



PROJET DE FORMATION

Gestes et postures

***Prévention des lombalgies du soignant
et sécurité du patient***



1 Organisation de la formation

- **Public** : Personnel soignant
- **Durée de la formation**: 3 journées de 7 heures

2 Les objectifs de la formation

La formation a pour but la **prévention des lombalgies du soignant et du risque de chute du patient**.

Ainsi, à la fin de la formation, les stagiaires seront en mesure de :

- Effectuer des techniques assurant leur sécurité et celle du patient
- Mettre en œuvre des méthodes d'hygiène de vie favorisant le bien-être lombo-sacré

3 Programme

Le programme suivant a été établi sur une base de trois journées de formation, soit un total de 21 heures.

- Rappels anatomiques, physiologiques et pathologiques
- Ergonomie de l'espace de travail
- L'hygiène vertébrale
- Techniques de manutention des personnes à mobilité réduite
 - Asseoir
 - Lever
 - Recoucher
 - Rehaussements
 - Translations
 - Transferts
 - Relever du sol
 - Aides à la marche...
- Exercices pratiques

