

## PUBLIC VISÉ & PRÉREQUIS

**PUBLIC :** Personnel soignant

**PRÉREQUIS :** Aucun

## COMPÉTENCES VISÉES

- ▶ Prévenir les risques professionnels et préserver la santé en adoptant des gestes et postures adaptés, en maîtrisant les techniques de manutention, et en appliquant les principes ergonomiques pour éviter les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

## OBJECTIF GÉNÉRAL DE LA FORMATION

Acquérir ou renforcer un bon Comportement Ergo moteur et une maîtrise gestuelle permettant d'optimiser la mobilisation du patient malade et/ou dépendant en tenant compte de son autonomie et de son capital Santé en prévenant l'apparition des TMS

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :
- ▶ Maîtriser les principes de la sécurité au travail grâce à de nouvelles compétences en ergonomie
  - ▶ Appliquer les gestes et postures adaptés au travail en toute sécurité
  - ▶ Considérer la manutention comme un soin à part entière

## CONCEPTEUR - INTERVENANTS

**Concepteur :** Formateur PRAP Sanitaire et Médico-Social certifié par l'INRS

**Intervenant :** Formateurs PRAP Sanitaire et Médico-Social et formateurs en risques d'activités physiques dans le secteur de la santé

## TARIF INTRA

SUR DEVIS, NOUS CONSULTER :  
01 43 68 07 87 - CONTACT@SAUVEGARD.COM

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

### COMPRENDRE ET PRÉVENIR LES RISQUES LIÉS AUX TMS

- ▶ Identifier les enjeux des accidents de travail et acquérir des connaissances sur l'anatomie et les postures ergonomiques.

- ▶ Appliquer les principes de prévention et intégrer les bonnes pratiques de manutention pour réduire les risques lombaires.

### MAÎTRISER LES TECHNIQUES DE MANUTENTION

- ▶ Pratiquer des techniques de manutention adaptées et stimuler la personne avec une communication verbale appropriée.

- ▶ Rapprocher le corps du patient en sécurité et maîtriser les obstacles pour garantir des déplacements sûrs.

## DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- **Méthode active** : exposé interactif, ateliers, échanges, mises en situation, études de cas, brainstorming. Outils et méthodes adaptés aux apprenants pour faciliter l'appropriation des connaissances et la réflexivité.
- **Livret pédagogique** récapitulant l'ensemble du contenu de la formation remis à chaque participant.

## ÉVALUATION

- **Recueil des besoins et attentes des participants** en amont et/ou au démarrage de la formation
- **Évaluation formative en lien avec les objectifs pédagogiques** :
  - Brainstorming
  - Participation active aux différentes activités pédagogiques proposées et capacité à remettre en question ses pratiques professionnelles.
  - Débriefing avec les pairs et le formateur lors des mises en pratique.
- **Évaluation sommative pré et post test d'autoévaluation des connaissances**
- **Évaluation à distance** par l'employeur de l'impact de la formation sur la pratique (bilan individuel, entretien annuel, analyse de pratiques...)
- **Certificat de réalisation de formation**
- **Questionnaire de satisfaction.**



## ATELIERS PRATIQUES AU POSTE DE TRAVAIL

7 STAGIAIRES PAR JOUR



## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ▶ Renforcer les principes de la sécurité au travail grâce à la démarche ALM (Accompagnement à La Mobilité).
- ▶ Adapter et appliquer les soins de manutention au travail en toute sécurité.
- ▶ Considérer la manutention du patient comme un soin à part entière.

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

### MAÎTRISER LES BASES THÉORIQUES DES TMS ET LES TECHNIQUES DE PRÉVENTION

- ▶ Analyser les enjeux humains et financiers des TMS et comprendre la mécanique corporelle et les facteurs de risque.

- ▶ Reconnaître les atteintes de l'appareil locomoteur et maîtriser les techniques de prévention et de manutention sécurisée.

### PERFECTER LES TECHNIQUES DE MANUTENTION ET DE PRÉVENTION

## DES TMS

- ▶ Stimuler la personne avec un langage verbal adapté et pratiquer les mouvements clés pour une mobilisation sécurisée.
- ▶ Adapter les aides mécaniques et maîtriser les déplacements humains en surmontant les obstacles objectifs et subjectifs

## LES + DE LA FORMATION

Ces formations permettent de mieux comprendre les enjeux de la sécurité au travail tout en appliquant concrètement des gestes et postures adaptés grâce à de nombreux exercices pratiques.



