

GESTES ET POSTURES :

La manutention de charge inerte, La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes.

Objectifs :

**Éviter les lombalgies en prenant conscience des mauvais comportements et en réalisant le bon geste.
Potentialiser et faciliter la mobilisation de personnes âgées ou dépendantes.**

Plan de la formation

A- Apport théorique

- a. Le dos : anatomie, physiologie
- b. L'équilibre
- c. Notion de biomécanique
- d. La lombalgie
- e. Les principes de manutention
- f. Les gestes et postures à connaître

B- Exercices pratiques (mise en situation)

- a. Les gestes et postures à connaître
- b. Le port de charge inerte
- c. La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes :
 - i. En position assise
 - ii. En position allongée

C- Bilan, évaluation de la formation

Moyens pédagogiques :

- o Apports théoriques.
- o Etudes de cas issus de la pratique.
- o Mises en situation.
- o Support audiovisuel.
- o Apport documents écrits.

Public :

L'équipe soignante de l'établissement (infirmières, aides-soignantes, ASH...).

Intervenants :

Kinésithérapeute,
Ergothérapeute.

Programme: « Gestes et postures : manutention de charge inerte, mobilisation de personnes âgées ou dépendantes»

Nombre d'heures: 7h00, réparties sur la journée

Lieu : sur site

Nombre de participants : jusqu'à 8 participants

Tarif: 980 euros