



SF FORMATIONS | SAS, société par actions simplifiée au capital social de 1 000,00 € |  
N° SIRET 892.767.617.00012 | N° de TVA FR70892767617 ·  
Certification Qualiopi n° ATA 135 2024 | Enregistré sous le numéro 768 200 998 82  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

## TRANSFERT ET MANIPULATION

La formation se déroulera intégralement au centre hospitalier de Auch. Nous disposerons de la salle de formation et du matériel nécessaire.  
(Cf : voir contrat de mise à disposition en annexe - contact : Madame FERRET : [c.ferret@ch-auch.fr](mailto:c.ferret@ch-auch.fr))

### Objectifs :

1. Comprendre les enjeux légaux, éthiques et sécuritaires liés aux gestes de transfert et de manipulation.
2. Acquérir des méthodes adaptées pour assurer la mobilité et le confort des personnes accueillies tout en prévenant les risques.
3. Préserver la santé physique et l'équilibre de l'accueillant grâce à des pratiques sécurisées et durables.

**Approche pédagogique :** pédagogie démonstrative et expérientielle, avec répétition des gestes en conditions proches du réel.

### Méthodes :

- Ateliers pratiques de transfert (lit, fauteuil, aides techniques).
- Jeux de rôle (expérimenter à la place de la personne accueillie pour ressentir).
- Études de cas : analyser les conséquences de mauvaises postures.

### Références théoriques :

- INRS, ANACT : Approche ergonomique
- David Kolb : cycle de l'apprentissage expérientiel
- John Sweller : gestion de la charge cognitive par l'apprentissage pratique.



SF FORMATIONS | SAS, société par actions simplifiée au capital social de 1 000,00 € |

N° SIRET 892.767.617.00012 | N° de TVA FR70892767617 ·

Certification Qualiopi n° ATA 135 2024 | Enregistré sous le numéro 768 200 998 82

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

	<b>MODULE 1 – COMPRENDRE LES ENJEUX ET LE CADRE DU TRANSFERT (4H)</b>	-	
Séq. 1.1 –  Cadre légal, éthique et prévention des risques (2h)	<b>Objectifs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifier le cadre légal lié à la sécurité et à la manutention</li><li>- Comprendre les responsabilités de l'accueillant</li><li>- Intégrer la dimension éthique (dignité, respect, consentement)</li></ul> <b>Contenu :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Textes réglementaires (prévention des TMS, sécurité des personnes accueillies)</li><li>- Respect de la dignité et communication lors des gestes</li><li>- Risques physiques pour la personne accueillie et pour l'accueillant</li></ul> <b>Activités :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Étude de cas : mauvaise pratique de manipulation et ses conséquences</li><li>- Partage d'expériences vécues par les stagiaires</li></ul>	<b>Outils :</b> fiches réglementaires, vidéos d'exemples positifs/négatifs	<b>Évaluation :</b> quiz interactif + analyse collective du cas
Séq. 1.2 –  Principes de base en ergonomie et sécurité (2h)	<b>Objectifs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Connaître les principes de sécurité et de prévention des TMS</li><li>- Intégrer les bonnes postures et gestes de base</li></ul> <b>Contenu :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Notions de biomécanique et d'ergonomie</li><li>- Prévention des chutes et glissades</li><li>- Principes de sécurité pour la manutention (dos droit, appuis stables, utilisation du poids du corps)</li></ul> <b>Activités :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Atelier pratique : comparaison entre "mauvais geste" et "bon geste"</li><li>- Mise en situation avec objets du quotidien</li></ul>	<b>Outils :</b> matériel simple (chaises, coussins, draps), schémas explicatifs	<b>Évaluation :</b> observation des gestes avec grille critériée
	<b>MODULE 2 – TECHNIQUES PRATIQUES DE TRANSFERT ET DE MANIPULATION (6H)</b>		
Séq. 2.1 –  Transferts lit - fauteuil et fauteuil - lit (2h)	<b>Objectifs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Réaliser un transfert sécurisé et confortable pour la personne accueillie</li><li>- Adapter la technique selon les capacités physiques de la personne</li></ul> <b>Contenu :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Étapes du transfert assisté</li><li>- Adaptation aux personnes âgées (faiblesse musculaire, équilibre) et aux handicaps moteurs</li></ul> <b>Activités :</b>	<b>Outils :</b> fauteuil roulant, lit médicalisé ou lit classique, ceintures de transfert	<b>Évaluation :</b> observation des mises en pratique



