent se perfectionner, découvriront dans cette nouvelle édition les principes fondamentaux de la relation d'aide ainsi que le contexte dans lequel elle s'inscrit. Ils y trouveront les attitudes et les techniques essentielles qui s'y rattachent, présentées à travers les six étapes de son processus, ainsi qu'une section réservée à l'intervention en situation de crise. [Voir la fiche détaillée](#)



**À la rencontre de la relation d'aide difficile : approches inspirantes pour les professionnels de la santé et des services sociaux.** M Giroux (dir.), Hermann, 2021.

Cet ouvrage s'adresse à tous les professionnels de la santé, que leur pratique se trouve dans le domaine biomédical ou le domaine psychosocial. Des notions en éthique clinique présentent au professionnel des instruments intellectuels qui lui permettent de donner un sens à sa conduite. Les études de cas sur des relations d'aide difficiles montrent comment la dimension clinique, l'éthique et le droit peuvent être utilisés dans la réflexion du professionnel.

[Voir la fiche détaillée](#)      [Lire un extrait de l'ouvrage](#)

**Se former à la relation d'aide : Concepts, méthodes, applications.** A Bioy, A Maquet, Ed. Dunod, 2021.



La pratique de la relation d'aide a été particulièrement développée dans le champ de la psychologie humaniste d'Abraham Maslow et de Carl Rogers. Ce dernier est à l'origine d'un courant particulier : le counseling, une forme d'aide centrée sur la personne, particulièrement répandue dans les milieux soignants. Cet ouvrage présente les bases fondamentales et les connaissances nécessaires pour l'appliquer à chaque patient, dans sa singularité.

[Voir la fiche détaillée et un extrait de l'ouvrage](#)



**Intervenir avec des personnes en situation de précarité : Un cadre méthodologique.** C Barbay, C Cayre, L Le Gourrierec, Ireps Grand Est, 2020.

Ce document est destiné à accompagner les acteurs de terrain intervenant avec les personnes en situation de précarité et à favoriser l'intégration de critères qualité dans la construction, la mise en œuvre et l'évaluation de leurs projets. Il a été conçu avec celles et ceux qui bénéficient, développent et financent les interventions. [Voir le document](#)

Antenne(s) : 16, 19, 23, 47, 79, 86

## **Covid-19 : Animer des activités d'éducation en santé avec des personnes en situation de précarité.** E Hamel, M Taravella, Santé publique France, 2020.

Cette boîte à outils s'adresse aux intervenants professionnels, aux bénévoles et aux étudiants en santé qui agissent auprès de publics d'adultes en situation de précarité. Elle regroupe une partie théorique sur la conduite d'animations en santé dans le contexte de l'épidémie de Covid-19 et une partie pratique avec des propositions d'activités à mener pour développer les compétences des populations concernées. [Voir le document](#)



## **Soutenir les compétences psychosociales des personnes vulnérables : des activités de soutien et de réassurance, en période de Covid-19.** Y Costiou, C L'Horset, C Remodeau (et al.), Fédération

Nationale d'Education et de promotion de la Santé (FNES), mai 2020.



Ce guide s'adresse aux professionnels en contact avec des populations fragiles (personnes handicapées, âgées, isolées...) dans le cadre du déconfinement suite à la crise sanitaire provoquée par la Covid-19. Il répertorie différentes ressources et pistes d'intervention collectives pour promouvoir la santé mentale et renforcer les compétences psychosociales des adultes vulnérables dans un contexte si particulier. [Voir le document](#)

## **La posture éducative en éducation pour la santé : apports de la psychologie humaniste.** A Coste, Repères en prévention & promotion de la santé, mars 2019.

