

## Programme Gestes et Postures

### Manutention et Aide à la Mobilité

**Durée totale de la formation :** 14 heures pour 10 stagiaires maximum

**Nombre de participants :** de 4 minimum à 10 personnes

**Lieu de formation :** dans vos locaux ou dans une salle réservée à cet effet

**Prérequis :** aucun

#### Objectif de la formation :

- Connaitre les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail en lien avec son activité (introduction aux TMS - Troubles Musculo Squelettiques )
- Appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail
- Maîtriser les gestes appropriés à la manipulation d'une charge inerte (principes d'économie d'effort)
- Maîtriser les gestes appropriés à l'aide à la mobilité de personne aidée (rehaussement couché, roulement dos/côté, redressement couché/assis, transfert assis, abaissement assis/couché, accompagnement à la marche)
- Utiliser le matériel et aides techniques à disposition : lit médicalisé électrique, soulève-personne électrique, verticalisateur électrique, fauteuil roulant à accoudoirs escamotables, drap de glisse, planche de transfert, disque de pivotement, déambulateur.
- Améliorer les conditions de travail

**Evaluation de la formation :** Durant la formation, les acquis sont validés par la mise en pratique efficace des gestes appropriés à la manipulation. A la fin de la formation, une attestation individuelle de formation est remise à chaque candidat qui a suivi l'ensemble de la formation.

**Encadrement de la formation :** La formation est encadrée par un formateur Gestes et Postures

**Méthodes pédagogiques :** Apport de connaissances, exposés participatifs, questionnement, Apprentissage des gestes corrects

## **Contenu :**

### **Jour 1 Matin**

- Présentation des risques professionnels et chiffres d'accidents du travail / maladies professionnelles en lien avec son activité
- Introduction à l'anatomie et à la biomécanique humaine

### **Jour 1 Après-midi**

- Apprentissage des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Apprentissage d'utilisation du matériel et aides techniques pour l'aide à la mobilité de la personne aidée

### **Jour 2 Matin**

- Apprentissage d'utilisation du matériel et aides techniques pour l'aide à la mobilité de la personne aidée (suite)

### **Jour 2 Après-midi**

- Etudier les postes de travail pour proposer les améliorations possibles selon les principes et matériels abordés pendant la formation.

**Renouvellement conseillé :** Tous les 2 ans, 7 heures

**Délais d'accès :** 15 jours (et +)

**Handicap :** pour toute demande spécifique, veuillez nous contacter

**Tarif :** sur devis