

---

# Programme de Formation

---

## Gestes et postures Manutention Puériculture

---

### Organisation

---

**Durée :** 3 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

---

### Contenu pédagogique

---



#### **Public visé**

Professionnels du sanitaire et social, de l'éducation et de la petite enfance.



#### **Objectifs pédagogiques**

- **Comprendre les TMS et leurs impacts**
- **Analyser sa pratique** et les situations professionnelles courantes
- **Apprendre à porter un enfant ou un jeune en situation de handicap**
- **Apprendre les bases en organisation des espaces** pour une manutention facilitée
- **Apprendre et pratiquer des exercices de renforcement et d'étirement** pour se maintenir en bonne condition physique



#### **Description**

Cette formation vise à prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS) en sensibilisant les professionnels de la petite enfance et de l'accompagnement de jeunes en situation de handicap à adopter de bonnes postures lors des manipulations quotidiennes, tout en assurant la sécurité et le confort des enfants.

##### I-Principes de l'ergonomie et des bonnes postures

Comprendre le fonctionnement du corps et les impacts des gestes répétitifs.

Définition et enjeux des TMS

Facteurs de risque et conséquences sur la santé des professionnels

##### II-Prévention et adaptation des conditions de travail

Aménagement de l'environnement pour réduire les risques.

Utilisation des aides techniques et bonnes pratiques organisationnelles.

##### III- Mises en situation et exercices pratiques

Identifier les postures adaptées pour limiter les contraintes physiques.

Identifier les techniques de manutention et d'accompagnement des enfants en toute sécurité.

Études de cas concrets et correction des postures.



#### **Prérequis**

Aucun pré-requis.





## Modalités pédagogiques

- **Approche participative** : Encouragement des échanges entre les participants pour partager leurs expériences et identifier les situations à risque spécifiques à leur quotidien.
- **Supports visuels et pédagogiques** :
  - Utilisation de vidéos explicatives, schémas, diaporamas, et guides illustrés pour clarifier les concepts et techniques.
- **Simulations pratiques** : Exercices réalistes basés sur des tâches courantes (port d'un enfant, transfert, aménagement de l'espace).
- **Observation et démonstrations techniques** :
  - Observation des gestes des participants et corrections en temps réel.
  - Présentation des bonnes postures et des équipements adaptés pour la manipulation sécurisée des enfants et jeunes handicapés.
- **Exercices physiques** : Étirements et renforcement musculaire pour intégrer des pratiques de prévention physique.



## Moyens et supports pédagogiques

- Vidéos pédagogiques sur les TMS et les gestes ergonomiques.
- Supports visuels (schémas, affiches, diaporamas).
- Matériel pour exercices pratiques (poupées, poussettes, tables à langer, fauteuils roulants, transats, jouets).



## Modalités d'évaluation et de suivi

- **Évaluation continue**
- **Temps d'échange** pour favoriser l'appropriation des bonnes pratiques



## Informations sur l'accessibilité

Les différentes formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Néanmoins, la validation de certaines formations peut être subordonnée à la mise en œuvre de séquences pratiques. Une analyse des besoins et des conditions d'accès sera réalisée en amont de l'inscription afin d'identifier plus précisément les conditions de réalisation et de faisabilité de la formation.

Pour toute question, vous pouvez contacter notre service administratif à [formation@kerea.eu](mailto:formation@kerea.eu)

### Conditions d'accompagnement

Afin de faciliter l'accès des personnes en situation de handicap à notre offre de formation, une analyse des besoins est réalisée en lien avec des partenaires spécialisés. Cette analyse permet d'identifier les moyens d'adaptation, d'assistance ou de compensation à mettre éventuellement en œuvre.

Pour toute question, vous pouvez contacter notre service administratif à [formation@kerea.eu](mailto:formation@kerea.eu)



## **Modalités techniques et environnement**

### **Conditions de réalisation matérielle de la formation :**

- Rappel aux stagiaires d'apporter leurs propres affaires : matériels (stylo, bloc note etc.)
- Une salle de formation dotée de tables, de chaises en nombre suffisant avec idéalement la possibilité de disposer également d'un espace permettant les mises en pratique
- Un moyen de diffusion du contenu (vidéoprojecteur avec écran ou mur blanc, ou télévision avec câble de branchement)
- Un paperboard avec des feutres de couleurs
- Un téléphone, tablette ou ordinateur par stagiaire pour faciliter l'accès à l'espace connecté personnel

### **Conditions de réalisation matérielle en cas de déploiement à distance :**

- Un endroit pour s'isoler et pouvoir s'immerger dans la formation
- Matériel informatique en bon état de fonctionnement (micro, camera, pc, tablette)

**L'assistance technique et pédagogique est accessible à l'adresse : [formation@kerea.eu](mailto:formation@kerea.eu)**