Cette fiche a pour objectif de fournir un éclairage théorique à partir de savoirs en psychologie humaniste et en psychologie positive qui peuvent soutenir et renforcer les postures éducatives en promotion de la santé. Elle s'adresse à tout acteur éducatif, qu'il soit parent, enseignant, animateur ou encore formateur. On notera que les publics visés par ces démarches éducatives peuvent tout autant être des enfants, des jeunes, ou des adultes (parents, professionnels, bénévoles, etc.). [Résumé auteure] [Voir le document](#)



## **Webireps #3 : Posture éducative et messages en santé.** Ireps Nouvelle-Aquitaine, 2020.



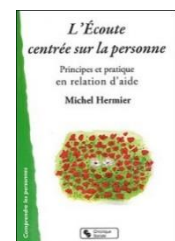
Ce webireps aborde la promotion de la santé et la posture de l'éducateur. Il donne des éléments pour animer des séances individuelles et collectives et vous permettra de prendre du recul sur vos pratiques. [Voir le webireps](#)

## **Ecoute active.** In : Simulation en santé et gestion des risques. 2- Outils du guide méthodologique. Haute Autorité de Santé (HAS), février 2019, pp. 39-41.

Cet extrait du guide est relatif à la méthode d'écoute active. Il définit les objectifs de l'écoute active et apporte des conseils pratiques. [Voir le document](#)

## **L'écoute centrée sur la personne. Principes et pratique en relation d'aide.** M Hermier, Ed. Chronique Sociale, coll. Savoir communiquer, 2013.

L'ouvrage est pour l'écouter, une aide à mieux « entendre » l'autre, ce qu'il vit et cherche à exprimer ; une aide aussi à mieux répondre à l'attente profonde de celui qui vient à l'écoute. Le contenu se propose de répondre aussi concrètement que possible, notamment par de nombreux exemples, aux difficultés susceptibles d'être rencontrées par l'écouter, à ses interrogations, à ce qu'il a à vivre lui-même dans la rencontre. [Voir la fiche détaillée](#)



## **L'écoute. Attitudes et techniques.** J Artaud, Ed. Chronique Sociale, 8e éd.

L'auteur propose des attitudes et des moyens pour établir une meilleure écoute, à partir d'exemples vécus et à l'aide d'exercices progressifs. [Voir la fiche détaillée](#) [Lire une fiche de lecture \(H Delvaux-Ledent\)](#)

## Des outils d'intervention

Nous proposons des outils d'intervention en prêt permettant le renforcement des compétences psychosociales. Rapprochez-vous de votre antenne départementale pour les consulter.

**Sirena-cps est le site ressource national à destination de celles et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales de leurs publics dans tous les milieux de vie. <https://www.sirena-cps.fr/>**



### **Rouge culotte.** FCPFF, 2021.

Cette mallette sur les protections périodiques permet d'aborder la thématique des règles en groupe. Cet outil est à destination des jeunes (ou à partir du moment où ils/elles se questionnent sur les menstruations) mais aussi sur des groupes d'adultes mixtes ou non-mixtes. Les objectifs de cet outil sont de : donner de l'information de base (comment fonctionne le cycle menstruel ? Quelles sont les différentes protections périodiques et comment s'utilisent-elles ?) ; Construire de nouveaux imaginaires (parler du corps des un-e-s et des autres permet de rendre visible ce qui peut être vécu ou perçu comme honteux, sale, ou au contraire comme agréable, suscitant de la fierté ou un sentiment de puissance) ; Créer une culture positive autour des menstruations ; Ouvrir une réflexion critique sur l'accessibilité des équipements adaptés dans les lieux collectifs ainsi que sur celle des protections (coût, disponibilité...) et leurs modes de production (composition, respect de l'environnement, des droits humains...).

