



## GESTES ET POSTURES EN STERILISATION

GESTES ET RÉFLEXES POUR PRÉVENIR LES RISQUES DORSO-LOMBAIRES, FORMATION DÉLIVRÉE DANS LE SERVICE DE STÉRILISATION

### COMPETENCES VISEES ET OBJECTIFS

Gestes et réflexes pour prévenir les risques dorsolombaires.  
 Optimiser le port des charges lourdes existant dans le service Stérilisation  
 Améliorer les conditions de travail des agents

### METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Apports théoriques et contextuels, retours d'expérience  
 Exercices pratiques : mise en situation sur lieu de travail  
 Questionnaire de satisfaction

### INFORMATIONS ET TARIFS

Ref : 16112  
 Type : Sur site (intra)  
 Lieu : Dans le service de stérilisation  
 Public : Service de stérilisation  
 Formateur : Kinésithérapeute  
 Durée : 1 journée (7 heures)  
 Groupe : jusqu'à 12 participants  
 Tarifs : Sur site : 1 400 € net\* par groupe  
 Modalités : Evaluation des attentes du niveau en début de session  
 Evaluation des acquis  
 Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
 Attestation de formation  
 Accessibilité : Besoins spécifiques ou compensation handicap, nous contacter

\* Exonération de TVA sur la formation.  
 Tarif net hors frais de déplacement du formateur.

### PROGRAMME

#### APPROCHE THÉORIQUE

La mécanique corporelle :

- Le levier et la friction ;
- Le système musculo-squelettique ;
- L'équilibre et le déséquilibre.

La biomécanique de la colonne vertébrale :

- Notions d'anatomie, les divisions fonctionnelles du rachis ;
- De la biomécanique de la colonne vertébrale à la manutention.

La manutention : un geste professionnel

- Les gestes inadaptés et leurs conséquences;
- Les principes à respecter ;
- Le geste spontané ;

Techniques appropriées :

- Les techniques de manutention ;

#### EXERCICES PRATIQUES

Applications dans le service de stérilisation avec les stagiaires

- avec les conteneurs de pré désinfection
- au lavage
- en conditionnement
- auprès de l'autoclave