

# Personnels soignants

## Aides à domicile - PARCOURS DEBUTANTS

### ERGONOMIE (GESTES ET POSTURES / TRANSFERTS)

Domaines Pro.  
SANITAIRE ET SOCIAL / SANTE  
SECURITE AU TRAVAIL



Un support pédagogique retraçant les principales connaissances à retenir sera fourni lors de la formation

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Objectif général :** Appliquer les principes de base d'ergonomie auprès des personnes à mobilité réduite.

A l'issue de la formation vous serez capable de :

- Appliquer les principes de base d'ergonomie dans le cadre du travail d'aide à domicile
- Pratiquer une gestuelle optimale (économie d'efforts et sécurité physique)

Vous vous serez entraîné à la manutention de charges inertes, à l'aide au transfert, à la mobilisation et aux déplacements des personnes à mobilité réduite.

#### PUBLIC CONCERNE

Personnels soignants-Salariés de services d'aides à domicile - Aidants familiaux

#### PRE-REQUIS

Maîtrise orale du français  
Bonne condition physique (pas de troubles musculo-squelettiques ou de problèmes de dos)

#### DUREE

De 4 à 8 heures (2 modules de 4 heures)

#### CONTACT

[commercial@cneap.fr](mailto:commercial@cneap.fr)

04 74 59 79 79

#### METHODES MOBILISEES

Le (la) formateur(trice) s'attachera à alterner apports théoriques et échanges d'expériences afin d'engager une démarche réflexive sur l'exercice quotidien de son activité professionnelle.

#### DATES ET MODALITES D'ORGANISATION

- Formation en présentiel, inter ou intra-entreprises
- Dates sessions inter-entreprises : cf planning de l'année en cours
- Dates sessions intra-entreprises : à convenir avec vos services
- Horaires : 8h30-12h30 ou 13h30-17h30

#### LIEU DE LA FORMATION

- Dans nos locaux à Châbons (proche Colombe, Burcin, Biol, Val-de-Virieu)
- Dans nos locaux Saint Jean de Bournay (proche Bourgoin-Jallieu, Diémoz, Moidieu-Détourbe, Lieudieu)
- Dans les locaux de votre service

#### MODALITES ET DELAIS D'ACCES

##### Modalités d'inscription

Après signature du devis et de la convention de formation

Délai d'accès formations intra-entreprise : 1 mois 1/2

##### Effectif

De 6 participants minimum à 12 participants maximum

# Personnels soignants

## Aides à domicile - PARCOURS DEBUTANTS

### ERGONOMIE (GESTES ET POSTURES / TRANSFERTS)

#### MODALITES D'EVALUATION

- Auto-positionnement remis aux participants en amont ou au début de la formation (selon la durée choisie)
- Quiz d'évaluation des acquis en fin de formation
- Attestation d'acquis et attestation de formation remises en fin de formation

#### PROFIL DES INTERVENANTS

Formateur expérimenté dans le domaine du service aux personnes et formé aux gestes et postures.

#### CONTENUS DE LA FORMATION

##### Gestes et postures - 4 heures

- Les Troubles Musculo-Squelettiques : facteurs d'apparition, conséquences sur la santé de l'individu
- Anatomie et biomécanique : les limites du corps humain
- Les principes de base de sécurité et d'économies d'efforts
- Etude des mouvements au poste de travail
- Pratique en salle

##### Transferts - 4 heures

- Les différentes aides techniques d'aide à la mobilisation et aux déplacements
- Les techniques d'aide au transfert, à la mobilisation et au déplacement : pratique en salle
  - ✓ Transfert du lit au fauteuil, du fauteuil au lit
  - ✓ Aide au lever de la personne assise à la position debout
  - ✓ Accompagner une personne qui utilise un déambulateur
  - ✓ Rehausser une personne dans son lit
  - ✓ Positionner une personne en décubitus latéral

#### EVALUATIONS CERTIFICATIVES / SESSION D'EXAMEN

Aucune épreuve prévu

## Personnels soignants

### Aides à domicile - PARCOURS DEBUTANTS

#### ERGONOMIE (GESTES ET POSTURES / TRANSFERTS)

#### EQUIPEMENTS / ACCES

##### Saint-Jean de Bournay / Vallon Bonnevaux

- **Matériel et équipements :**

Salles standard équipées d'ordinateur et de vidéoprojecteur

Salle de puériculture avec 8 postes fixes équipés ; salle entretien des locaux et du linge équipée (balais trapèzes, balayage humide, etc.) ; cuisine pédagogique avec 8 postes équipés (cuisinière, four, matériel de cuisson) ; salle informatique.

- **Stationnement / Accès par transports :**

Plusieurs parkings à proximité, le plus proche étant accessible par la rue Jeanne d'Arc.

Transports en commun : lignes régulières Transisère : en provenance de Bourgoin-Jallieu (2090), Villefontaine (VFT02), Vienne (2900), Lyon (2960)

- **Accessibilité des locaux :** Oui partielle

**Totalement accessibles :** Salle de restauration, Bâtiment plateaux techniques. (Un poste pour les Personnes à Mobilité Réduite prévu par plateau technique), 2 places de stationnements PMR à l'intérieur de l'établissement.

