

**ERGONOMIE, HYGIENE ET SECURITE****ERGONOMIE :**

½ jour de théorie pour tout le groupe, puis ½ jour de pratique en 2 sous groupes

**A. Objectifs de la formation**

- Apprendre à manutentionner des personnes dépendantes par une éducation gestuelle à automatiser pour protéger au maximum son dos.
- Acquérir les gestes indispensables pour une manutention efficace, simple et adaptée.
- Répondre aux besoins et difficultés spécifiques d'un aidant par une formation concrète.
- Apprendre à améliorer son organisation, pour la sécurité et le confort des personnes dépendantes.

**B. Programme****Prévention du mal au dos :**

- La prévention : dos et travail
- Connaître son dos pour mieux l'utiliser.
- Le "verrouillage" de la colonne vertébrale.
- Le rôle des membres inférieurs, celui des membres supérieurs.
- Apprentissage puis acquisition d'une gestuelle préventive.
- Les principes de la manutention :
- Education gestuelle concrète avec objets pédagogiques et spécifiques et objets divers utilisés habituellement par les stagiaires

**Manutention des personnes dépendantes :**

- La personne dépendante
- Le soignant: qualités : charge mentale et physique.
- L'environnement:
  - aides techniques
  - contraintes techniques
  - mobilier autour du lit
  - le milieu de vie, au quotidien
  - les déplacements, les passages.
- La manutention:
  - définition
  - la trajectoire
  - les prises manuelles
  - les aides techniques
  - choix d'une technique
  - son positionnement
  - sa gestuelle de manutention
  - positions du jeune handicapé.

- Les techniques de manutention:  
Pratique concrète avec un stagiaire simulant la personne âgée, reprenant toutes les activités du matin jusqu'au soir, dans les différents lieux de vie, selon demande des stagiaires :
  - AU LIT (avec lit médicalisé fourni par l'ADMR)
    - Latéralisation
    - Rehaussements:
      - les techniques à réaliser seul
    - Assis au bord du lit :
      - comment doit-on se lever d'un lit ?
      - passif
      - actif
  - ASSIS OU AU FAUTEUIL
    - Rehaussements :
      - .seul : de face
      - de dos
    - fauteuil → autre fauteuil (installation pour WC ou toilette)
    - fauteuil → lit
  - **RELEVER DU SOL**
    - L'approche du malade qui est tombé
    - Comment se relever du sol ?
  - LES MARCHES : sol plat et dans les escaliers
    - Accompagnement pour :
      - Parkinson
      - Hémiplégie
      - Fractures, etc.
  - Déplacements avec un fauteuil roulant (franchissement de trottoir)

Remise de document technique aux stagiaires

**HYGIENE ET SECURITE :**

½ jour de théorie pour tout le groupe, puis ½ jour de pratique en 2 sous groupes

**A. La Relation d'aide et de confiance**

**Objectifs:**

- 1-** Différencier la relation d'aide et la relation de confiance
- 2-** Connaître le secret professionnel
- 3-** Comprendre l'importance de la relation d'aide dans sa pratique quotidienne
- 4-** Connaître les outils pour entreprendre une bonne relation d'aide

**Programme :**

- La relation de confiance
  - Définition
  - La relation avec la personne aidée
  - La relation avec l'entourage (famille, voisins ...)
  - Le secret professionnel
- La relation d'aide
  - Définition
    - La gestion des émotions :
      - Peur, colère, tristesse, joie
    - La juste distance :
      - Physique, verbale, émotionnelle
    - Les attitudes :
      - Congruence, empathie, écoute
    - Les moyens de communication:
      - Verbale, non verbale, autres : VAKO

**B. La santé**

**Objectifs:**

- 1-** Identifier le concept de santé
- 2-** Reconnaître des thèmes de santé publique
- 3-** Répertorier les besoins fondamentaux de la personne
- 4-** Prendre conscience de la dimension pluridimensionnelle de l'individu

**Programme :**

- Le concept de santé
  - Définition de L'OMS
  - L'évolution de la santé à travers les siècles
- Notion de santé publique
  - Définition
  - Thèmes de santé publique
- Les besoins fondamentaux
  - Les différents concepts :
    - L'homme
    - La vie
    - La qualité de vie
    - La maladie
    - La dignité
    - Le respect
- La dimension pluridimensionnelle de l'individu
  - Les différentes dimensions de l'individu
  - La pyramide de Maslow
  - La relation Aidé/Aidant

## C. L'hygiène

- **Objectifs:**
  1. Identifier les besoins
  2. Etre capable de les adapter à la personne aidée sans la mettre en danger
  3. Etre capable de les réaliser avec le matériel approprié
  4. Etre capable ou savoir chercher de l'aide si besoin
  5. Comprendre la nécessité de partager les informations et de travailler avec les autres intervenants du domicile
- **Programme :**
  - L'hygiène
    - Définition
    - Analyser la situation
    - S'adapter aux capacités de la personne et à son environnement (degrés de dépendance)
    - Le lavage des mains
  - La Toilette
    - Définition
    - L'état de la personne
    - Conduite à tenir adaptée : fiches techniques
  - Le pédiluve /capiluve
    - Définition
    - L'état de la personne
    - Conduite à tenir adaptée : fiches techniques
    - Ateliers pratiques
  - La réfection du lit
    - Atelier pratique
  - La collaboration avec les autres professionnels
    - Les différents intervenants
    - La collaboration
    - La traçabilité