



## OBJECTIFS

Etre capable d'appliquer les principes de sécurité et de se préserver soi-même dans le cadre de la manutention des personnes en institution.

- Repérer les facteurs de risques
- Permettre d'acquérir des gestes et postures, de bonnes pratiques professionnelles en situation d'aide à la personne
- Réduire la fatigue professionnelle et diminuer les risques d'accident



## PROGRAMME

### Les notions théoriques et rappels d'anatomie

- Définition des principes de la manutention
- Statistiques et causes du mal de dos
- Le risque des soignants et les facteurs aggravants
- Analyse des besoins des différents services de l'EHPAD et des pratiques existantes dans l'établissement

### La mobilisation

- Les principes de la mobilisation
- Les règles de la mobilisation

### Mobilisation et manutention en pratique

- Exercices de préparation physique
- Quelques recommandations
- Comment se préserver contre les troubles musculo-squelettiques

### La manutention des personnes âgées

- Utiliser le lit médicalisé
- Mettre la personne au lit
- Installer une personne au lit
- Rapprocher la personne au bord du lit
- Effectuer un roulement dos/côté au lit
- Aider la personne affaissée dans son lit à remonter
- Utiliser le lève-personne, le verticalisateur
- Savoir placer le bassin
- Utiliser du drap de glisse
- Utiliser une planche de transfert, un disque tournant
- Faire un redressement couché/assis et inversement
- Faire un transfert lit/fauteuil et inversement
- Faire faire une marche fessière avant et arrière
- Redresser la personne dans son fauteuil
- Redresser la personne dans le fauteuil par derrière
- Aider la personne à se mettre debout ou assise depuis un fauteuil

- Utiliser les bonnes positions pour l'habillage et le déshabillage
- Accompagner à la marche, prévention des chutes
- Utiliser un fauteuil roulant
- Protocole d'aide à la toilette de la personne

#### Conclusion :

- Quelques recommandations



## METHODES & MOYENS

- **Exercices pratiques individuels et collectifs par jeux de rôles.** Ces exercices seront réalisés de manière transversale tout au long de la formation
- Apports théoriques complémentaires
- Analyse des pratiques existantes
- Remise d'un support de cours conforme aux recommandations DPC, incluant des schémas pratiques et des références actualisées

Les matériels nécessaires à la formation sont soit fournis par le client, soit loués par l'INFREP.  
Il s'agit de :

- 1 Lit médicalisé avec draps
- 1 Lève- malade / 1 Verticalisateur
- 1 Fauteuil garde robe ou autre fauteuil
- 1 Fauteuil roulant
- 1 planche de transfert
- 1 ceinture de transfert
- 1 disque de transfert
- 1 drap de glisse