

PROGRAMME DE FORMATION

Ergonomie : Manutention des personnes âgées,
Gestes et postures sécuritaires

Code formation : F505

Nombre d'heures requis : 14h.

Prérequis / Public : La formation s'adresse au personnel soignant.

Objectifs pédagogiques de la formation :

- Connaitre et prévenir les TMS ;
- Prendre conscience des contraintes ergonomiques ;
- Adopter les gestes et les postures adaptées à la manutention des personnes en situation de handicap, âgées, dépendantes ; selon leur pathologie ;
- Contribuer à l'évolution et l'amélioration des conditions de travail ;
- Limiter les risques d'accidents du travail en sécurisant la manutention ;
- Savoir être à l'écoute et communiquer avec la personne pour une manutention respectueuse ;
- Favoriser l'autonomie de la personne, ainsi que son intégrité physique.

Modalités : La formation est dispensée en présentiel dans les locaux de l'entreprise.

Délai d'accès : 48 h.

Tarifs : Sur demande.

Contact : contact@conseilformation.fr

Méthodes mobilisées : Enoncés théoriques, vidéos, documents écrits, mises en situation.

Modalités d'évaluation : QCM, Quiz, mises en situation.

Accessibilité aux personnes handicapées : Oui

Formateur(s) : Formateurs diplômés dans le secteur d'activité concerné.

Nombre de participants à la formation par session : 12 maximum.

Préambule : Cette formation vous permettra d'assurer la prise en charge des personnes âgées et/ou en situation de handicap tout en respectant vos capacités physiques, en limitant vos efforts, et en maintenant le respect et la confiance avec la personne que vous aidez.

Description détaillée de la formation :

I. Introduction

- Visualiser les parties du corps sollicitées lors des manutentions ;
- Mécanique humaine : colonne vertébrale, anatomie, physiologies, pathologies ;
- Rappeler les TMS les plus fréquents : comment limiter les risques ?
- Identifier les accidents du travail dans la branche d'activité.

II. Analyser sa situation de travail

- Analyser différentes situations et envisager des aménagements et des pistes d'amélioration ;
- Sollicitation du corps dans l'activité quotidienne ;
- Principe de sécurité physique.

III. Les gestes et postures à adopter

- Chronologie de l'acte de manutention ;
- Exercices pratiques : effectuer des manutentions tout en protégeant les lombaires, cervicales, articulations, etc. ;
- Différentes situations :
 - Au lit : latéralisation, translation, redressement, rehaussement ;
 - Assis ou au fauteuil : rehaussement, transfert avec et sans aide ;
 - Relever du sol : l'approche de la personne qui est tombée et les techniques de relevées ;
 - Les marches : étude de différents types de marches et conduite à tenir face à ces personnes.

IV. Les aides techniques

- Utilisation des aides techniques : lève personne, rails de transfert, planches de glisse, verticalisateur, etc. ;
- Déplacements avec un fauteuil roulant.

V. L'écoute et la communication lors des manutentions

- Savoir être à l'écoute des personnes lors des manutentions ;
- Adapter sa communication : solliciter la personne et lui expliquer les gestes réalisés.