

## FORMATION SUR L'ERGONOMIE

### Gestes et posture pour L'auxiliaire de vie et aide à domicile

#### Objectifs :

- Sensibiliser les salariés aux risques professionnels liées à leur activités et aux gestes inadaptés.
- Apprendre les principes de l'ergonomie afin d'adopter les bonnes postures et les gestes adaptés à chaque situation ;
- Prévenir les troubles musculosquelettiques (TMS) et les accidents de travail en adoptant une approche ergonomique dans leur quotidien

#### Contenu :

- l'introduction à l'ergonomie et des principes fondamentaux.
- prévention des risques professionnels courants dans le métier d'auxiliaire de vie .
- analyse des activités et de soins et identification des gestes et des postures à risques.
- apprentissage des techniques de manutention adaptées et utilisation des aides techniques.
- Mise en pratique à travers des exercices et des mises en situation.

#### Méthode :

- Formation présentielle
- Interactives
- Échange

PRÉ-REQUIS : Non

Évaluation pratique en fin de stage

Attestation de fin de stage