

J'INTÈGRE

Les métiers du social

2026-2027

ADV F

CCP 1 à 3

J'INTÈGRE
Les métiers du social

Nathalie Hugoni

2026-2027

ADV F

CCP 1 à 3

DUNOD

Maquette intérieure : Caroline Joubert (Atelier du Livre)

Mise en page : Belle Page

© Dunod, 2025

11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN : 978-2-10-089455-0

Introduction

Ce manuel est un outil pratique qui répond aux réalités d'un métier exigeant.

Il vise à améliorer non seulement la qualité de vie et de travail des assistants de vie aux familles (ADVF), mais aussi à garantir un accompagnement de qualité aux personnes qu'ils assistent.

Grâce à cet ouvrage, vous allez acquérir des techniques et méthodes adaptées pour protéger votre bien-être physique et mental tout en accomplissant vos missions.

Vous apprendrez à mieux gérer les situations complexes, à organiser votre travail de manière plus efficace, et à réduire les risques de blessures en appliquant des techniques d'ergonomie adaptées.

Ce manuel ne se contente pas de vous fournir des connaissances théoriques et pratiques, il est conçu pour vous préparer de manière complète à l'obtention du titre professionnel d'Assistant de Vie aux Familles (ADVF).

Vous y trouverez des conseils concrets pour réussir les différentes étapes de la certification, notamment les mises en situation professionnelle, l'entretien technique, et l'évaluation des compétences clés.

En maîtrisant les savoir-faire décrits dans ce guide, vous serez en mesure de démontrer votre expertise et d'acquérir la confiance nécessaire pour aborder sereinement l'examen et exercer en toute autonomie.

Table des matières

Présentation du titre professionnel ADVF	1
1. Le REAC (Référentiel Emploi Activités Compétences)	1
2. Le RE (Référentiel d'Évaluation)	2
3. La certification professionnelle	3
4. Le dossier professionnel	7
5. Les métiers de l'aide à la personne : un secteur en pleine évolution	9

CCP 1

Entretenir le logement et le linge d'un particulier

1. Établir une relation professionnelle dans le cadre d'une prestation d'entretien chez un particulier	14
1. Comprendre les attentes et les besoins du bénéficiaire	14
2. Instaurer une relation de confiance	18
3. Le cadre légal et réglementaire du métier	24
4. Les principaux risques professionnels	31
5. Les mesures de prévention des risques professionnels	33
2. Entretenir le logement avec les techniques et les gestes professionnels appropriés	36
1. Préparation à l'entretien du domicile	36
2. Techniques d'entretien des différentes surfaces	39
3. Utilisation des produits d'entretien	43
4. Gestion des déchets ménagers	46
5. Entretien des appareils électroménagers	48
3. Entretenir le linge avec les techniques et les gestes professionnels appropriés	52
1. Tri et préparation du linge	52
2. Lavage du linge	55
3. Séchage et repassage	57
4. Rangement et présentation du linge	60
5. Gestion des petites réparations	63
Entraînement	65

Accompagner la personne dans ses activités essentielles du quotidien et dans ses projets

4. Établir une relation professionnelle avec la personne et son entourage	72
1. Instaurer une relation de confiance	72
2. Interaction avec l'entourage familial et social	80
3. Communication adaptée et bienveillante	86
5. Prévenir les risques, mettre en place un relai et faire face aux situations d'urgence dans le cadre d'une prestation d'accompagnement	92
1. Identifier et évaluer les risques domestiques et personnels	92
2. Assurer la continuité des soins en mettant en place un relai	97
3. Gestion des situations d'urgence	97
6. Aider la personne dans la réalisation de ses projets et à maintenir un lien social	102
1. Accompagnement dans la définition et la réalisation de projets personnels	102
2. Maintien et renforcement du lien social	105
3. Soutien à la participation à des activités de loisirs	106
7. Aider la personne à faire sa toilette, à s'habiller et à se déplacer	107
1. Aide à la toilette et à l'hygiène corporelle	107
2. Assistance pour l'habillement	115
3. Aide à la mobilité	116
8. Aider la personne lors des courses, de la préparation et de la prise des repas	119
1. Aide à aux courses	119
2. Préparation des repas	122
3. Aide à la prise des repas	130
9. Adapter son intervention à la personne en situation de handicap	134
1. Comprendre le handicap	134
2. Accompagner les personnes en fonction de leurs besoins spécifiques	140
3. Les aspects pratiques de l'accompagnement	150
Entraînement	155

