

# FORMATION GESTES ET POSTURES - AUXILIAIRE

RÉFÉRENCE: GEP011

## AUXILIAIRES DE VIE ET AIDES A DOMICILE

### LE + GROUPE ACN

Attestations de formation et livrets de cours.

### PRÉREQUIS

Aucun prérequis pour la suivre la formation aux gestes et postures.

### PUBLIC

Aide à domicile, auxiliaire de vie, aide-ménagère.

### LIEU

En intra dans votre établissement.

1 COLLABORATEUR

MINIMUM

15 COLLABORATEURS

MAXIMUM

DURÉE

7 heures -  
1 journée



### OBJECTIFS

- Acquérir des gestes et des postures professionnelles sécuritaires afin de préserver sa santé.
- Connaître les techniques de manutention des personnes âgées ou à mobilité réduite.
- Prévenir les troubles musculo-squelettiques de l'aidant.
- Contribuer à la qualité de vie de la personne aidée.



### PROGRAMME

- Comprendre son rôle d'intervenant à domicile.
- Définition des troubles musculo-squelettiques.
- Anatomie et biomécanique.
- Principes de l'économie d'effort et de sécurité physique.
- Techniques de manutention des personnes âgées : prises, mobilisations, transferts.
- Techniques de déplacements des personnes : au lit, mise au toilettes, habillage, assises.
- Acquisition des gestes adaptés pour les activités ménagères : ménages, aide au repas, réfection d'un lit, repassage etc...
- Apprentissage de la bonne utilisation du matériel adapté aux personnes à mobilité réduite : lève malade, lit médicalisé, etc...
- Comprendre et atténuer la douleur.
- Hygiène alimentaire et hygiène de vie.



### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET ÉVALUATIONS

Evaluation continue et théorique avec délivrance d'une attestation de formation à la fin de la session.

Exposés théoriques, mises en situation pratiques, études de cas et partage d'expériences.

#### **Liste du matériel pédagogique :**

Matériel informatique : PC - Vidéoprojecteur - Imprimante.

Référentiel National Qualité

Audit par  
BUREAU VERITAS  
Certification



Qualiopi  
processus certifié