SF FORMATIONS | SAS, société par actions simplifiée au capital social de 1 000,00 € |

N° SIRET 892.767.617.00012 | N° de TVA FR70892767617 ·

Certification Qualiopi n° ATA 135 2024 | Enregistré sous le numéro 768 200 998 82

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Démonstrations guidées puis pratique en binômes</li><li>- Jeux de rôle (accueillant / personne accueillie) pour ressentir les contraintes</li></ul>		
Séq. 2.2 –  Transferts avec aide technique (2h)	<p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Utiliser correctement les aides techniques (lève-personne, planches de transfert)</li><li>- Savoir choisir l'outil adapté à la situation</li></ul> <p><b>Contenu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Présentation des principaux matériels</li><li>- Règles de sécurité lors de l'utilisation</li><li>- Importance du confort et du consentement de la personne</li></ul> <p><b>Activités :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Atelier pratique : manipulation d'un lève-personne et d'une planche</li><li>- Analyse collective d'une vidéo de transfert avec matériel</li></ul>	<b>Outils :</b> lève-personne, planches, vidéos pédagogiques	<b>Évaluation :</b> observation guidée des manipulations
Séq. 2.3 –  Aide à la mobilité et prévention des chutes (2h)	<p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Accompagner une personne dans ses déplacements en toute sécurité</li><li>- Prévenir les chutes et favoriser l'autonomie</li></ul> <p><b>Contenu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Techniques pour aider à la marche avec ou sans canne/déambulateur</li><li>- Prévention des chutes dans l'environnement domestique</li><li>- Encourager l'autonomie tout en sécurisant le geste</li></ul> <p><b>Activités :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Parcours pratique : accompagner une personne simulée avec canne ou déambulateur</li><li>- Étude de cas : aménagement du domicile pour limiter les risques</li></ul>	<b>Outils :</b> canne, déambulateur, tapis antidérapants, plan de domicile fictif	<b>Évaluation :</b> observation des parcours pratiques + restitution écrite des propositions d'aménagement
	<b>MODULE 3 – PRESERVER LA SANTE ET L'EQUILIBRE DE L'ACCUEILLANT (4H)</b>		
Séq. 3.1 –  Prévention de la fatigue et des TMS (2h)	<p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifier les postures à risque pour soi</li><li>- Appliquer des techniques de protection de son corps</li></ul> <p><b>Contenu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Zones de fragilité (dos, épaules, genoux)</li><li>- Exercices simples d'échauffement et de récupération</li><li>- Gestion de la fatigue au quotidien</li></ul> <p><b>Activités :</b></p>	<b>Outils :</b> fiches d'exercices, supports audio-guidés	<b>Évaluation :</b> auto-évaluation sur la mise en pratique des exercices



SF FORMATIONS | SAS, société par actions simplifiée au capital social de 1 000,00 € |

N° SIRET 892.767.617.00012 | N° de TVA FR70892767617 ·

Certification Qualiopi n° ATA 135 2024 | Enregistré sous le numéro 768 200 998 82

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliers pratiques : exercices de stretching et d'échauffement</li><li>- Partage d'expériences sur les douleurs courantes et leurs solutions</li></ul>		
Séq. 3.2 –  Construire son plan personnel de prévention (2h)	<p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Élaborer un plan de prévention personnalisé pour limiter les risques de blessure</li><li>- Identifier ses ressources et ses limites personnelles</li></ul> <p><b>Contenu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Importance de la régularité des bonnes pratiques</li><li>- Outils pour prévenir l'usure physique et psychologique</li><li>- Soutien par le réseau professionnel et médical si besoin</li></ul> <p><b>Activités :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Atelier individuel : rédaction de son plan personnel de prévention</li><li>- Partage volontaire en groupe pour enrichir les idées</li></ul>	<p><b>Outils :</b> modèle de plan, fiches pratiques de prévention</p>	<p><b>Évaluation :</b> remise du plan personnel + feedback collectif</p>