

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

### Objectifs :

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

### Plan de la formation

#### A-Apport théorique

- a. La douleur : aspects théoriques
  - i. la nociception
  - ii. la notion de souffrance
- b. Le dos : anatomie, physiologie
- c. L'équilibre
- d. Notion de biomécanique
- e. La lombalgie
- f. Les principes de manutention
- g. Les gestes et postures à connaître

#### B-Exercices pratiques (mise en situation)

- a. Les gestes et postures à connaître
- b. Le port de charge inerte
- b. La mobilisation de personnes âgées ou dépendantes :
  - i. En position assise
  - ii. En position allongée

#### C-Bilan, évaluation de la formation

### Moyens pédagogiques :

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

### Public :

L'équipe soignante de l'établissement (infirmières, aides-soignantes, ASH...).

### Intervenants :

Kinésithérapeute,  
Ergothérapeute.

**Programme:** « Gestes et postures : manutention de charge inerte, mobilisation de personnes algiques»

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

**Lieu :** sur site

**Nombre de participants :** jusqu'à 8 participants

**Tarif:** 980 euros

*A défaut de spécification sur le programme de formation, il n'y a pas de prérequis spécifique pour les stagiaires. La formation est réalisable sous quinzaine selon besoin du mandataire. L'évaluation de formation est réalisée sous forme de questionnaire. La formation est réalisée in situ en ERP adapté PMR. Notre taux de satisfaction est en constante progression (84% l'an passé)*