



**C E N T R E  
H O S P I T A L I E R  
D E P A R T E M E N T A L  
B I S C H W I L L E R**

## **Formation Gestes et Postures, Manutention des personnes âgées et/ou à mobilité réduite**

### **PRESENTATION DE LA FORMATION :**

- **Première session les : 1, 8 février et le 1 mars 2019**

### **FINALITE ET OBJECTIFS DE LA FORMATION**

#### **Finalité :**

Développer des compétences dans :

- la prévention des lombalgies et des TMS du personnel soignant,
- l'accompagnement lors de la mobilisation, des transferts de la personne âgée et/ou à mobilité réduite.

#### **Objectifs :**

- Acquérir les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Maîtriser les principales techniques de manutention
- Mettre en place une démarche d'accompagnement adaptée aux personnes âgées et/ou à mobilité réduite.

### **La formation s'adresse aux Professionnels de Santé Paramédicaux :**

- Aide-soignant
- Infirmier diplômé d'Etat
- Ergothérapeute
- Manipulateur d'électroradiologie médicale
- Masseur-kinésithérapeute
- Psychomotricien

### **METHODES PEDAGOGIQUES UTILISEES**

- . Power Point
- . Echanges d'expériences
- . Mise en pratique/utilisation de matériels de manutention : lit médicalisé, soulève personne, verticalisateur, disque de transfert, fauteuils roulants etc.
- . Remise aux participants de supports pédagogiques
- . Evaluation par l'enquête de satisfaction.

## Les intervenants de cette formation sont des professionnels du CHDB :

- **Mme Plumeré-Schmitt Anne**

Coordnatrice des services de rééducation, Kinésithérapeute  
Formatrice en Gestes et Postures

## Formation essentiellement pratique, tenue confortable indispensable

### FORMATIONS DISPENSEES

#### ❖ Premier Jour : 01 février 2019

- Matin : de 8h30 à 12h30
  - Présentation
  - Exercices de Gymnastique : échauffement et préparation de la gestuelle pour la manutention (1 h)
  - Rehaussement dans le lit : sans et avec aide, avec drap de glisse
- Après-midi : de 13h30 à 16h30
  - Transfert : Redressement et Abaissement : couché ⇔ assis dans le lit
  - Gestes et Activation :
    - Transfert assis ⇔ debout

#### ❖ Deuxième jour : 8 février 2019

- Matin : de 8h30 à 12h30
  - Retour d'expérience
  - Exercices de Gymnastique : échauffement et préparation de la gestuelle pour la manutention (20 minutes)
  - Gestes et Activation :  
Transfert : rehaussement, retournement, redressement
  - Utilisation du soulève personne, du verticalisateur et du guidon de transfert
- Après-midi : de 13h30 à 16h30
  - Transfert assis : lit ⇔ fauteuil
    - Technique pivot
    - Disque de transfert
    - Avec déambulateur
  - Rehaussement dans le fauteuil roulant : 3 techniques

❖ **Troisième jour : 01 mars 2019**

- Matin : de 8h30 à 12h30
  - Retour d'expérience
  - Exercices de Gymnastique : échauffement et préparation de la gestuelle pour la manutention (20 minutes)
  - Relever du sol
    - Autonome
    - Seul
    - A 2
  - Accompagnement au sol
  - Théorie, Power Point Durée 1H 00  
Anatomie, physiologie, lombalgies, hernie discale et Troubles Musculo Squelettique (épaule)
  
- Après-midi : de 13h30 à 16h30
  - Transfert horizontal : lit ↔ lit (cf.brancard-douche)  
Drap de glisse et planche de transfert
  
  - Transfert assis : lit ↔ fauteuil,
    - Révision guidage verbale + disque
    - Planche de transfert
    - Transfert assis Avec déambulateur

Bilan des 3 journées