



Programme de formation inter-établissements

GESTES ET POSTURES

Objectifs

- 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

Axes essentiels

Jour 1 : Apports théoriques

Jour 1 - Matin

-
- 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

Jour 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 : Apports pratiques

Jour 2 - Matin

-
- **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

Méthodes

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

Pré-requis

Aucun

Support pédagogique

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

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

Public concerné

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.



Calendrier

Lundi 13 et jeudi 16 février 2023

Ou

Lundi 17 et jeudi 20 avril 2023

Ou

Lundi 25 et jeudi 28 septembre 2023

Ou

Lundi 20 et jeudi 23 novembre 2023

Durée

2 journées de 7 heures, soit 14 heures : de 9 h à 17 h.

Lieu de réalisation

Le Coudray-Montceaux

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite.

Intervenants

Masseur-Kinésithérapeute