

# MANUTENTION DES PERSONNES ET PRÉVENTION DES DOULEURS VERTÉBRALES, MODULE INITIAL

## PRÉAMBULE

Cette formation de deux jours va permettre aux professionnel-le-s de renforcer leurs compétences techniques sur la manutention des personnes et sur la prévention des douleurs vertébrales. Durant cette formation, les postures ergonomiques à la manutention seront abordées et expérimentées, ceci afin de garantir la sécurité de la personne accompagnée mais aussi celle du ou de la professionnel-le. Un pan de la formation va permettre d'aborder la prévention des douleurs et des troubles musculo-squelettiques, notamment dorsaux.

Au-delà de l'apprentissage des bonnes pratiques de manutention, cette formation met un accent particulier sur l'aspect relationnel de la manutention ainsi que sur les stimulations sensitives et motrices permettant de favoriser la participation active des personnes accompagnées dans leur propre déplacement. Les professionnel-le-s apprendront à adapter leurs interventions en fonction des capacités de chaque personne, en intégrant des méthodes douces et respectueuses des besoins individuels.

Par ailleurs, un volet spécifique sera consacré à l'utilisation des aides techniques, telles que les lève-personnes, les sangles de transfert, les verticalisateurs, les guidons de transfert... Une bonne connaissance et un usage adéquat de ces différents équipements permettent de réduire les risques de blessures pour le personnel soignant, tout en améliorant la qualité du soin.

À l'issue de cette formation, les participant-e-s seront en mesure d'adopter des postures ergonomiques et sécurisées, de solliciter efficacement la participation de la personne dans les transferts, et d'utiliser les outils techniques de manière appropriée pour protéger leur propre santé tout en veillant à celle des autres.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Adopter une stratégie posturale adaptée pour se prémunir des accidents du travail.
- Approfondir ses connaissances sur l'ergonomie et les aides techniques.
- Savoir repérer le potentiel de participation de la personne et le stimuler dans ce sens.
- Adopter ou améliorer les gestes et pratiques permettant la manipulation des personnes en situation de handicap et/ou de dépendance.

## COMPÉTENCES RENFORCÉES

- Déterminer la méthode de manutention optimale pour la personne accompagnée et soi-même.
- Concevoir la manutention comme un acte de soin impliquant l'aspect relationnel et la prise en compte des compétences de la personne accompagnée.

## PUBLIC CONCERNÉ

Professionnel-le-s des établissements et des services médico- sociaux, sociaux et de santé. Formation concourant au développement et au renforcement des compétences pratiques et techniques pour l'accompagnement de proximité des personnes dépendantes, en situation de handicap, de soin et de perte d'autonomie.

## PRÉ-REQUIS

- En intra : profils des bénéficiaires déterminés avec l'établissement selon les objectifs définis, la dynamique d'équipe, ...
- Inscription individuelle : prise en compte de l'expérience et/ou du diplôme (Niv. 2 minimum du secteur médico-social ou soin).

|   |  |
|---|--|
| <b>Tarifs (Hors frais de déplacement)</b> | <b>550 € NET</b><br>par participant<br><b>2620€ NET</b><br>par groupe  |
| <b>Durée</b>                              | <b>14 heures / 2 jours</b>   |
| <b>Effectif par session</b>               | <b>6 mini &gt; 12 maxi</b>   |
| <b>Modalité</b>                           | <b>Présentiel</b>  |
| <b>Niveau indicatif de formation</b>      | <b>Niveau 6</b>  |
| <b>Délai d'accès</b>                      | Mise en œuvre réalisée sur demande   |
| <b>Accessibilité</b>                      | L'Atelier des Pratiques et les établissements d'accueil mettent à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public en situation de handicap. Si besoin d'une aide technique pour le suivi de la formation, nous contacter. |
| <b>Contact</b>                            | 0256610194<br>organisation@atelierdespratiques.fr<br>www.atelierdespratiques.fr  |
| <b>Réf.</b>                               | <b>M006_MANUTI</b>   |
| <b>Date version</b>                       | Janvier 2025   |

## PROGRAMME

### Première journée

#### Apports théoriques sur les structures anatomiques en jeu et les risques d'atteinte à la santé :

- Explications sur l'anatomie et le fonctionnement des structures osseuses
- Les différentes pathologies du dos liées à des positionnements inadéquats
- L'impact de l'entretien physique

#### Les gestes sécuritaires pour se préserver :

- Ressentir sa posture corporelle
- Les gestes et postures sécuritaires (verrouillage lombaire, fentes, contrepoids...)

#### La manutention, acte de soin à part entière impliquant l'aspect relationnel et les ressources des personnes accompagnées :

- L'évaluation des capacités de la personne et la prise en compte de ses limites physiques, psychiques et cognitives
- L'intérêt de la participation active de la personne
- L'intérêt du mouvement dans la conservation de la santé physique
- Expérimentations
- La conscientisation des situations de vulnérabilité

### Deuxième journée

#### Les outils ergonomiques et les aides techniques :

- Comment bien les utiliser ?
- Comment adapter leur utilisation en fonction des situations ?

#### L'individualisation de la situation de manutention :

- Analyse des pratiques
- Les pistes de travail (trame d'évaluation de la situation)

### Optionnel : troisième journée (à distance des deux premières)

- Études de cas concret
- Travail spécifique sur les protocoles pour développer le travail d'équipe et apprécier l'autonomie des résidents.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et méthodologiques.
- Expérimentations, exercices pratiques et mises en situations
- Etudes de cas.
- Dossier technique remis au stagiaire.

### INTERVENANTES

Karine LE CLAIRE, Nadia RADENAC  
et Karine FOLSCHWEILLER  
Formatrices spécialisées en prévention des  
risques liés à l'activité physique en  
établissements médico-sociaux

### SUIVI & ÉVALUATION

Analyse de situations,  
Questionnaire écrit,  
Réalisation d'exercices pratiques

### CERTIFICAT DE RÉALISATION

MANUTENTION DES PERSONNES ET  
PRÉVENTION DES DOULEURS  
VERTÉBRALES, MODULE INITIAL