

# Vie quotidienne



## Objectifs

- Construire un carnet d'adresses
- Identifier la pyramide des aliments et leur action dans le corps
- Nommer les notions d'hygiène corporelle
- Sélectionner les vêtements adaptés à la saison et à la météo
- Compiler les moments importants de sa vie
- Identifier les différents réseaux sociaux et inventorier et expliquer les précautions d'usage
- Identifier les notions de convention, de droit et ses propres besoins
- Identifier les différentes curatelles et ses propres besoins



## Contenu

- Elaboration d'un carnet d'adresses
- Classes des aliments, buts et conseils pour se nourrir sainement
- Saisons, vocabulaire météo et vêtements adaptés
- Etapes de la vie de chaque personne
- Listing des réseaux sociaux et des règles principales d'utilisation
- Convention des droits des personnes handicapées
- Droit de la protection de l'adulte



## Méthode

- Bases théoriques sur les différents thèmes et illustrations d'exemples personnels
- Mises en situation à travers des exercices pratiques



## Durée d'une séance

- 30 minutes pour une intervention individualisée
- 45 minutes pour une intervention collective
- 120 minutes pour une intervention collective