Antenne(s) : 16, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



### **Immencité : Réalités de la vie sans chez-soi.** Cultures & Santé, 2021.



Cet outil de sensibilisation prend la forme d'un jeu de plateau. Il permet de réfléchir à la question du sans-abrisme, à l'absence de chez-soi et aux réalités de vie des personnes concernées. Il a pour objectifs de : mieux connaître et comprendre les réalités des personnes qui vivent sans chez-soi ; réfléchir aux freins et leviers à un mieux-être de ces personnes et changer le regard porté sur elles. [Voir cet outil](#) Antenne : 79

### **Rue de la bascule.** Cultures & Santé.

Ce jeu peut être complémentaire de Immencité et est centré sur les causes de la perte de chez-soi. En piochant une série de cartes, les participants découvrent des événements de vie variés, à partir desquels, ils-elles sont amenés à construire la trajectoire de vie de son personnage pour tenter d'expliquer les raisons de sa situation sans chez-soi. Tout au long de l'animation, on identifie les multiples causes qui fragilisent et conduisent des personnes à perdre leur logement et à basculer dans l'absence de chez-soi. [Voir cet outil](#)



### **Hygiène et compagnie. Quand les jeunes s'approprient les règles de la propreté.** I Pedu, C Person, Valorémis, 2021.

Ce jeu de plateau s'adresse aux jeunes à partir de 10 ans. Il permet aux participants de répondre à des questions et de favoriser ainsi la discussion (questions ouvertes = Opinions) tout en transmettant des connaissances (questions fermées = Connaissances). Il doit être animé par un professionnel (prévention santé, animateur jeunesse, etc.) qui sera le maître du jeu. 5 thématiques sont abordées : l'hygiène corporelle, l'hygiène intime, l'entretien, la peau et ses pathologies, l'anatomie. Certaines questions du jeu devront être adaptées ou reformulées à son public. Antenne(s) : 16, 17, 19, 23, 33, 40, 47, 64, 79, 86





### **Soins dentaires et précarité. Quand la peur du dentiste est un honnre mal...** Question santé, 2020.

Cette brochure recense les ressentis de personnes en situations de précarité devant se rendre chez le dentiste pour des soins. Elles se sont exprimées à propos de leurs appréhensions, leurs craintes, leurs réflexions et leurs réactions. Elles y révèlent également leur regard sur ce professionnel de santé. [Voir la brochure](#) Antenne : 79

### **Enjeux santé : Les déterminants de santé sous la loupe.** Cultures & Santé, 2019.

Cet outil propose d'explorer et d'interroger les déterminants de santé. À travers une série de 78 cartes illustrées à manipuler, Enjeux santé soutient, au sein de secteurs touchant de près ou de loin à la santé, une réflexion active sur l'ensemble des facteurs influençant la santé ainsi que sur les relations qu'ils entretiennent entre eux. À l'aide de ces cartes, de multiples réflexions peuvent être menées sur les causes de certaines situations dans la perspective d'une prise de conscience, d'un diagnostic, d'une évaluation, d'une action ou d'une décision. Il peut être utilisé aussi bien avec des citoyen·nes que dans un groupe de professionnel·les ou dans des échanges avec le politique. [Voir cet outil](#)  
Disponible dans toutes les antennes



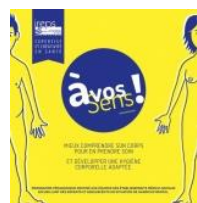
### **Livret outils: méthodes d'animation participative.** Scicabulle, 2019.



Ce livret recense une cinquantaine d'outils et méthodes pour animer des groupes de façon participative. Il contient : Une introduction questionnant le concept de participation et ses enjeux (émancipation, pouvoir d'agir, intentions, risque de manipulation) ; Des fiches présentant des méthodes d'animation pour pouvoir s'en saisir et les animer ; Des propositions de déroulé en fonction d'objectifs de réunions. [Voir un extrait de cet outil](#)  
Antenne(s) : 79, 86, 87

### **A vos sens ! Mieux comprendre son corps pour en prendre soin, et développer une hygiène corporelle adaptée.** Ireps Pays-de-la-Loire-pôle Sarthe, 2017.

