



## MANUTENTION DES PERSONNES ET PRÉVENTION DES DOULEURS VERTÉBRALES

### PRÉAMBULE

Deux jours pour apprendre les bons gestes qui protègent la colonne vertébrale et pour revoir les techniques de manutention. Il s'agit dans cette formation d'apprendre également les stimulations sensitives et motrices qui amènent la personne à participer et d'utiliser de manière adaptée les aides techniques.

### 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

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

### 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

- Inscription individuelle : prise en compte de l'expérience et/ou du diplôme (Niv. 2 minimum du secteur médico-social ou soin).

<b>Tarif</b>	550€ / participant
<b>Dates</b>	Dates à définir
<b>Horaires</b>	9h30-12h30 et 14h-18h
<b>Lieu</b>	L'Atelier des Pratiques, PA du Val Coric, 56380 GUER
<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>Accessibilité</b>	- Sur site, l'établissement d'accueil met à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public handicapé. - L'Atelier des Pratiques possède des locaux adaptés (UFR/PMR). - Besoin d'une aide technique spécifique (LSF,...) : nous contacter.
<b>Contact</b>	0685074564 f.ferey@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr
<b>Réf.</b>	<b>PRO-000864</b>
<b>Date proposition</b>	Septembre 2023



# PROGRAMME

## Jour 1

- Identification des différentes structures anatomiques mises en jeu dans la manutention des personnes :
  - explications sur l'anatomie et le fonctionnement des structures osseuses
- Les risques d'atteinte à sa santé en lien avec les sollicitations de son activité :
  - les différentes pathologies du dos liées à des positionnements inadéquats
  - l'impact de l'entretien physique
- Les gestes sécuritaires pour se préserver :
  - le ressenti de sa posture corporelle
  - gestes et postures sécuritaires : verrouillage lombaire, utilisation des fentes, utilisation du contrepoids, ...
- La manutention comme un acte de soin à part entière impliquant l'aspect relationnel et les ressources des personnes accompagnées :
  - l'évaluation des capacités de la personne et prise en compte de ses limites physiques, psychiques et cognitives
  - l'intérêt du mouvement dans la conservation de la santé physique
  - l'intérêt de la participation active de la personne
  - la conscientisation des situations de vulnérabilité

## Jour 2

- Les différentes techniques de manutention des personnes avec la prise en compte des gestes sécuritaires et des ressources de la personne accompagnée :
  - exercices pratiques et entraînements aux gestes corrects
- Les outils ergonomiques et les aides techniques (utilisation adaptée en fonction des situations) :
  - exercices pratiques
- L'individualisation de la situation de manutention :
  - analyse des pratiques
  - pistes de travail (trame d'évaluation de la situation)

# MOYENS PÉDAGOGIQUES

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

## INTERVENANTE

Karine LE CLAIRE,  
Formatrice spécialisée en prévention des  
risques liés à l'activité physique en  
établissements médico-sociaux

## SUIVI & ÉVALUATION

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

## ATTESTATION DE FORMATION

Manutention des personnes et prévention  
des douleurs vertébrales