Assurer le relai du parent dans la garde de l'enfant à domicile

10. Définir avec le parent le cadre de l'intervention auprès de l'enfant	176
1. Identification des besoins et des attentes des parents	176
2. Mise en place d'un cadre de travail adapté	179
3. Adapter sa communication avec les parents	188
11. Prévenir les risques et assurer la sécurité de l'enfant	191
1. La surveillance de l'enfant	191
2. Premiers secours et situations d'urgence	201
12. Accompagner l'enfant dans ses apprentissages de base, dans sa socialisation et lors de ses activités	204
1. L'accompagnement de l'enfant vers son autonomie	204
2. L'accompagnement de l'enfant en situation de handicap	216
13. Mettre en œuvre les gestes et les techniques professionnels appropriés lors des levers et couchers, de la toilette, de l'habillage et des repas	223
1. Hygiène et bien-être de l'enfant	223
2. Les gestes professionnels	232
Entraînement	243
Entraînement CCP 1	257
Entraînement CCP 2	263
Entraînement CCP 3	267

Présentation du titre professionnel ADVF

1 Le REAC (Référentiel Emploi Activités Compétences)

C'est un document officiel dont l'arrêté a été publié au Journal Officiel le 9 juillet 2023. Il définit de manière détaillée les compétences nécessaires pour exercer le métier d'Assistant de vie aux familles et décrit les activités que vous serez amené à réaliser dans le cadre du travail.

Conçu pour correspondre aux réalités du métier sur le terrain, ce référentiel prend en compte les besoins actuels des employeurs et des bénéficiaires, garantissant que les compétences que vous acquérez sont en adéquation avec les attentes du marché du travail. Il est non seulement un outil de référence pour la formation des ADVF, mais il permet aussi aux employeurs de s'assurer que les professionnels qu'ils embauchent possèdent toutes les compétences requises pour assurer un accompagnement de qualité. Vous pouvez consulter gratuitement le REAC TP ADVF dans son intégralité sur internet.

Le REAC est composé de 3 blocs de compétences, appelés « certificats de compétences professionnelles (CCP) ».

Chaque fiche activité dans un CCP correspond à des compétences détaillées que vous devez maîtriser. Ces compétences sont définies précisément pour vous permettre d'appliquer les gestes professionnels et les savoir-faire adaptés dans les différentes situations rencontrées sur le terrain. Cela vous aide à bien comprendre les attentes du métier et à structurer votre progression tout au long de la formation.

La maîtrise de chacun de ces blocs est indispensable pour obtenir le titre professionnel.

Le REAC du TP ADVF peut être consulté gratuitement sur le site officiel de **France Compétences**, qui centralise les informations sur les certifications professionnelles, mais également sur le site de l'Afpa.

<https://travail-emploi.gouv.fr/france-competences>

<https://www.banque.di.afpa.fr/EspaceEmployeursCandidatsActeurs/EGPRecherche.aspx>

**Tableau des Activités Types et Compétences Professionnelles
pour le TP ADVF (réparties par CCP)**

Activités types		N° des fiches	Compétences professionnelles
CCP 1	Entretien le logement et le linge d'un particulier.	1	Établir une relation professionnelle dans le cadre d'une prestation d'entretien chez un particulier.
		2	Entretien le logement avec les techniques et les gestes professionnels appropriés.
		3	Entretien le linge avec les techniques et les gestes professionnels appropriés.
CCP 2	Accompagner la personne dans ses activités essentielles du quotidien et dans ses projets.	4	Établir une relation professionnelle avec la personne et son entourage.
		5	Prévenir les risques, mettre en place un relai et faire face aux situations d'urgence dans le cadre d'une prestation d'accompagnement.
		6	Aider la personne dans la réalisation de ses projets et à maintenir un lien social.
		7	Aider la personne à faire sa toilette, à s'habiller et à se déplacer.
		8	Aider la personne lors des courses, de la préparation et de la prise des repas.
		9	Adapter son intervention à la personne en situation de handicap.
CCP 3	Assurer le relai du parent dans la garde de l'enfant à domicile.	10	Définir avec le parent le cadre de l'intervention auprès de l'enfant.
		11	Prévenir les risques et assurer la sécurité de l'enfant.
		12	Accompagner l'enfant dans ses apprentissages de base, dans sa socialisation et lors de ses activités.
		13	Mettre en œuvre les gestes et les techniques professionnels appropriés lors des levers et couchers, de la toilette, de l'habillage et des repas.

2 Le RE (Référentiel d'Évaluation)

Il définit les critères sur lesquels le jury va s'appuyer pour évaluer si un candidat est apte à obtenir le TP ADVF.

Le RE garantit une évaluation impartiale et transparente, car tous les candidats sont jugés sur les mêmes critères, avec les mêmes attentes. Cela permet d'éviter tout jugement subjectif ou aléatoire.

En tant que candidat, le RE peut aussi vous aider à vous auto-évaluer. En connaissant les critères d'évaluation à l'avance, vous pouvez vous préparer en vous concentrant sur les compétences que vous devez démontrer et en vous entraînant à répondre aux exigences du référentiel.

3 La certification professionnelle

a. La mise en situation professionnelle

Elle se déroule en 3 phases.