Le programme "A vos sens !" a été élaboré pour travailler sur le thème de l'hygiène corporelle par la prise de conscience de ce qu'est le corps. Il l'aborde progressivement par l'observation de la peau, les sensations du toucher, le langage des mains, les limites, les gestes d'hygiène, les bruits de la salle de bains et le nécessaire de toilette. Cet outil est destiné aux équipes des établissements médico-sociaux, accueillant des enfants et des adolescents en situation de handicap mental léger à modéré (8-16 ans), et présentant des déficiences intellectuelles, des troubles du comportement et/ou de la personnalité. Antenne(s) : 17, 24, 64



### **Au-delà des apparences - Etre bien dans sa peau, être bien avec les autres.** Fonds de l'Estime de Soi Dove, 2017.

Ce programme a été conçu en collaboration avec le Dr Christophe André, médecin psychiatre à l'hôpital Sainte-Anne à Paris, spécialiste des questions de l'estime de soi. L'atelier "Au-delà des apparences" consiste en une séance unique de 45 à 60 minutes et aborde des sujets clés tels que l'influence des médias, la pression des pairs et des stratégies pour promouvoir l'image corporelle et l'estime de soi. Antenne(s) : 23, 40, 47, 64, 79, 87



### **Quand le gant de toilette reste sec...** A-S Hercot, C Wilkin, Centre d'éducation du patient Asbl, 2016.

Cet outil permet d'aborder les différentes notions de l'hygiène. Conçu pour être utilisé au sein des services de psychiatrie, il convient à d'autres milieux (scolaire, médical, handicap, professionnel...). Il permet aux professionnels de la santé et du social d'explorer différentes dimensions de l'hygiène corporelle, vestimentaire, environnementale, alimentaire, domestique... Cet outil comprend en réalité trois outils que l'on peut utiliser séparément ou en complément en fonction du public, des objectifs et de la situation. Antenne(s) : 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



**Hygiène personnelle. Boîte à outils pédagogiques pour sensibiliser aux différentes questions d'hygiène personnelle.** Bataclan Asbl, Association bruxelloise pour le bien-être au travail (Abbet), Febrap, 2014.

Destinée aux personnes en situation de handicap, cette mallette présente les règles de base simplifiées de l'hygiène personnelle. Elle propose des activités ludiques afin de faire prendre conscience de la nécessité d'avoir une bonne hygiène. L'outil est construit autour de différents supports qui permettent de décliner 8 thématiques de l'hygiène personnelle : hygiène générale, hygiène corporelle, hygiène des cheveux, hygiène du nez, hygiène des dents, hygiène des mains, hygiène des pieds, hygiène des vêtements. [Voir cet outil](#)  
Antenne(s) : 16, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86



**Se laver ou pas. Vidéo de la plateforme Corpus.** Réseau Canopé, 2014.

Cette vidéo aborde l'hygiène corporelle à travers des témoignages d'adolescents et de jeunes : se laver pour soi ou pour les autres, à quelle fréquence, apprécier les routines d'hygiène corporelle ou pas. Autant de sujets permettant d'introduire la réflexion, les échanges, un débat. [Voir la vidéo](#)

**Décortiquons-nous ! Modes corporelles d'ici et d'ailleurs.** Belgik Mojaik, Cultures et santé, 2014.



Cet outil a pour objectif de travailler sur l'image du corps. Son but est de permettre de prendre conscience que les critères de la beauté sont évolutifs, relatifs et dépendant des normes et stéréotypes véhiculés par les différentes cultures à des époques données. Il propose trois modules : canons de beauté, le sens de la beauté, les corps stéréotypés. Il est constitué de supports interactifs favorisant la réflexion, l'échange et la co-construction de savoirs. [Voir cet outil](#)  
Antenne(s) : 16, 24, 33, 47, 64, 79, 86

**Des habits et nous. Le vêtement, vecteur de signes.** Cultures & Santé, 2012.

Cet outil participatif vise à susciter l'échange entre les participants, la réflexion et la co-construction de savoirs autour de la communication vestimentaire et de la relativité des messages. A travers des mises en situation, les participants ont l'occasion d'être à la fois des émetteurs de signes au travers des vêtements puis, récepteurs de signes à interpréter. [Voir cet outil](#) Antenne(s) : 24, 33, 40, 79, 86



