

☐ Madame ☐ Monsieur

Nom d'usage : Nom de naissance :

Prénom :

Date de naissance :

Fonction/grade :

Service :

Numéro de tél. :

E-mail (en majuscules) :

ÉTABLISSEMENT EMPLOYEUR :

Adresse complète :

N° SIRET :

RESPONSABLE DE LA FORMATION CONTINUE :

Tél. :

E-mail (en majuscule : *adresse à laquelle sera adressé l'accusé de réception de l'inscription*) :

Désire participer à la formation suivante

Intitulé de l'action :

Date(s) de l'action :

Coût pédagogique : Euros par participant

pris en charge par ☐ OPCO ☐ Budget de l'établissement ☐ le participant

APDHES-Centre Pierre Veaux se réserve le droit de reporter à des dates ultérieures ou d'annuler l'action de formation dans le cas où le groupe constitué serait inférieur à 5 stagiaires

Toute annulation peut être faite, sans frais, par le bénéficiaire, si elle parvient par écrit à APDHES Centre Pierre Veaux au moins 10 jours ouvrés avant le début de l'action de formation.

Sauf cas de force majeure reconnue par APDHES Centre Pierre Veaux, pour toute annulation faite par le bénéficiaire moins de 10 jours ouvrés avant le début de l'action de formation, APDHES Centre Pierre Veaux facturera un dédit de 25 % des frais de formation, montant non imputable par le bénéficiaire à la contribution financière obligatoire de formation.

En cas d'absence ou d'abandon en cours de formation, les frais de formation sont dus en totalité. Il demeure possible de remplacer le stagiaire se désistant par une personne ayant le même profil et le même besoin de formation.

Date et signature

(Nom, qualité du signataire) :

PREVENTION GESTES ET POSTURES : PROFESSIONNELS SOIGNANTS ET NON SOIGNANTS

Objectifs

Permettre aux professionnels **d'identifier** les risques liés à leur activité, d'adopter des comportements et des techniques de travail ergonomiques et de **prévenir** les troubles musculo-squelettiques tout en assurant un accompagnement sécurisant et respectueux des résidents.

Programme

1. Notions théoriques

- Anatomie (dos, appareil locomoteur...)
- Psychologie et relation à l'autre (toucher, regard, confiance...)
- Pathologies et troubles musculo-squelettiques (définition, causes et conséquences)

2. Apprentissage et perfectionnement des connaissances

- Quels risques pour quels professionnels ?
- Spécificités du travail auprès des personnes âgées en institution

3. Pratique (exercices, mise en situation)

- Matériel utilisé selon chaque poste ?
- Ressources matérielles et humaines disponibles ? (type de chariots, nettoyage des roues...)
- Ergonomie du poste de travail
- Mise en pratique de principes gestuels et posturaux de base dans la manipulation de charges diverses
- Apprentissage et gestion de l'espace de travail (environnement de travail)
- Relationnel avec les résidents et leurs spécificités
- Éducation posturale
- Importance de prendre du recul, d'en parler

Méthodes pédagogiques

Temps 1

- Tour de table pour présentation
- Réflexion par écrit des situations à risque identifiées par les professionnels concernés, et analyse (Pour le risque surgit : Comment agir dessus ? Y-a-t-il déjà eu des personnes blessées ?)
- Parole autour de la motivation et de l'intérêt des professionnels pour cette formation : demandée / imposée ? Attentes ? Energie et temps à y investir ? Répercussion dans la durée ?

Temps 2 : Théorie avec support power point + échange continu

Temps 3 : Pratique

- Exercices de ressenti corporel afin d'analyser les différents blocages (exercices de posture)
- Exercices d'échauffement et d'entretien corporel (musculaire...)
- Entraînement à la réalisation d'une tâche professionnelle quotidienne corrigée

Public

Personnel soignant et non-soignant

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques (visionnage de documents)

Échanges à partir des situations vécues par les participants

Exercices pratiques

Intervenant

Psychomotricienne

Sanction de la formation

Attestation de formation

Modalités de formation

☒ Intra-établissement

Étude de faisabilité sur demande

☒ Inter-APDHES

1 jour, 07 heures

📅 26 mai 2027

Date limite d'inscription

30 avril 2027

490 € par participant

Contact

05-56-24-49-39

info@apdhes.fr

Référence

8.8.