

# Pratiques professionnelles

## Aide à la mobilité et prévention des TMS



En cas d'aménagement nécessaire  
Merci de nous contacter : [contact@ekamformation.fr](mailto:contact@ekamformation.fr)

### Présentation

Les transferts et déplacements des personnes dépendantes nécessitent des connaissances en physiologie humaine et la maîtrise de techniques appropriées qui facilitent les gestes de la vie quotidienne.

Le soignant pourra alors répondre à la double exigence qui consiste à prévenir risques de blessure en s'attachant au bien-être de la personne accompagnée, à la qualité de la relation et à ses possibilités d'autonomie.

### Objectifs de la formation

- Acquérir la compréhension des déplacements des êtres humains
- Développer ses compétences gestuelles lors de manutention dans le respect de la physiologie humaine
- Prévenir les blessures
- Analyser les situations de travail et prévenir les risques

### Contenu

#### Jour 1 :

Connaitre les risques dorso-lombaires et les risques lombaires

- Prévention des TMS
- Savoir comment fonctionne notre dos, quels sont les risques et comment les prévenir

Connaitre les grands principes permettant d'éviter les diverses pathologies invalidantes

- Etude de techniques de relâchement musculaire des membres inférieurs et supérieurs en vue de faciliter les manutentions
- Solutions ergonomiques (espace, sols, encombrements, mobiliers, aides techniques...)

Savoir utiliser les techniques de manutentions (partie 1) :

- Activités de la vie quotidienne
- Exercices spécifiques pour les gestes professionnels
- Aide aux gestes de la vie quotidienne

**Transfert assis/debout en prise canne**

**transfert debout/assis en prise canne**

**la marche : en soutien, guidée**

**les voltes**

**les rehaussements assis**

**les extériorisations assis**

#### Jour 2 :

Savoir utiliser les techniques de manutentions (partie 2) :

- Activités de la vie quotidienne
- Exercices spécifiques pour les gestes professionnels
- Aide aux gestes de la vie quotidienne

**transfert couché/assis**

**transferts assis/couché**

**transferts lit/fauteuil**

**rehaussement couché**

**rehaussement couché avec drap de glisse**

Utilisation des aides techniques présent dans l'établissement



**Durée** : 14 heures, soit 2 jours.

**Délai d'accès** : 4 semaines minimum



### Public et Prérequis

**Public** : Toutes personnes travaillant auprès de personnes en situation de handicap.

**Prérequis** : Aucun prérequis nécessaire.



### Modalités pédagogiques

Des allers/retours entre apports théoriques et situations de terrain. Études de cas, et mises en situation analysées à chaud.

Des feedbacks réalisés tout au long de la formation.

Adaptation des contenus aux besoins spécifiques du groupe.

Support pédagogique accessible via un espace digital personnalisé.



### Modalités d'évaluation

**Evaluation des acquis** : Le formateur évalue l'atteinte des objectifs grâce à un questionnaire de fin de formation.

**Evaluation de la satisfaction** : Evaluation « à chaud » en fin de formation, évaluation « à froid » 3 mois après la fin de formation.



### Intervenant

Formateur ergothérapeute, spécialisé dans la prise en charge du handicap.



**Tarif** : 2500€\*

\*tarif non assujéti à TVA

