





## Programme de la formation

### Ergonomie et Manutention à Domicile (ADVF) - Sécuriser les transferts

-  En groupe sur site
-  7 heures sur 1 jour(s)
-  Tout public · De 4 à 10 participants
-  350 € Net de taxe par participant

### Description courte

Atelier pratique de 7 heures dédié à la prise en main sécurisée des aides au transfert pour sécuriser le binôme soignant/soigné. Idéal pour les professionnels de l'aide à domicile (ADVF) souhaitant maîtriser le matériel lourd et prévenir les TMS.

### Profil des participants

- Auxiliaires de vie sociale (AVS) et Assistants de vie aux familles (ADVF).
- Aides à domicile, agents à domicile et professionnels du secteur médico-social.
- Aidants familiaux ou toute personne accompagnant un proche en situation de perte d'autonomie à domicile.

### Prérequis

- **Prérequis professionnels** : Exercer (ou viser à exercer) une activité d'accompagnement auprès de personnes dépendantes ou en situation de handicap.
- **Prérequis techniques** : Aucun prérequis technique requis. La formation reprend les bases de l'utilisation du matériel dès le début de la journée.
- **Contre-indication médicale** : Ne pas présenter de contre-indication médicale majeure à la manutention de charges ou à l'effort physique léger (ateliers pratiques obligatoires).

### Objectifs

- - Identifier les principaux risques de Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) liés aux transferts à domicile.
  - Maîtriser l'utilisation sécurisée des aides techniques lourdes (lit médicalisé, lève-personne, verticalisateur).
  - Appliquer les techniques de mobilisation et de transfert adaptées tout en préservant le confort du bénéficiaire.

- Adopter les postures de sécurité professionnelles (principes d'économie d'effort) durant l'atelier.

## Aptitudes et compétences visées / attestées

- Capacité à installer et utiliser un lève-personne et un verticalisateur en respectant les règles de sécurité.
- Aptitude à réaliser les transferts clés (lit-fauteuil, assis-debout) sans douleur ni risque de blessure pour le binôme.
- Compétence à guider et rassurer la personne aidée par la communication verbale pendant la manutention.

## Contenu

- - **Matinée (3h50) : Analyse des risques et mobilisations au lit**
    - **Sensibilisation flash (1h00) :** Les grands mécanismes des TMS (dos, cervicales, épaules). Comprendre la physiologie de l'effort : centre de gravité, appuis et bras de levier.
    - **Pratique sur plateau technique - Le lit médicalisé (2h50) :** Réglages ergonomiques du lit à hauteur de travail. Techniques de rehaussement, de pivotement et de retournement (latéralisation) avec et sans aides mineures (draps de glisse).
  - **Après-midi (3h50) : Transferts et maîtrise des aides techniques lourdes**
    - **Techniques de transferts directs (1h30) :** Mises en situation pratiques pour les transferts clés du quotidien : assis-debout, lit-fauteuil, fauteuil-toilettes.
    - **Prise en main du matériel lourd (1h50) :** Manipulation guidée du lève-personne et du verticalisateur. Choix, réglage et installation de la sangle en sécurité. Communication bienveillante pour rassurer le bénéficiaire pendant la manœuvre.
    - **Bilan et évaluation (0h30) :** Débriefing de fin de journée et auto-évaluation des participants.

## Pédagogie et organisation

- **Méthodes pédagogiques :**
  - Méthode active et participative centrée sur le geste professionnel.
  - Démonstrations commentées par le formateur suivies d'ateliers pratiques en binômes (mises en situation réelles à tour de rôle en tant qu'intervenant et en tant que personne aidée pour ressentir le confort/l'inconfort).
- **Moyens matériels :** Plateau technique équipé (lits médicalisés, lève-personnes, verticalisateurs, fauteuils roulants, draps de glisse, sangles de transfert réglementaires). Livret pédagogique de synthèse remis à l'issue de la journée.

- **Suivi** : Émargement par demi-journée (matin et après-midi) signé par les apprenants et le formateur.

## Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

- **Avant la formation (Positionnement)** : Auto-évaluation des compétences en amont (questionnaire envoyé par mail ou réalisé au démarrage) pour identifier le niveau d'aisance initial de chaque participant avec le matériel lourd.
- **Pendant la formation** : Évaluation formative continue par le formateur lors des ateliers pratiques sur plateau technique (corrections posturales immédiates, validation des gestes de sécurité).
- **Après la formation** : Grille d'évaluation finale basée sur une mise en situation pratique (scénario de transfert tiré au sort en fin d'après-midi). Questionnaire de satisfaction à chaud.

## Mode de validation

- Délivrance d'une **Attestation de fin de formation** mentionnant les objectifs, les compétences visées et le volume horaire (7 heures).
- Remise d'un **Certificat de réalisation** (indispensable pour les OPCO et les employeurs).

## Financements possibles

- **Plan de développement des compétences** de l'entreprise (financement OPCO, ex: Uniformation pour la branche Alisfa / Aide à domicile).
- **Financement France Travail** (Aide Individuelle à la Formation - AIF) sous réserve de validation par le conseiller.
- **Financement personnel** (hors CPF, le format 7h non certifiant n'étant pas éligible au CPF direct).
- 

## Modalités et délai d'accès

- **Modalités d'accès** : Inscription sur demande via notre formulaire de contact, par mail ou par téléphone. Un entretien de positionnement préalable est réalisé pour valider l'adéquation du profil avec l'atelier.
- **Délai d'accès** : Sessions régulières tout au long de l'année. Inscription possible jusqu'à **48 heures avant le début de la formation**, sous réserve de places disponibles (maximum 10 participants) et de la validation du mode de financement.

## Référent handicap

**PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP** : *(mise en place de compensation...)*

**Contact** : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 28 70 45 28 / [nadiahadjeri@cadresenmission.com](mailto:nadiahadjeri@cadresenmission.com)

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

- 
- Notre plateau technique et nos salles de formation sont entièrement accessibles aux Personnes à Mobilité Réduite (PMR) et conformes aux normes ERP.

- Toute situation de handicap (moteur, sensoriel, cognitif) fait l'objet d'une étude préalable par notre référente handicap (Nadia Hadjeri) afin d'adapter les modalités pédagogiques, le rythme de

l'atelier ou les aides techniques de compensation nécessaires.

## Intervenant

Soizic DURAND – Formatrice certifiée FPA et formatrice SST. Ancienne Aide-Soignante (2008-2023) au parcours complet, de la salle d'accouchement à l'accompagnement du décès des aînés (hors tranche 10-15 ans) en SSR, en MAS, en EHPAD et à domicile. Experte en ingénierie des parcours métiers Grand Âge, Handicap et Petite Enfance (ADVF, CAP AEPE), spécialisée en bienveillance, gestes de sécurité et secours.