**Partiellement accessibles :** Salles de formation (à l'étage et en rez-de-chaussée).

**Autres :** Bandes de guidage au sol pour les personnes déficientes visuelles

- **Restauration sur place** (7,90 euros le repas), plusieurs possibilités de snacking aux alentours
- **Hébergement :** Oui

##### Châbons / Vallon Bonnevaux

- **Matériel et équipements :**

Salles standard équipées d'ordinateur et de vidéoprojecteur

Salle de puériculture avec 2 postes fixes équipés + 3 postes mobiles ; salle entretien des locaux et du linge équipée (balais trapèzes, balayage humide, etc.) ; cuisine pédagogique avec 8 postes équipés (cuisinière, four, matériel de cuisson) ; salle informatique.

- **Stationnement / Accès par transports :**

Plusieurs parkings à proximité, devant l'établissement. Transports en commun : Gare SNCF à 15 minutes à pieds.

- **Accessibilité P.M.R. des locaux :** Oui partielle

**Totalement accessibles :** Salle de restauration, Bâtiment plateaux techniques. (Un poste pour les Personnes à Mobilité Réduite prévu par plateau technique), 2 places de stationnements PMR à l'intérieur de l'établissement

**Partiellement accessibles :** Salles de formation (à l'étage et en rez-de-chaussée).

- **Restauration sur place** (7,90 euros le repas), boulangerie et épicerie au centre village.
- **Hébergement :** Oui

##### Au sein de votre collectivité ou de votre entreprise



#### Vous êtes en situation de handicap ?

Vous pouvez avoir besoin d'aménagements spécifiques ou d'une aide adaptée.

Afin de vous accueillir dans les meilleures conditions et de nous assurer que les moyens de la formation peuvent être adaptés à vos besoins spécifiques, Vallon Bonnevaux vous propose de contacter Mme PASSOT, référente H+, au 04 74 59 79 79 ou par mail [laurence.passot@cneap.fr](mailto:laurence.passot@cneap.fr)

# Personnels soignants

## Aides à domicile - PARCOURS DEBUTANTS

### ERGONOMIE (GESTES ET POSTURES / TRANSFERTS)

#### DEBOUCHES APRES LA FORMATION

##### Suites de parcours possibles / Passerelles

Cette formation peut être complétée par les modules « Cadre réglementaire de l'intervention », « Entretien du linge », « entretien du cadre de vie » et « Aide à la toilette ».

Les salariés souhaitant approfondir leurs connaissances et pratiques en ergonomie pourront se tourner vers la formation PRAP 2S (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique secteur Sanitaire et Social)

##### Débouchés professionnels

Cette formation permettra aux aides à domicile débutant(e)s d'exercer leur activité avec autonomie et responsabilité au sein d'un service d'aide à domicile.

#### MODALITES FINANCIERES

- Coût de la formation inter-entreprises : 130 euros par demi-journée + 10 euros de frais d'adhésion à notre association de gestion
- Coût de la formation pour les particuliers en auto-financement : 100 euros par demi-journée + 10 euros de frais d'adhésion à notre association de gestion
- Coût de la formation intra-entreprise : nous consulter pour l'étude de votre projet personnalisé

#### REFERENCES

% de satisfaction sur les 3 dernières années

	2022-2023	2021-2022	2020-2021
<b>Taux de réussite globaux</b>			
CAP Accompagnant Educatif Petite Enfance	82%	96%	100%
CAPa Jardinier Paysagiste	100%	78%	100%
CAPa Service Aux Personnes / Vente en Espace Rural	85%	100%	90%
Bac Pro Service Aux Personnes et Animation du Territoire	90%	100%	93%
<b>Satisfaction globale Apprenants Formations Continues Courtes</b>	94,4% (653 enquêtes recueillies)	93,4% (744 enquêtes recueillies)	89% (703 enquêtes recueillies)
<b>Employeurs Formation Continue (Satisfaits - Très satisfaits)</b>	95,2% (16 enquêtes recueillies)	92,20% (4 enquêtes recueillies)	80% (30 enquêtes recueillies)

#### LES + DE LA FORMATION

Formation entièrement modularisable et adaptable à vos activités

Une formation qui équilibre apports théoriques et échanges entre participants, pour laisser de la place à l'analyse de son activité.

 COLLÈGE - LYCÉE

 FORMATION - CONSEIL

 INITIATIVE - TERRITOIRE

**Saint Jean de Bournay**  
3 rue Jeanne d'Arc  
38440 St Jean de Bournay

**Châbons**  
13 rue de l'église  
38690 Châbons

Tél : 04 74 59 79 79  
contact@vallonbonnevaux.fr  
Déclaration 823804457338 • SIRET 779 490 655 00031



ÉTABLISSEMENT PRIVÉ SOUS CONTRAT AVEC LE MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE

[www.vallonbonnevaux.fr](http://www.vallonbonnevaux.fr)

# Personnels soignants

## Aides à domicile - PARCOURS DEBUTANTS

### ERGONOMIE (GESTES ET POSTURES / TRANSFERTS)

COLLÈGE - LYCÉE    FORMATION - CONSEIL    INITIATIVE - TERRITOIRE

**Saint Jean de Bournay**  
3 rue Jeanne d'Arc  
38440 St Jean de Bournay

**Châbons**  
13 rue de l'église  
38690 Châbons

Tél : 04 74 59 79 79  
contact@vallonbonnevaux.fr  
Déclaration 823804457338 • SIRET 779 490 655 00031



ÉTABLISSEMENT PRIVÉ SOUS CONTRAT AVEC LE MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE

[www.vallonbonnevaux.fr](http://www.vallonbonnevaux.fr)