La phase de préparation (5 min)

Le jury composé de deux professionnels de l'aide à la personne, vous invite à entrer dans la salle, à vous asseoir, à vous présenter et à lui remettre les pièces officielles suivantes :

- votre carte d'identité ;
- votre DP (dossier professionnel) ;
- votre dossier ECF (évaluations passées en cours de formation) sauf si vous êtes en VAE (validation des acquis de l'expérience) ;
- votre SST (sauveteur secouriste du travail) ou le certificat APS-ASD (acteur prévention secours aide et soins à domicile) ;
- votre convocation de passage de l'examen.

Vous allez ensuite tirer au sort un sujet contenant les informations sur une première intervention au domicile d'une personne, que vous lirez à voix haute, cela permet au jury de vérifier votre compréhension du contexte. Si, durant la lecture, vous rencontrez des termes ou des expressions que vous ne comprenez pas, n'hésitez pas à en discuter avec le jury. Il est crucial que vous ayez une compréhension claire de votre sujet avant de procéder à l'intervention. Le jury est là pour vous aider et répondre à vos questions avant la phase d'intervention.

Vous allez ressortir de la salle et patienter le temps que le comédien (ou comédienne) se prépare. Un membre du jury viendra vous chercher pour commencer votre intervention.

La phase d'intervention (60 min)

Vous êtes devant la salle d'examen (plateau technique), vous allez frapper à la porte...

Pensez à vérifier l'heure juste avant de débiter votre intervention. Cela vous permettra d'avoir une idée précise du temps dont vous disposez pour réaliser l'ensemble des tâches qui vous sont demandées.

À vous de démontrer au jury vos compétences pratiques, votre capacité à interagir avec la personne et à appliquer les gestes professionnels adéquats. Vous ne devez pas parler au jury mais seulement à la personne chez qui vous intervenez, c'est à elle que vous allez poser vos questions.

Au cours de votre intervention, il est important de garder à l'esprit que le jury se déplacera dans la pièce pour mieux observer et écouter vos échanges avec la personne aidée. Soyez le plus naturel possible, vous ne jouez pas un rôle, vous êtes ADVF et vous intervenez pour aider une personne dans les actes de la vie quotidienne.

Concentrez-vous sur la personne que vous aidez. Écoutez attentivement ses besoins, posez des questions ouvertes et montrez de l'empathie. Votre capacité à établir une relation de confiance est essentielle.

Pendant l'intervention, gardez un œil sur le temps afin de ne pas dépasser la durée prévue. Cela vous permettra de terminer dans les délais tout en offrant une prestation de qualité.

La phase de commentaire (10 min)

Votre prestation est terminée. Le jury vous demande de venir vous asseoir devant lui et de commenter votre intervention (auto-analyse). Cette réflexion est importante car elle permet de vous aider à mieux comprendre vos forces, vos faiblesses et montre votre capacité à réfléchir sur votre pratique. Soyez ouvert à toute critique constructive que le jury pourrait formuler.

Voici un exemple pour illustrer comment un candidat peut être évalué

Le candidat est en situation de mise en pratique avec une personne âgée dépendante, qui a besoin d'aide pour faire sa toilette et s'habiller.

- Le candidat aide la personne à se lever, lui propose des choix de vêtements, et l'accompagne dans la salle de bains.
- Il adopte les gestes appropriés pour aider la personne à faire sa toilette en respectant son autonomie (par exemple, en lui laissant faire ce qu'elle peut encore accomplir seule).
- Il fait preuve de bienveillance en expliquant ses gestes et en s'assurant que la personne se sente à l'aise.
- Il veille à la sécurité (utilisation des équipements adaptés comme la barre d'appui).

Le jury évalue la maîtrise des gestes techniques, la capacité à communiquer avec la personne, et l'attitude bienveillante du candidat.

L'auto-analyse du candidat pourrait être

« J'ai bien observé l'état de la personne avant de commencer et j'ai su utiliser les équipements de sécurité. Cependant, j'aurais pu mieux expliquer certains gestes pour rassurer la personne pendant la toilette. La prochaine fois, je ferai plus attention à vérifier régulièrement si la personne se sent à l'aise. »

Cette auto-analyse permet au candidat de prendre du recul sur sa pratique, d'identifier ses forces et d'envisager des améliorations pour les futures interventions.

b. L'entretien technique

L'entretien technique est une phase essentielle de l'évaluation, durant laquelle vous serez questionné sur vos connaissances et compétences en matière d'accompagnement des personnes en situation de handicap, ainsi que sur votre intervention auprès des enfants. Le jury s'appuie sur un guide d'entretien.

La première partie (25 min)

Vous êtes toujours assis en face du jury, il va maintenant évaluer vos connaissances sur la personne en situation de handicap. Comment adapter votre intervention à une personne en situation de handicap ? Préparez-vous à répondre de manière réfléchie, en vous appuyant