## PUBLIC VISÉ & PRÉREQUIS

**Public :** L'ensemble du personnel administratif et technique

**PRÉREQUIS :** AUCUN

## COMPÉTENCES VISÉES

- ▶ Prévenir les risques professionnels et préserver sa santé en adoptant des gestes et postures adaptés, en maîtrisant les techniques de manutention, et en appliquant les principes ergonomiques pour éviter les Troubles musculo squelettiques (TMS)

## OBJECTIF GÉNÉRAL DE LA FORMATION

Acquérir ou renforcer un bon comportement ergo moteur et une maîtrise gestuelle au quotidien afin de prévenir l'apparition des TMS

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ▶ Identifier les différentes techniques de manutention de charges inertes adaptées aux postes de travail
- ▶ Prévenir et gérer les facteurs de risques de TMS
- ▶ Comprendre les conséquences des mauvaises postures sur l'organisme humain
- ▶ Comprendre les enjeux humains, financiers et réglementaires des accidents de travail et des maladies professionnelles
- ▶ Participer à la recherche de solutions d'amélioration

## CONCEPTEUR - INTERVENANTS

**Concepteur :** Formateur PRAP IBC certifié par l'INRS

**Intervenant :** Formateurs PRAP IBC et formateurs en risques d'activités physiques

## CETTE FORMATION EST AUSSI DISPONIBLE...

- ▶ En situation de travail

## TARIF INTRA

SUR DEVIS, NOUS CONSULTER :  
01 43 68 07 87 - [CONTACT@SAUVGARD.COM](mailto:CONTACT@SAUVGARD.COM)

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE DE LA FORMATION

### MAÎTRISER LES BASES THÉORIQUES DES TMS ET DES TECHNIQUES DE PRÉVENTION

- ▶ Comprendre l'anatomie et physiologie du squelette.
- ▶ Définir les Troubles Musculo Squelettiques (TMS), les principales pathologies, leurs évolutions.
- ▶ Apprendre et maîtriser les techniques de manutention de charges inertes (relèvement, abaissement, déchargement, chargement, déplacement).
- ▶ Favoriser l'adoption des bons réflexes par l'étude du comportement.
- ▶ Analyser des gestes et postures fondamentaux pour une prévention efficace des (TMS).
- ▶ Adapter les postures et gestes au poste de travail.

### APPLIQUER ET PERFECTIONNER LES TECHNIQUES DE MANUTENTION ET DE PRÉVENTION DES TMS

- ▶ Pratiquer la gestuelle spécifique adaptée à son poste de travail.
- ▶ Intégrer les principes de base et améliorer les techniques en fonction des objets manutentionnés.

## DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- **Méthode active** : exposé interactif, échanges, mises en situation, études de cas, brainstorming. Outils et méthodes adaptés aux apprenants pour faciliter l'appropriation des connaissances et la réflexivité.
- **Livret pédagogique** récapitulant l'ensemble du contenu de la formation remis à chaque participant.

## ÉVALUATION

• **Recueillir des besoins et attentes des participants** en amont et/ou au démarrage de la formation

• **Évaluation formative en lien avec les objectifs pédagogiques :**

- Brainstorming
- Participation active aux différentes activités pédagogiques proposées et capacité à remettre en question ses pratiques professionnelles.
- Débriefing avec les pairs et le formateur lors des mises en pratique.

• **Évaluation sommative pré et post test d'autoévaluation des connaissances**

• **Évaluation à distance** par l'employeur de l'impact de la formation sur la pratique (bilan individuel, entretien annuel, analyse de pratiques...)

• **Certificat de réalisation de formation**

• **Questionnaire de satisfaction.**

## LES + DE LA FORMATION

Cette formation permet de maîtriser les techniques d'ergonomie adaptées à son poste de travail pour mettre en œuvre des solutions d'amélioration concrète.

**Nombreux exercices pratiques** de mise en application pendant cette formation.