



**PROGRAMME DE FORMATION**  
**« MANUTENTION DES PERSONNES AGEES OU DEPENDANTES »**

*(Durée : 14 heures)*

**OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Apprendre une gestuelle répondant aux exigences fortes de cette activité, notamment en matière de fatigue et de mal au dos.
- Renforcer les capacités du soignant pour lui assurer efficacité et aisance, grâce à des techniques de manutention sûres et adaptées aux pathologies rencontrées.
- Assurer au pensionnaire confort et confiance, utiliser ses capacités et prévenir sa perte d'autonomie.
- Les techniques de manutention enseignées intègrent l'obligation de travailler seul, ou à deux.

**PUBLIC VISE ET PREREQUIS**

- Tous salariés et agents travaillant auprès de personnes âgées ou dépendantes.
- Le nombre de participants par session est fixé à 10 personnes maximum.
- Aucun prérequis.

**CONTENU PEDAGOGIQUE**

- Prévention des exigences physiques du travail
  - o La prévention au travail : intérêt et résultats
  - o Profession : Soignant, une activité, des muscles et des articulations
  - o Les risques spécifiques liés au port et à la manutention de charges
  - o Apprentissage puis acquisition d'une gestuelle préventive.
  - o Abord de la manutention des personnes âgées : approche méthodologique
- Pratique de manutention, les techniques
  - o Le ou les soignants enchaînent plusieurs actes de manutention successivement, recréant les conditions de travail.
  - o Au lit : latéralisation, translation, redressement, rehaussement.
  - o Assis ou au fauteuil : rehaussement, transfert avec et sans aide.
  - o Relever du sol : l'approche du malade qui est tombé et les techniques de relevés.
  - o Les marches : Sol plat et dans les escaliers : étude de différents types de marches et conduite à tenir face à ces personnes
  - o Utilisation des aides techniques : lève personne, soulève personne, etc.
  - o Déplacements avec un fauteuil roulant (franchissements) examen, entretien.
  - o Réponses aux attentes individuelles des stagiaires.

**MODALITES DE SUIVI**

- Signature d'une feuille d'émargement.

**MODALITES D'EVALUATION**

- L'évaluation des acquis se déroule en contrôle continu tout au long de la formation.
- A l'issue de la formation, les participants se voient délivrer une attestation de fin de formation validant leurs acquis.
- Une évaluation à chaud permet de mesurer la satisfaction des stagiaires.

**METHODE PEDAGOGIQUE**

- Approche théorique
  - o Acquisition de connaissances indispensables : « Le savoir »
- Pratique expérimentale
  - o Travail pour mettre en pratique les nouveaux acquis : « Le savoir-faire »
- Pratique en situation réelle de travail
  - o Application concrète : « Le savoir être »

**MOYENS TECHNIQUES ET ENCADREMENT**

- Outils généraux : ordinateurs portables, vidéoprojecteurs, tableau papier
- Matériel pédagogique : pièces anatomiques (colonne vertébrale, lot de vertèbres et de disques...), planchette de transfert, disque rotateur, draps de glissement et charges inertes.
- Document aide-mémoire remis aux participants.
- L'intervenant est un formateur professionnel, habilité par le réseau INRS/CARSAT à dispenser des formations d'acteurs Prévention des Risques liés à l'Activité Physique.
- L'intervenant a une expérience de plus de 10 ans dans le milieu sanitaire et social.