HM FORMATION

Programme de formation

GESTES ET POSTURES

Manutention de personnes

Auxiliaire de vie et aide à domicile

Durée : 7h

Modalité de la formation : Présentiel

Public : Toute personne du secteur sanitaire et social, amenée à intervenir auprès de personnes dépendantes, handicapées, âgées

Objectifs :

- Adopter les gestes et techniques adaptées à la manutention des personnes handicapées, âgées, dépendantes
- Se prémunir des risques d'accidents du travail et sécuriser la manutention

Pré-requis : Aucun

Modalités techniques, pédagogique et d'encadrement :
Salle équipée avec video-projecteur (ou TV) et paperboard. Connexion WIFI.
En cas de formation intra-entreprise, les moyens techniques décrits ci-dessus doivent représenter une référence idéale.

Apport d'informations.
Réflexion de chacun sur ses positions, ses mouvements et l'intensité des charges à soulever.
Matériels pouvant être mis à disposition :
Drap de glissement, planche de transfert (passage du lit au fauteuil et inversement), disque de rotation, mannequin « BEBERT » INRS, matériel pédagogique pour exercices d'échauffement, matériel d'aide à la préhension et à la marche, tapis
Le matériel pédagogique utilisé auprès des patients ou bénéficiaires (lit à hauteur variable avec barrières, fauteuil roulant, chaise, verticalisateur, lève personne...
Mise en situation de portage de charge lourde et de phases d'entretien/nettoyage.
Lecteur DVD et supports de cours et films INRS

Modalités d'évaluation des connaissances ou d'appréciation des résultats de l'action de formation :
Evaluations pratiques complété par un auto-evaluation des acquis en fin de formation.

Modalité d'évaluation de l'appréciation des participants : Questionnaire d'appréciation à chaud à l'issue de la formation. Et à froid plusieurs mois après la formation.

Modalité de suivi de l'action de formation : Feuille d'émargement co-signée par demi-journée ou séance de formation.

HM FORMATION

Contenu détaillé de la formation :

RAPPELS D'ANATOMIE

Visualiser les parties du corps sollicitées par l'effort de manutention

Connaître les TMS les plus fréquentes notamment en manutention

LES GESTES ET TECHNIQUES DE MANUTENTION ET DE PORT DE CHARGES

Améliorer les gestes permettant d'effectuer les manipulations tout en préservant son corps

Protéger les lombaires, cervicales, articulations, muscles, ...

LES CHANGEMENTS DE POSITION

Étudier les gestes appropriés au milieu de la santé pour changer la position de la personne, avec l'aide d'une autre personne ou seul

Aider à changer de position : Couchée à Assise (et réciproquement), Assise à Debout (et réciproquement)

Transférer la personne en position allongée (pour changer de lit par exemple)

Relever la personne du sol (avec des gestes appropriés selon les positions)

- Déplacer la personne allongée au sol en position assise au sol
- Puis, l'asseoir dans un fauteuil ou la relever

LES AUTRES MANUTENTIONS FRÉQUENTES

Le retournement latéral au lit

Le rehaussement au lit et en fauteuil

L'aide au déplacement

La mise en place du bassin

LA TECHNIQUE DU PIVOT

Utiliser la technique du pivot pour enchaîner efficacement certains mouvements

Tous les mouvements et techniques étudiés au cours de la formation font l'objet d'exercices pratiques

Sanction de la formation : Attestation de formation (L.6353-1 du Code du travail)