

FORMATION QUALIFIANTE

Date de mise à jour : 08/10/2026

GESTES ET POSTURES EN ESSMS

Type de formation :
Continue

Durée :
7 heures

DESCRIPTION DE LA FORMATION

Cette formation d'une journée (7 heures) associe des apports théoriques sur l'anatomie et la physiologie à de nombreux exercices pratiques directement transposables sur le terrain. Elle permet aux équipes d'ajuster leurs postures professionnelles et de sécuriser les transferts des résidents ou usagers, contribuant ainsi à la qualité de vie au travail (QVT).

PRÉREQUIS

- Aucun prérequis
- Public concerné : Cette formation d'une journée (7 heures) associe des apports théoriques sur l'anatomie et la physiologie à de nombreux exercices pratiques directement transposables sur le terrain. Elle permet aux équipes d'ajuster leurs postures professionnelles et de sécuriser les transferts des résidents ou usagers, contribuant ainsi à la qualité de vie au travail (QVT)

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Inscription par mail puis validation du devis
- L'inscription doit être effectuée au maximum 1 semaine avant la date de la formation
- 6 participants minimum, toute entreprise confondue
- 12 participants maximum par session

DURÉE ET RYTHME

- Formation de 7 heures, sur 1 journée

TARIFS ET FINANCEMENT

- Tarif intra-entreprise : **1050€ (tarif groupe)**
- Tarif inter-entreprise : **250€/personne**

CONTACTS

Lillian DALLEST
06 73 49 95 58
ldallest@formationmetier.fr

LIEU

En Inter : La Place Connectée
18 Bd Gueidon - 13013 Marseille

En Intra-entreprise

INTERVENANTS

Formateurs issus du domaine professionnel et diplômés avec une expertise certifiée.



GESTES ET POSTURES EN ESSMS

OBJECTIF DE LA FORMATION

OBJECTIF GÉNÉRAL DE LA FORMATION

Prévenir les risques professionnels liés à l'activité physique (notamment les troubles musculo-squelettiques) en adaptant les gestes, les postures et l'utilisation du matériel ergonomique, tout en respectant la sécurité et l'intégrité tant du professionnel que de la personne accompagnée.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES OPÉRATIONNELS

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de définir les notions suivantes :

- Identifier les risques liés à son activité physique et analyser sa propre situation de travail.
- Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort lors des manutentions manuelles.
- Utiliser à bon escient le matériel d'aide à la manutention et les équipements ergonomiques (lève-personnes, verticalisateurs, rails, etc.).
- Intégrer la dimension de bientraitance et le respect de la mobilité résiduelle de la personne aidée dans chaque geste professionnel.
- Contribuer à l'amélioration de sa pratique quotidienne et participer à la prévention des accidents au sein de son établissement.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et de pédagogie active
- Etudes de cas et travaux en sous-groupe
- Echanges d'expériences entre pairs
- Supports numériques

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation diagnostique : attentes et représentations initiales
- Évaluation formative : exercices et échanges collectifs
- Évaluation sommative : analyse de cas finale et restitution orale
- Évaluation de satisfaction individuelle
- Feuilles d'émargement et attestations de fin de formation

ACCESSIBILITÉ

- Accès PMR (personne à mobilité réduite) en INTER
- Dans le cas où cette formation serait réalisée en INTRA, son accessibilité dépend également de l'accessibilité de la salle mise à disposition par la structure d'accueil

Pour plus d'information, **Bertrand CHAMBIN** est notre référent handicap : bchambin@formationmetier.fr

Retrouvez notre politique d'accessibilité sur notre site : **www.equatio.org**