



# Manutention et prévention des lombalgies

## OBJECTIFS

- Apporter un meilleur confort de vie aux personnes âgées et/ou handicapées
- Se familiariser avec l'utilisation des divers matériels de manutention
- Connaître les notions essentielles sur les risques lombalgiques
- Améliorer la maîtrise des bons gestes par la pratique

## PUBLICS

Intervenant-e-s à domicile

## PROGRAMME

- Rappels d'anatomie et de physiologie de la colonne vertébrale
- Les principes de la manutention
- Les gestes et postures dans l'activité
- Prise en compte du confort et de la sécurité des personnes âgées et/ ou handicapées
- Prévention des lombalgies
- Entraînement à l'utilisation des matériels

## METHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Support vidéo
- Exercices pratiques

## ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

### Durée :

- 2 journées, soit 14 heures de formation
- Ce thème peut être développé sur 2 à 3 jours en fonction de vos besoins de professionnalisation

### Intervenante :

- Alain BENAETH, kinésithérapeute