

GESTES ET POSTURES POUR LE PERSONNEL MÉDICO-SOCIAL (ADV, ...)



1/2

PUBLIC

- Toute personne souhaitant diminuer les risques de TMS

INTERVENANT

- Psychologue du travail, ergonomiste
- Conférencier

EN PRÉSENTIEL

- 2 jours en INTRA ou INTER

EN DISTANCIEL

- 4 demi-journées sur le support de votre choix

MODALITÉ DE SANCTION

- Remise d'une attestation en fin de formation

RÉFÉRENCE

DURÉE

MODE
D'INTERVENTION

PUBLIC

MOD-24

14 HEURES

INTRA/INTER

TOUT PUBLIC

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES (ÊTRE CAPABLE DE)

- Définir l'ergonomie au travail pour les gestes de manutention de personne à mobilité réduite
- Connaître les normes de l'ergonomie au travail
- Reconnaître et comprendre les différentes pathologies dues aux mauvaises pratiques gestuelles lors de ports de charge
- Mettre en pratique des gestes et postures adaptés pour diminuer les risques d'accidents, et particulièrement au poste comprenant des gestes de manutention de personne à mobilité réduite
- Connaître et appliquer les différentes techniques qui permettent de maintenir l'intégrité physique de leur dos,
- Acquérir des réflexes de prévention et de protection pour améliorer leurs conditions de travail.

PRÉ-REQUIS (& NIVEAU SI NÉCESSAIRE)

Expériences en entreprises

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et d'échanges entre participants
- Retours d'expérience
- Mise en application autour de jeux
- Support pédagogique

MODALITÉ D'ÉVALUATION

Progression des participants évaluée par le formateur tout au long de la formation (test de positionnement, résultats des exercices, échanges questions-réponses...) et par un test d'évaluation des acquis en fin de formation.

Évaluation complétée par le recueil en ligne des appréciations des participants à l'issue de la formation et par le bilan du formateur.

SUPPORTS DE LA FORMATION

CPA Formation s'engage à fournir un support pédagogique adapté et de bonne qualité, reprographié en autant d'exemplaires que de participants. Un exemplaire de cette documentation sera également remis au service formation.

TARIF

2350€

NOMBRE DE
STAGIAIRES

1 À 12



GESTES ET POSTURES POUR LE PERSONNEL MÉDICO-SOCIAL (ADV, ...)

RÉSUMÉ DU PROGRAMME

Jour 1

Module 1 : Introduction à l'ergonomie au travail pour la manutention de personne à mobilité réduite

- Définition de l'ergonomie
- Les normes de l'ergonomie au travail
- Les risques encourus lors de la manutention de personne à mobilité réduite

Module 2 : Les pathologies liées aux mauvaises pratiques gestuelles lors de la manutention de personne à mobilité réduite

- Les différentes pathologies (lombalgies, sciatiques, hernies discales, tendinites)
- Les facteurs de risques liés aux postures de travail
- Les solutions pour prévenir ces pathologies

Module 3 : Les gestes et postures adaptés pour diminuer les risques d'accidents lors de la manutention de personne à mobilité réduite

- Les techniques de levage, de portage et de déplacement de personnes à mobilité réduite
- Les gestes et postures à adopter pour prévenir les accidents et les blessures
- Les équipements de protection individuelle

Jour 2

Module 4 : Les techniques pour maintenir l'intégrité physique du dos

- Les règles d'hygiène de vie
- Les exercices d'assouplissement et de renforcement musculaire
- Les étirements et automassages

Module 5 : Les réflexes de prévention et de protection pour améliorer les conditions de travail

- Les bonnes pratiques pour réduire les risques de troubles musculo-squelettiques
- L'organisation du travail pour améliorer les conditions de travail
- La sensibilisation à la prévention des risques professionnels

Module 6 : Mise en pratique

- Exercices pratiques de manutention de personne à mobilité réduite avec des techniques et postures adaptées
- Échanges et retour d'expériences sur les situations rencontrées par les participants