Bretagne Formation Conseil

CENTRE DE FORMATION

Risques Professionnels
Management - Bureautique

GESTES ET POSTURES PERSONNEL SOIGNANT ET AIDANT

novembre 26

Objectifs :

Prévenir les risques liés aux gestes et postures du travail et les troubles musculo-squelettiques (TMS) chez le personnel soignant et aidant, en aidant la personne à se déplacer sans la porter.

Moyens & Méthodes :

Supports audiovisuels adaptés (vidéo projecteur).
Alternance entre théorie et pratique
Mises en situation réelles

Pré-requis :

Ne pas présenter de contre-indication médicale à la manutention de charges
Comprendre le français

Public :

Aides-soignants, infirmiers, ASH, auxiliaires de vie, aides à domicile

Durée :

Initiale : 1 jour
Recyclage à chaque changement de poste ou de technique

Lieu :

Sur le site de l'établissement ou de la structure.

Pour une personne à mobilité réduite comme pour toute autre situation de handicap, un échange préalable permet d'étudier les adaptations possibles.

PROGRAMME

Étude préliminaire des pratiques par le formateur

Les enjeux
- → Les notions de risque et de danger
- → Les différences entre un accident du travail et une maladie professionnelle
- → Les affections liées à la manutention de personnes et de charges
- → La réglementation

Les coûts humains et financiers
- → Les différentes étapes et les conséquences pour le salarié
- → Les taux d'incapacité
- → Les conséquences pour l'établissement
- → Les statistiques d'accidents

Les principes généraux de fonctionnement du corps humain
- → Les muscles, les articulations, les tendons et leurs différentes lésions
- → La colonne vertébrale et ses principales lésions
- → Les principales pathologies du dos

Les facteurs aggravants
- → La charge
- → La posture
- → La répétition
- → Les contraintes psychosociales
- → Les contraintes organisationnelles

Gestes et postures auprès de la personne aidée
- → Évaluer ce que la personne peut faire seule
- → La guider par la parole et le toucher, sans la porter
- → Rehaussement et retournement au lit
- → Transferts lit-fauteuil avec les aides techniques : lève-personne, verticalisateur, drap de glisse
- → Postures de travail pendant les soins et la toilette
- → Aménagement du poste de travail
- → Préparer une manutention de charge, ramasser un objet au sol

Analyse des postes de travail
- → Mise en pratique des acquis théoriques sur chaque poste de travail

Exercices d'étirement et de souplesse
- → Exercices d'étirement à faire au poste de travail
- → Exercices de souplesse à faire chez soi

Quiz de validation des acquis et de la pratique.
Validation : attestation de fin de formation remise à chaque participant.

Le support de formation pourra être délivré en version papier ou en version dématérialisée.