

# > Adapter les postures et intégrer les gestes de manutention



## **Objectifs :**

- Maîtriser les gestes et les techniques de manutention adaptés à la prise en charge des personnes dépendantes,
- Optimiser l'utilisation du matériel technique,
- Prévenir les lombalgies,
- Solliciter les patients afin de favoriser le maintien de leur autonomie.



## **Public :**

- Soignants – Auxiliaires de Vie



## **Contenu :**

### **Connaissance du mécanisme de fonctionnement de la colonne vertébrale**

- Eléments fondamentaux guidant l'économie rachidienne

### **Gestes et techniques de manutention**

- Les techniques d'installation, de retournement, de verticalisation et de transfert de la personne
- Les techniques d'aide au lever et au coucher
- La toilette – le changement d'alèze – l'installation du bassin
- Utilisation des aides techniques : soulève-malade – sangle – alèze
- Exercices pratiques

### **Etude de cas spécifiques et démarche de raisonnement pour les cas « limites et particuliers »**

### **Comportement et attitudes pour favoriser le maintien de l'autonomie des personnes âgées**

### **Economie du dos au quotidien**

- Les postures d'économie rachidienne
- Adaptation dans les actes de la vie quotidienne (réfection d'un lit, entretien ménager, les tâches répétitives et prolongées)
- Soulèvement et déplacement de charges variées
- Exercices pratiques

### **Principes pratiques d'entretien du dos et de prévention des lombalgies**

- Exercices pratiques

## **Méthode pédagogique :**

Apports théoriques et exercices pratiques

## **Intervenants :**

Kinésithérapeute cadre

## **Durée :**

3 jours

## **Dates :**

4 - 5 et 12 octobre 2007  
En intra : nous consulter

## **Coût :**

En inter-établissement : 525 € / stagiaire  
En intra : nous consulter