

# Prévention des TMS dans le cadre de mobilisation de personnes

Santé - Médico-social - Services à domicile - 2026

## En résumé

Les troubles musculosquelettiques touchent tous les secteurs d'activité. Dans un souci de travailler sur ces risques, cette formation s'inscrit dans une démarche de prévention : elle vise à sensibiliser les professionnels sur les techniques de mobilisation des patients / résidents leur permettant d'assurer cette mission avec le maximum de confort pour eux-mêmes et pour les personnes soignées.

## Objectifs :

- Protéger son corps dans sa pratique professionnelle.
- Connaître les techniques de mobilisation de personnes.
- Utiliser les aides humaines et les aides techniques.
- Adapter ses acquis en fonction des situations et selon les personnes.

## Prérequis :

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre la formation.

## Participants :

Agent de service hospitalier, personnel soignant, aide à domicile.

## Effectifs :

L'effectif maximum est de 12 personnes.

## Intervenants :

Cette formation est animée par un formateur expert en mobilisation de personnes dépendantes.  
Tous nos formateurs consultants répondent aux normes exigées par notre système qualité.

## Le contenu

**680 €**  
Net de taxe par personne

---

Q7 TMSMOBIL 20-E25

---

  
2 jours, soit 14 heures

**Dates et villes**  
Grenoble - 04 76 28 29 28  
Sessions à venir - Nous contacter



## 1. Savoir protéger son corps

Les règles pour mettre son corps en sécurité, dans sa vie personnelle et professionnelle.

L'alignement vertébral.

Le bon usage des membres inférieurs et supérieurs.

La notion de préhension.

Les notions d'appui.

Le transfert du poids du corps.

L'énergie du souffle et du mouvement.

## 2. Connaitre les règles de base de la manutention des personnes

La notion de schéma moteur naturel ou d'activité spontanée.

L'évaluation du potentiel de la personne aidée.

Les différents modes et techniques de manutention.

## 3. Expérimenter des techniques de manutention

Les techniques à pratiquer, seul ou en binôme, selon la situation et le potentiel de la personne aidée, et selon les besoins des stagiaires :

Abaissements (debout-assis et assis-couché).

Redressements (assis-debout et couché-assis).

Rehaussements (assis et couché).

Transferts par pivotement.

Transferts directs.



# Méthodes, moyens et suivi

## Méthodes pédagogiques et moyens techniques

CCI Formation met à disposition de ses clients l'ensemble des moyens pédagogiques nécessaires à l'exécution de cette formation :

Exposés théoriques et échanges autour d'exemples pratiques.

Sollicitation systématique des participants sur des situations vécues.

Un support documentaire synthétisant le contenu de la formation sera fourni à chacun des participants.

## Moyens d'appréciation de l'action

Le stagiaire est soumis à des mises en situations, des exercices pratiques, des analyses de ses pratiques dans une pédagogie active et participative permettant un contrôle continu de sa progression et du développement de connaissances et de compétences acquises conformément aux objectifs visés.

## Suivi de l'action

Lors de l'exécution de la formation, une feuille de présence par demi-journée devra être signée par le stagiaire.

## Accessibilité

L'inscription à cette formation est possible jusqu'à 48 heures avant le début de la session.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Dans le cadre de la charte H+, CCI Formation est un relais auprès des acteurs du handicap pour répondre le mieux possible à votre demande de formation. N'hésitez pas à prendre contact avec notre référent pour que nous étudions votre demande.

