# Manutention et ergonomie - Gestes et postures

|  |  |
| --- | --- |
| S:\POLE ADMINISTRATIF\LOGOS\Logos SIGMA\logo_grand_Transp.png | **PUBLIC**: Intervenants à domicile auprès  de personnes âgées, personnes dépendantes, personnes en situation de handicap, enfants,  en poste ou demandeurs d’emploi. |
|  |  |
| Objectifs  **Ce module de formation permet aux**  **intervenants :**   * D’utiliser les gestes de la vie quotidienne de contribuer au bien-être et à la sécurité de l’intervenant à domicile et des personnes à mobilité réduite en ayant des gestes adaptés pour la vie quotidienne * De prévenir sa santé et sa sécurité lors de l’intervention   Validation  Attestation de formation.  dATE – DurÉE – DELAI D’ACCES  **Date :** Inscription possible toute l’année  **Durée :** 1 jour   * Approfondissement possible sur un jour supplémentaire en fonction des besoins. * Possibilité d’organiser la formation  par demi-journée.   **Délai d’accès :** Réponse sous 72 heures.  TARIF  **Tarif de groupe :** 850 euros par jour  ACCESSIBILITE  **Site internet :** www.sigma-formation.fr  CONTACT  **Adresse :** 29 rue Jacques Hébert 13010 Marseille  **Tél :** 04 91 29 63 88  **Mail :** [christelle.sanchez@sigma-formation.fr](mailto:christelle.sanchez@sigma-formation.fr) | cOntenu   |  | | --- | |  | |  |  * Connaître son dos, son anatomie du dos, d’une vertèbre, des disques * Les différentes pathologies du dos * Prise de conscience des sécurités physiques et d’économie d’efforts * Acquérir des automatismes posturaux * Protéger son dos, renforcer la résistance de son dos * Les postures de la manutention : patient couché, assis, debout * Connaissance des matériels d’assistance et de compensation * Les modes de l’aide : déambulateur, cannes anglaises, cannes tripode, bras… * Organisation et aide à la manutention * Manutention de l’aide au lever, au coucher et l’aide au déplacement * Manutention de l’aide à la toilette, de l’aide au repas * Les postures à favoriser dans les actes quotidiens : ménage, repassage…   MODALITE pédagogique   * Une pédagogie interactive et  dynamique à partir de l’expérience  des participants * Cas concrets * Mise en situation * Apport méthodologique   EQUIPE PEDAGOGIQUE  L’équipe pédagogique, coordinateurs et formateurs, est spécialisée dans la formation d’adultes et possède les qualifications et les expériences professionnelles dans le domaine de la formation et/ou des métiers visés par la formation. |