

# FORMATION

## Gestes et Postures

### Secteur de la santé



#### Enjeux

En France, les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) sont la principale cause des maladies professionnelles. Ce sont des affections dont les symptômes peuvent apparaître après un laps de temps variable. Ces affections conduisent à des incapacités de plus en plus prononcées voire permanentes.

Se former aux gestes et postures c'est adopter des techniques ergonomiques pour éviter les accidents du travail et maladies professionnelles

Le transport des malades, la manutention dans le domaine de l'aide et des soins et la position debout peuvent engendrer des risques durables, affectant la qualité de vie personnelle et professionnel du personnel hospitalier.

Lors de cette formation centrée sur l'activité soignante, les participants découvriront les mesures de prévention liées notamment aux manutentions des personnes.

#### Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- ✓ Identifier les enjeux de la prévention liés à l'activité physique et la manutention des patients
- ✓ Identifier les différents types d'accidents du travail et de maladies professionnelles dans le milieu de la santé (statistiques)
- ✓ Connaître les enjeux anatomiques, physiologiques et pathologiques liés à leur activité
- ✓ Analyser l'étiologique des TMS chez les soignants
- ✓ Comprendre l'importance de l'échauffement, des bonnes postures et d'une bonne hygiène de vie
- ✓ Appliquer les techniques ergonomiques de manutention utilisées selon différentes situations (manutention et mobilisation)
- ✓ Appliquer les principes d'économie d'effort

#### Méthodes et outils pédagogiques

- Évaluation préalable pour identifier les besoins de l'établissement
- Évaluations pré et post formatives des connaissances
- Quizz, questions ouvertes, ateliers, analyses des pratiques professionnelles et partage d'expériences
- Évaluation de la satisfaction (stagiaires et financeurs)
- Délivrance d'une attestation de formation
- Prévoir une tenue confortable

#### Prérequis

Aucun prérequis

#### Modalités

**Durée :** de 1 à 2 jours (7 à 14 heures) en présentiel en fonction des besoins

**Dates Inter :** Consulter notre calendrier des sessions sur notre site

**Date Intra :** Nous contacter

**Lieux :** Dans vos locaux ou dans une salle louée à proximité

**Effectif par session :** Groupe de 4 à 10 personnes

#### Formateurs

Formateur PRAP validé par la CARSAT

#### Tarifs

**Formation 7 heures:** 999 € HT / groupe

**Forfait 14 heures :** 1 300 € HT / groupe

#### Accessibilité

Les personnes en situation de handicap, sont invitées à nous solliciter en amont pour pouvoir adapter notre pédagogie à vos besoins.

[referent-handicap@ceodem.fr](mailto:referent-handicap@ceodem.fr)

@ [contact@ceodem.fr](mailto:contact@ceodem.fr)



07 56 96 26 08



Taux de réussite : 99,5 %  
Taux d'abandon : 0%

Habilitation FORPREV  
N°H32451/2023/SST-1/O/12

Notre site web : [www.ceodem.fr](http://www.ceodem.fr)

## Programme personnalisable

- ✓ Les enjeux de la prévention des risques professionnelles (sous l'angle TMS)
- ✓ Accidentologie et étiologie des maladies professionnelles (statistiques, vidéos)
- ✓ Notions d'anatomie, physiologie et pathologie liées aux TMS
- ✓ Matériels et équipements spécifiques à la mobilisation et la manutention des malades
- ✓ Les différentes techniques ergonomiques de manutention et de mobilisation : Ateliers pratiques, échanges et réflexions autour des pratiques utilisées et vidéos
- ✓ Les principaux échauffements recommandés avant une prise de poste
- ✓ Hygiène de vie : les grandes recommandations et leurs impact direct sur le soignant
- ✓ Notions d'économie d'effort et de sécurité physique
- ✓ Mieux appréhender son activité pour limiter les risques et efforts inutiles : Organisation, planification, préparation, partage d'expérience, analyse des pratiques

## Ressources pédagogiques

- Support de cours développé selon les dernières recommandations
- Pédagogies active et interrogative avec des réflexions sur des mises en situation
- Etudes de cas concrets et ateliers pratiques de manutention
- Documentation transmise sous format numérique

Pour une inscription ou demande de renseignements, contactez-nous ...

@ [contact@ceodem.fr](mailto:contact@ceodem.fr)



07 56 96 26 08