



FF23-23

TECHNIQUES/MÉTIERS DU CHR

GESTES ET POSTURES - ÉTAGES

Public concerné : Personnel d'étage

Prérequis : Savoir utiliser un smartphone, ordinateur

Mise en œuvre : Formation en E learning

Durée : 2,30 heures

Tarif : 65 Euros HT par stagiaire

55 Euros HT (Adhérent RESO) par stagiaire

Nombre de stagiaires : Illimité

Personnes en situation de handicap : Adaptations possibles de conditions d'accueil et d'animation selon besoin(s) spécifique(s), merci de nous contacter.

Dates, ville, accès : Entrées permanentes sur demande

Inscription : Merci de nous faire part de votre demande via la fiche formation concernée (formulaire d'inscription à compléter) sur www.reso-formation.fr RESO formation s'engage à vous répondre dans les 72 heures suivant votre demande et à débiter la prestation dans les 1 à 2 mois à compter de l'acceptation de la prise en charge du dossier.

Formacode : 31776

Mise à jour : mars 2026

Gestes et postures - Étages

OBJECTIF(S) DE FORMATION

À l'issue de la formation vous serez en mesure d'adopter les bons gestes quant à l'exercice de votre métier

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ❖ Se servir au mieux du matériel sans risque et sans fatigue
- ❖ Organiser le travail pour diminuer les contraintes, diversifier les mouvements et les positions
- ❖ Porter dans de bonnes conditions
- ❖ Réduire les risques de TMS (Troubles Musculo squelettiques et les chutes)

PROGRAMME DE FORMATION

1 – L'échauffement

2 – La préparation du matériel

Vérification en amont du matériel : chariot, aspirateur, seaux, produits...
Adaptation du matériel, leurs fonctionnements,

3 – Débarrasser une chambre et une salle de bain

4 – Le lit

5 – Le nettoyage de la salle de bain

6- L'aspirateur et la poussière

Les conséquences potentielles

Fatigue : réduction de l'aptitude au travail
Accidents de travail : coût humain direct et indirect
Maladies professionnelles : risque de rupture avec la vie professionnelle
Absentéisme

Les bonnes pratiques et l'hygiène de vie

Votre santé
Votre tenue de travail
Un peu de sport

VALIDATION DES COMPÉTENCES

Il sera demandé à chaque stagiaire, à l'issue de la formation, de répondre à une dizaine de questions, minimum, à une vingtaine de questions, au maximum, qui permettront de vérifier si les principes essentiels découlant de la formation ont bien été acquis par chacun d'entre eux.
D'autre part, un questionnaire d'appréciation sera remis également aux participants.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La formation se déroulera via la plate-forme Storiz dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis aux stagiaires, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et d'exercices interactifs