

# LA MANUTENTION DE PERSONNES DEPENDANTES

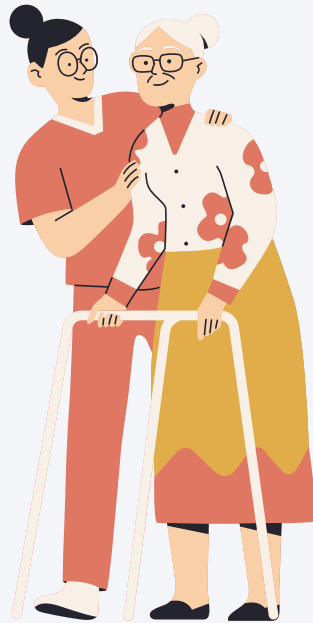
## Gestes et postures pour personnel soignant et aides à domicile



**Effectif:**  
1 à 10 personnes



**Administratif:**  
Fiches d'émargements  
Fiches d'évaluations de formations  
Attestations de formation  
Tarif sur devis



**Durée:**  
10H modulables :  
théoriques et pratiques



**Lieu:**  
au sein de votre  
entreprise

**Tarif** sur demande de devis

## COMPÉTENCES VISÉES

**Analyse et résolution des problèmes rencontrés lors des transferts, activités ménagères (repassage, ménage, installations au repas)**  
**Utilisation du matériel: lève personne, déambulateur...**  
**Exercices conseillés (école du dos)**

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Acquérir des postures et gestes professionnels sécuritaires
- Prévenir les troubles musculo-squelettiques des aidants
- Préserver et stimuler l'autonomie psychomotrice chez les personnes âgées, et les personnes en situation de handicap.
- Contribuer à la qualité de vie pour le soignant/soigné
- Connaître et apprendre l'utilisation du matériel à disposition

## PROGRAMME DE LA FORMATION

- La personne âgée, handicapée et son corps
- Evaluation du potentiel du soignant
- Prendre soin de son corps
- Physiologie du mouvement
- Anatomie vertébrale : pourquoi le mal dos et des épaules
- Biomécaniques du rachis (centre de gravité , échauffement, étirement)
- Adaptation des conseils en fonction des besoins des stagiaires
- Mises en pratiques

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

Salle équipée d'un vidéoprojecteur et moyen d'écriture manuelle  
Différents exercices (photo, vidéo) + Vidéos (1h environ) sur les techniques de manutention en méthode passive, contrôlée, aidée à 1 à 2 soignants

## VALIDATION DES ACQUIS

Observation du formateur lors de la partie pratique et questionnaire en fin de formation. La validation des acquis de compétences est mentionnée sur l'attestation de suivi de formation remise à l'issu de la formation.



PHYSIOSTEO  
ENTREPRISE

5



[contact@physiosteo-entreprise.fr](mailto:contact@physiosteo-entreprise.fr)