



## 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.



# GESTES ET POSTURES EN STERILISATION

GESTES ET RÉFLEXES POUR PRÉVENIR LES RISQUES DORSO-LOMBAIRES

## 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

## 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