



CERTIFICAT

PRÉSENTIEL

PROGRAMME DE FORMATION : GESTES ET POSTURES



LES PRÉ-REQUIS

- Savoir lire, écrire et parler en langue française



MOYENS PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Analyse de situations concrètes
- Exercices de prise de conscience de positionnement du bassin et de la colonne lombaire,
- Ateliers pratiques : Observer, comprendre et entreprendre les gestes adaptés
- Apprendre à s'écouter



MODALITES D'EVALUATION DES ACQUIS

- Mise en situation professionnelle
- Test écrit



LE PUBLIC CONCERNE

- Salariés intervenant auprès de personnes dépendantes



LE PROFIL DES INTERVENANTS

- Formateurs spécialisés



PARTICIPANTS

- Groupe de 8 à 10 personnes

OBJECTIFS

- Identifier les gestes et postures permettant de travailler en sécurité lors de l'entretien du cadre de vie et l'accompagnement de la personne
- Adapter sa posture de travail pour être à hauteur du support et ainsi préserver son dos et économiser les gestes inutiles

PROGRAMME

- Notions d'anatomie (appareil locomoteur, colonne vertébrale)
- Les troubles musculo-squelettique
- Connaître les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Diminuer les risques et efforts en s'astreignant à des « automatismes » intelligents s'opposant aux habitudes nocives
- Connaître les gestes et techniques lors de la mobilisation de la personne aidée , afin de travailler en sécurité

LES INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES

- Durée : 7 heures
- Sanction : Remise d'une attestation de formation

LE LIEU DE FORMATION

Centre de formation en présentiel

LE TARIF

Sur demande