



Fiche PP46TRA

PRATIQUES PROFESSIONNELLES

GESTES ET POSTURES

[Faire une demande de formation](#)

Date (s) : à déterminer	Lieu : sur site	Durée : 2 jours (14 heures)	Tarif adhérents : 2800,00€
-------------------------	-----------------	-----------------------------	----------------------------

Objectif

- ◆ Prévenir le risque de maladies professionnelles lié à la manutention des résidents.
- ◆ Apprendre les bonnes techniques de gestion du dos, utiles aussi bien dans le cadre professionnel que privé.

Programme :

Jour 1 Matin :

Apports théoriques

- ◆ **Les deux écoles d'ergonomie :**
 - Ergonomie classique,
 - Ergonomie kinésithérapique.
- ◆ Réglementation du travail.
- ◆ Anatomie et morphologie de la colonne vertébrale.
- ◆ Anatomie d'une vertèbre ou d'un disque.
- ◆ Les muscles du tronc.
- ◆ Aspect mécanique du rachis.

Jours 1 Après-midi :

- ◆ Les contraintes mécaniques.
- ◆ Gymnastique du maintien.
- ◆ Utilisation des points d'appui.
- ◆ Verrouillage de la colonne lombaire.
- ◆ Les positions clés.
- ◆ La technique de la pince ouvrante.

Jour 2 Matin :

Apports pratiques

- ◆ **Ergonomie de travail :**
 - Balayage,
 - Faire un lit,
 - Ramasser un objet à terre,
 - Postures de travail.
- ◆ **Les transferts avec cobaye, résident à mobilité réduite, résident alité.**
 - Les retournements..
 - Lever / coucher au lit.

Jour 2 Après-midi :

- ◆ Lever / assis au lit.
- ◆ Lit fauteuil / fauteuil lit.
- ◆ Siège / siège.
- ◆ Lever du sol.
- ◆ Les toilettes.
- ◆ La baignoire.
- ◆ Utilisation de lève personne / verticalisateur.

Déroulé et séquençage :

Séquençage envisagé par demi-journée ; toutefois, il peut s'adapter en fonction des besoins des stagiaires et des cas pratiques abordés.

Public : Tous les professionnels amenés à mobiliser les bénéficiaires ou résidents au domicile ou en établissement d'hébergement pour personnes âgées ou adultes en situation de handicap. Personnes en situation de handicap : nous consulter.

Prérequis : Aucun

Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Méthodes pédagogiques mobilisées :

Il sera laissé à chaque participant un dossier pédagogique contenant la copie des supports utilisés par les intervenants :

- Exposé théorique (diaporama).
- Mises en pratique avec matériel adapté.

Intervenant :

Méthodes et modalités d'évaluation :

La mesure de l'impact des programmes proposés aux professionnels de santé s'évalue au travers de deux outils :

- un quizz « vrai/faux » pour tester les connaissances des stagiaires en amont et en aval de la formation.
- un questionnaire de satisfaction, reprenant les critères et les indicateurs suivants :
 - L'intérêt et l'appréciation générale de la formation.
 - La réponse aux attentes du stagiaire.
 - L'adaptation des exemples aux situations concrètes et à la réalité professionnelle des stagiaires.
 - Appréciation du temps de parole laissé aux stagiaires.
 - Appréciation des qualités pédagogiques du formateur.

Cette formation est également réalisable en intra, dans vos locaux.