

"Prévention des TMS" Action Dynamique à l'attention des professionnels de santé Module-A

Cette formation de prévention est dédiée aux intervenants à domicile, médecins, infirmier(e)s, kinésithérapeutes, aides soignantes....

*Son objectif est de devenir acteur de la prévention des risques TMS, RPS, liés au secteur médico-hospitalier, par une démarche individuelle et collective
25% de théorie, 75% de pratique.*

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des stagiaires

- médecins
- infirmier(e)
- Kinésithérapeutes
- Aides soignantes

Prérequis

- aucun

Objectifs pédagogiques

- - Bilan d'auto évaluation des risques TMS
- -Prévention individuelle : apprendre à utiliser des outils gymniques et de santé bien être : PhysioGym , "Kata d'éveil musculaire", étirements, cohérence cardiaque, micro-sommeil
- -Prévention collective : apprendre à analyser les situations à risque TMS et proposer des solutions en équipe. FASR
- -Établir une relation de confiance avec le patient
- -En fonction des capacités acquises de mobilité des aidés, proposer des aides techniques de transfert/ mobilité
- - Les manutentions manuelles simples et leurs limites
- -Utiliser en toute sécurité les aides techniques au transfert et à la manutention (ex: verticalisateur électrique, lève malade électrique...)

Contenu de la formation

- TMS-État des lieux (J1 matinée)
 - Accueil, feuille de présence, présentation
 - Atelier Prévention "Kata d'éveil musculaire"
 - Focus sur les évaluations pré-formations
 - TMS définition-les 9 principes-situation de la profession
 - Atelier participatif état des lieux"contraintes en lien avec les actes professionnelles "
 - Notion d'affordance
 - Présentation FASR (fiche d'amélioration des situations à risque)
 - "Kata d'éveil musculaire" Outil en lien avec les TMS (épaule, coude, main, rachis, bassin genou, cheville)
 - Cervicalgie/lombalgie, réalité/mythe
 - TMS et les facteurs aggravants
- Outils préventifs collectifs (J1 après-midi)
 - Atelier "Kata d'éveil musculaire"
 - Bilan individuel physique

- Atelier port de charge LES et capacité adaptative individuelle
- Atelier pratique "FASR et grille de repérage "
- Focus aménagement de l'espace de travail
- Gestion des aléas et transmission des données
- Outils préventifs individuels (J2 matinée)
 - Atelier Kata d'éveil musculaire"
 - Focus sur la 1er journée
 - Atelier "PhysioGym "prévention, libération cervicale/ceinture scapulaire/ceinture sacro-ilio-lombaire
 - Atelier participatif dimension relationnelle de "HALL" contrat réciproque aidé/aidant/ les mots les gestes inappropriés/RPS
 - Atelier "anti stress" cohérence cardiaque/ micro- sommeil
- Manutention et aides techniques (J2 après-midi)
 - Évaluation des capacités de mobilité et choix de l'aide technique
 - Manutentions simples et leurs limites
 - Atelier pratique de manutention, principe et utilisation des aides techniques, lit électrique, drap de glisse, lève malade et verticalisateur électrique, fauteuil roulant, déambulateur , canne, guidon de transfert, disque de transfert, ceinture.
 - Conclusion- évaluation des acquis/formation

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

-Coordinateur Stéphane Martin MK-O préventeur

-Intervenants : Stéphane Martin MK-O Préventeur, Stéphanie Bellocq MK-O Préventeur, Cécile Lucas Salles MK Préventeur.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Exposés théoriques
- Ateliers pratiques
- Quiz en salle (Évaluation initiale, Évaluation finale des acquis)
- Mise à disposition en ligne des documents de la formation
- Matériel : vidéo projecteur, ordinateur, enceinte connectée, matériel de sonorisation, connexion internet, paperboard, fauteuil roulant, lit électrique médicalisé, potence, lève malade, verticalisateur électrique, guidon de transfert (équivalent), disque/ ceinture/ de transfert, drap de glisse.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM) (évaluation initiale, finale)
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.