

# Prévention des lombalgies

## Manutention et approche relationnelle des personnes malades, handicapées ou dépendantes.



**Public** : Tout professionnel intervenant auprès de personnes malades, handicapées, dépendantes mais aussi tout professionnel effectuant des manutention de charges (cuisinier, magasinier, lingère, agent d'entretien...)

### Objectifs de la formation :

La formation « prévention des lombalgies » a pour objectifs :

- > l'évaluation des compétences ;
- > La compréhension de l'anatomie, la physiologie et les pathologies de la colonne vertébrale ;
- > L'acquisition de notions d'ergonomie afin d'optimiser le confort et la sécurité du soigné et du soignant ;
- > L'acquisition des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour lever et porter une charge ;
- > Adoption des attitudes qui respectent le dos dans les activités de la vie quotidienne personnelle et professionnelle ;
- > Adaptation des techniques à chaque situation particulière ;
- > Utilisation des aides techniques et du matériel mis à disposition dans l'établissements ;
- > La relation avec la personne aidée.

### Contenu de la formation :

- Apports théoriques sur l'anatomie et la physiopathologie vertébrale ;
- Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour le lever et le porter ;
- Notions d'ergonomie.
- Apprentissage, par la pratique, des techniques de manutention ;
- Travail sur l'adaptation de ces techniques au milieu environnant et aux situations spécifiques.
- Récapitulation et synthèse de toutes les techniques ;
- Démonstration du fonctionnement du matériel de manutention dans l'établissement.

**Durée de la formation** : 12 heures à répartir sur des demi-journées.

**Dates** : A définir.

**Coût** : nous contacter