**Le corps, c'est aussi.** Cultures & Santé, 2011.

Cet outil d'animation est composé d'une affiche évoquant des représentations du corps, d'un guide d'accompagnement, des cartes reprenant des images de l'affiche et d'un recueil de paroles et de réflexions sur les représentations liées au corps. [Voir cet outil](#) Antenne(s) : 16, 17, 24, 33, 40, 47, 79, 86, 87

**Comment appréhender l'impact de l'hygiène corporelle dans sa vie ?** CoDES de la Sarthe, Association d'hygiène sociale de la Sarthe, 2010.

Cet outil propose une démarche en 5 séquences pour permettre aux professionnels des champs éducatif, social et sanitaire, d'aborder la thématique de l'hygiène corporelle auprès d'un groupe d'adultes. Il a pour objectif d'accompagner le public en faisant émerger ses représentations, en suscitant une réflexion sur les normes sociales de l'hygiène, en travaillant la relation aux autres et l'image de soi. Il propose une progression et des séquences pédagogiques, des outils d'animation, des repères théoriques, des pistes pour prolonger le programme. Antenne(s) : 16, 17, 19, 23, 33, 40, 64, 79, 86, 87





### **Vocabular - Corps, hygiène corporelle, santé.** S Lehnert, Schubi, 2010.

Ce matériel est conçu pour développer l'expression orale et le stock lexical des enfants, adolescents et adultes. 88 cartes-images en couleur sont proposées, qui peuvent être utilisées sous diverses formes : catégorisation et élaboration de notions, classement selon différents thèmes ou critères, construction de phrases simples, reconnaissance et dénomination de parties du corps, d'objets destinés aux soins du corps ou relatif à la santé, aux soins médicaux et aux maladies. Le livret propose des pistes d'activités. [Antenne : 87](#)

### **Education à l'hygiène.** ADES du Rhône, 2007.

Les acteurs de l'accompagnement intervenant auprès de publics en difficulté sont parfois confrontés au problème de l'hygiène de ces populations précaires. Une mauvaise hygiène stigmatise les personnes tout en renforçant leur marginalisation. Cet outil souhaite proposer aux professionnels, des supports pédagogiques permettant une prise de conscience des normes sociales à intégrer dans ce domaine ainsi qu'un réel apprentissage aux gestes d'hygiène. [Antenne\(s\) : 17, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79](#)



« ...tout le monde peut retrouver **l'estime de soi**, et c'est sur cet aspect qu'il convient d'agir en priorité. Le plus souvent, l'estime de soi est profondément atteinte, voire brisée, après des années de vie en rue.

La personne ne semble plus en mesure de reprendre sa vie en main.

Elle survit à la marge, son corps devient objet : **prendre soin de soi**, c'est une idée perdue dans un monde oublié. Le projet, c'est d'ouvrir un chemin qui permettra à la personne de se retrouver avec, au bout du chemin, la capacité d'habiter dans **un logement**, première étape pour se réinsérer dans la société.

Dans ce parcours, **l'hygiène personnelle** est un point de départ.

Essentiel : parce que son abandon est un signe qui ne trompe pas, qui ferme les portes et renforce l'isolement. La question de l'hygiène permet de proposer un changement graduel et faisable : la personne peut avancer par petites étapes, obtenir de petits succès.

Un impératif : créer le contact en douceur, sans jugement.

Bien loin d'une vision hygiéniste ou normative, les infirmières de rue aident la personne à **réapproviser un corps** déshabité, mal aimé.

Elles soutiennent **la reconstruction d'un lien à soi-même** – un lien bienveillant, qui puisse faire resurgir un désir de vie, **un désir de prendre soin de soi**, dans une dignité retrouvée. »

Extrait de : « Les infirmières de rue : du côté de la vie » In : M Prévost, Education Santé, n° 267, mai 2011.