

GESTES ET POSTURES : La manutention de charge inerte, La mobilisation de personnes âgées, dépendantes, algiques.

Objectifs :

Éviter les lombalgies en prenant conscience des mauvais comportements et en réalisant le bon geste.
Potentialiser et faciliter la mobilisation de personnes âgées ou dépendantes.

Plan de la formation

I. Apport théorique

- a. Le dos : anatomie, physiologie
- b. L'équilibre
- c. Notion de biomécanique
- d. La lombalgie
- e. Les principes de manutention
- f. Les gestes et postures à connaître

II. Exercices pratiques (mise en situation)

- a. Les gestes et postures à connaître

III. Les différents modules :

- a. **Module I** : Le port de charge inerte
- b. **Module II** : La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes : En position assise
- c. **Module III** : La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes : En position allongée
- d. **Module IV** : La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes : Debout

IV. Bilan, évaluation de la formation

Moyens pédagogiques :

- o Apports théoriques.
- o Etudes de cas issus de la pratique.
- o Mises en situation.
- o Support audiovisuel.
- o Apport documents écrits.

Public :

Tout personnel au contact de patients, résidents, bénéficiaires...
Pas de pré requis pour les participants

Intervenants :

Kinésithérapeute,
Ergothérapeute.

Programme : « GESTES ET POSTURES

Apports théoriques, exercices pratiques (et mise en situation), bilan, évaluation et les 4 modules »

Nombre d'heures : 7h00, réparties sur la journée

Tarif : 980 euros

Programme : « GESTES ET POSTURES »

**Apports théoriques, exercices pratiques (et mise en situation),
bilan, évaluation et 1 module**

Nombre d'heures : 2h00, réparties sur la demi-journée

Tarif : 350 euros

Programme : « GESTES ET POSTURES GESTES ET POSTURE »

**Apports théoriques, exercices pratiques (et mise en situation),
bilan, évaluation et 2 modules**

Nombre d'heures : 3h30, réparties sur la demi-journée

Tarif : 550 euros

Lieu : sur site

Nombre de participants : jusqu'à 8 participants