



# Manutention des résidents

## Gestes et postures en EHPAD



### OBJECTIF DE LA FORMATION

Acquérir les bonnes pratiques en manutention des résidents et adopter les gestes et postures adaptés pour prévenir les troubles musculosquelettiques (TMS) et garantir la sécurité des soignants et des résidents.

### RÉGLEMENTATION

Article R4541-8 : L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1) D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6.

2) D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

### DÉLAIS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription au plus tard 24 heures avant le début de la session, sous réserve des places disponibles.

· Modalités d'accès liées aux dispositifs de financement (personnel, OPCO, Pôle Emploi, employeur). Nous consulter pour plus de précisions.

· Inscription sur site internet / par téléphone / par mail (contact@secourisk.com) / via mon compte Formation pour les formations éligibles / via France Travail sous réserve d'acceptation du financement demandé.

### ACCESSIBILITÉ

Cette formation peut être accessible aux publics en situation de handicap, des aménagements peuvent être prévus en fonction des profils. Nous contacter pour plus d'information.

### MÉTHODES MOBILISÉES

#### Modalités pédagogiques

Formation assurée par une formatrice masseur kinésithérapeute diplômée d'état.

#### Moyens et outils pédagogiques

- Salle de formation équipée de vidéoprojecteur
- Vidéos et diaporamas
- Remise d'un support détaillé

### MODALITÉS D'ÉVALUATION / VALIDATION

Évaluation théorique par QCM et mise en situation pratique.

A l'issue des épreuves, une attestation de fin de formation sera délivrée au participant ayant validé la formation.

### LES + SECOURISK

- Suivi du programme par un intervenant en prévention des risques professionnels (IPRP) enregistré auprès de la DIRECCTE Auvergne RhôneAlpes et une formatrice masseur kinésithérapeute diplômée d'état.
- Notre Centre de formation est certifié QUALIOPI pour les Actions de formation. Cette certification permet une prise en charge de certaines formations par les Opérateurs de compétences

# Manutention des résidents

## Gestes et postures en EHPAD



### PROGRAMME

#### Comprendre les enjeux de la manutention des résidents et les risques associés.

Présentation du programme et des objectifs de la journée.

Importance des gestes et postures en EHPAD.

Les risques liés à la mauvaise manutention :

- Troubles musculosquelettiques (TMS).
- Risques pour le résident (chutes, inconfort).
- Conséquences psychologiques et organisationnelles.

🌀 Activité : Tour de table sur les expériences et difficultés rencontrées par les participants.

#### Anatomie et Biomécanique du Corps Humain.

- Fonctionnement du dos et des articulations.
- Notions de force, d'équilibre et d'alignement corporel.
- Mécanismes des blessures et prévention des douleurs.

🌀 Activité : Exercices pratiques sur la posture debout, assise et en mouvement.

#### Principes Fondamentaux des Gestes et Postures.

Principes de sécurité et d'économie d'effort :

- Position du dos et des jambes.
- Équilibre et répartition du poids.
- Travail en synergie avec le résident.

Techniques de port de charge et transfert de poids.

🌀 Activité : Mise en situation avec petits objets du quotidien pour apprendre à manipuler sans effort excessif.

#### Techniques de Manutention des Résidents.

Mobilisation d'un résident alité :

- Retournement en toute sécurité.
- Aide au redressement dans le lit.
- Aide au lever et au transfert lit-fauteuil.
- Aide à la marche et prévention des chutes.
- Utilisation des aides techniques (verticalisateur, lève-personne, drap de glisse, guidon de transfert).
- Manutention des résidents en situation de dépendance (hémiplégie, perte de tonus, douleur).

🌀 Activité : Ateliers pratiques en binôme sur mannequin ou avec des volontaires.

#### Prévention des Accidents et Adaptation aux Situations Spécifiques.

- Gestion des comportements imprévisibles (agitation, refus de coopération).
- Manutention en cas de douleur ou pathologies chroniques (arthrose, AVC).
- Prévention des chutes et réactions adaptées en cas de chute.

🌀 Activité : Exercices pratiques sur la posture debout, assise et en mouvement.

#### Échauffement et Renforcement Musculaire pour Prévenir les TMS.

Synthèse et Évaluation des Acquis

**PUBLIC** : Tout personnel de l'établissement.

**GROUPE** : 8 participants maximum

**PRÉ-REQUIS** : aucun.

**DUREE** : 7 heures.

**DATE** : à la demande

**LIEU** : Intra-entreprise.

**TARIF** : nous consulter

**Contact** : 04 50 17 34 63  
contact@secourisk.com