



Rescue Normandie  
Formation

# Gestes et Postures : Manutention des personnes dépendantes

## Durée :

1 jour soit 7h en présentiel

## Prérequis :

Aucun

## Public :

Tout public

## Modalité d'organisation :

5 participants minimum et 10 participants maximum

## Lieu de la formation :

En intra

## Formateur :

Formateur PRAP 2S ALM

## Contact :

TAILLARD Patricia  
5 Hameau du Clos d'Ailly  
14570 Clécy  
06.60.52.51.03

[contact@rescue-normandie-formation.fr](mailto:contact@rescue-normandie-formation.fr)

## Handicap :

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation

## Tarif intra :

Nous contacter

## Objectifs de la formation : Être capable

- Appréhender les principales notions d'approche ergonomique
- Être capable d'exécuter efficacement les gestes de manutention manuelle
- Etudier et appliquer les principes d'économie d'effort et les principes de base en sécurité physique, en fonction de la situation et intégrer les enjeux de la prévention
- Augmenter sa compétence dans la relation avec la personne dépendante
- Savoir considérer la manutention comme un soin à part entière

## Programme de la formation :

- Rappel d'anatomie et biomécanique du corps humain
- Appliquer les principes de base de sécurité physique, d'économie d'effort
- Prise en compte des capacités de la personne et de ses limites
- Application pratique des techniques de manutention et savoir maîtriser les obstacles objectifs et subjectifs  
Retournements, rehaussements, translations, transferts, relevé, aide à la marche...
- Les contraintes physiques ou mentales
- Tour de table orienté vers l'expression des besoins et des difficultés actuelles de chacun
- Proposer des améliorations pour réduire les risques identifiés
- Toutes situations que les participants désireront aborder

## Moyens et méthodes pédagogiques :

L'ensemble du programme de la formation initiale est présenté par vidéo-projection, puis sous la forme de cas concrets

La formation est basée sur une interaction permanente entre le formateur et les participants

Exposés et exercices pratiques

Documents remis aux participants

## Modalité d'évaluation et traçabilité :

- Evaluation pédagogique tout au long de la formation en lien avec les objectifs pédagogiques
- Attestation de fin de formation : remis au participant
- Questionnaire de satisfaction et d'auto-évaluation : remis à chaque participant
- Feuille d'émargement des participants

## Certification de la formation :

- Attestation de formation