

**Du personnel formé, des accidents évités !**

**CONTACT@ESFORMA.FR**



**SEGURA ESFORMA** : Organisme certifié et qualifié pour vos actions de formation

## PROGRAMME DE FORMATION

**Gestes et postures – Secteur sanitaire et social**

**Formation en présentiel – 3h30**

### 1. OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les risques liés à la manutention de personnes
- Comprendre les mécanismes des troubles musculosquelettiques (TMS)
- Analyser les situations de travail dans le secteur du soin
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Adapter ses gestes et postures dans le respect du patient et du soignant

### 2. PUBLIC CONCERNÉ

- Personnel des établissements sanitaires et médico-sociaux
- Aides-soignants, auxiliaires de vie, agents de service
- Personnel intervenant auprès de patients (EHPAD, domicile, structures médicalisées)

### 3. PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

### 4. DURÉE ET ORGANISATION

- Durée : 3 heures 30
- Formation réalisée en présentiel dans l'établissement
- Groupe adapté à la pratique

Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle chez GAN Assurances – N° 265094780001  
→ Intervenant en prévention des risques professionnels (personne physique), enregistré sous le numéro 8906299, attesté par



**Du personnel formé, des accidents évités !**

**CONTACT@ESFORMA.FR**



**WWW.ESFORMA.FR**



**SEGURA ESFORMA** : Organisme certifié et qualifié pour vos actions de formation

## 5. MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques ciblés
- Échanges avec les participants
- Analyse de situations réelles du quotidien
- Démonstrations
- Mises en pratique encadrées

Formation centrée sur les contraintes réelles du terrain (patients, fatigue, environnement).

## 6. CONTENU DE LA FORMATION

### ◆ Partie 1 : Comprendre les enjeux (théorie courte)

- Les TMS dans le secteur sanitaire et social
- Impacts sur la santé des soignants
- Responsabilité et cadre réglementaire

### ◆ Partie 2 : Identifier les situations à risque

- Mobilisation des patients
- Transferts (lit / fauteuil / aide à la marche)
- Contraintes posturales
- Gestes répétitifs

### ◆ Partie 3 : Principes de prévention

- Économie d'effort adaptée au soin
- Respect du patient (confort / dignité)
- Organisation du travail

Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle chez GAN Assurances – N° 265094780001  
→ Intervenant en prévention des risques professionnels (personne physique), enregistré sous le numéro 8906299, attesté par



Du personnel formé, des accidents évités !

**CONTACT@ESFORMA.FR**



**SEGURA ESFORMA** : Organisme certifié et qualifié pour vos actions de formation

#### ◆ Partie 4 : Mise en pratique (partie essentielle)

Exercices pratiques encadrés :

- Techniques de mobilisation sécurisées
- Postures adaptées au soin
- Utilisation du corps sans se blesser
- Coordination avec le patient

Correction individuelle par le formateur

#### ◆ Partie 5 : Application terrain

- Analyse de situations concrètes
- Adaptation aux contraintes de l'établissement
- Bonnes pratiques immédiatement applicables

### 7. MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation continue tout au long de la formation
- Observation des mises en pratique
- Échanges avec le formateur

### 8. SANCTION DE LA FORMATION

- Délivrance d'une **attestation de réalisation de formation** conformément au Code du travail

### 9. MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Salle adaptée
- Matériel disponible dans l'établissement (lit médicalisé, fauteuil...)
- Supports pédagogiques
- Matériel de démonstration

Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle chez GAN Assurances – N° 265094780001  
→ Intervenant en prévention des risques professionnels (personne physique), enregistré sous le numéro 8906299, attesté par



**Du personnel formé, des accidents évités !**

**CONTACT@ESFORMA.FR**



**SEGURA ESFORMA** : Organisme certifié et qualifié pour vos actions de formation

---

## 10. ENCADREMENT

- Formateur spécialisé en prévention des risques professionnels
- Expérience terrain dans le domaine de la sécurité et de l'accompagnement

---

## 11. ACCESSIBILITÉ

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Adaptations possibles sur demande

---

## 12. CONTACT

SEGURA ESFORMA

[www.esforma.fr](http://www.esforma.fr)

[contact@esforma.fr](mailto:contact@esforma.fr)

06 29 38 65 40

---

## 13. POSITIONNEMENT DE LA FORMATION

Cette formation permet :

- une sensibilisation rapide et efficace
- une amélioration immédiate des pratiques
- une réduction des risques professionnels

Elle peut être complétée par :

- une formation d'une journée
- un accompagnement spécifique en établissement

Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle chez GAN Assurances – N° 265094780001  
→ Intervenant en prévention des risques professionnels (personne physique), enregistré sous le numéro 8906299, attesté par

