

ACCOMPAGNEMENT A LA MOBILITÉ DE LA PERSONNE AIDÉE EN PRENANT SOIN DE SOI ET DES AUTRES (ALM)

Organisme Formateur Melioris

493, avenue de Paris
79000 NIORT

Contact :

05.49.32.38.64

[of@melioris-
organismeformateur.fr](mailto:of@melioris-organismeformateur.fr)

SIRET : 781 343 231 00036

Code NAF : 8610 Z

PUBLIC VISE

- Paramédicaux
- Les agents exerçant auprès de personnes en situation de dépendance

INTERVENANTS

- **Marion BOSSARD** - Formateur kinésithérapeute diplômé d'état
- **Nicolas GAUDAL** – Brancardier

PREREQUIS

Exercer auprès de personnes dépendantes

DUREE ET TYPE DE FORMATION

2 journées - Formation en présentiel

OBJECTIFS ET COMPETENCES PROFESSIONNELLES VISES

- Acquérir des techniques d'étirements musculaires pour préserver son capital santé
- Identifier et prévenir les risques – postures et techniques de manutention à acquérir
- Découverte sensorielle du positionnement infra douloureux
- Améliorer son savoir-faire opérationnel
- Enrichir son savoir-faire des généraux théoriques
- Approfondir son savoir-faire cognitif

JOUR 1

Format : Présentiel

Durée : 3 heures 30 (matin)

Description :

- Présentation de l'action et des objectifs
- Évaluation des connaissances (test)
- La problématique TMS /MP
- Rappels anatomiques et physiopathologiques
- Notions d'harmonie musculaire et son intérêt
- Exercices d'étirements et d'entretien musculaire
- La moindre contrainte mécanique articulaire, c'est quoi ?
- Explication des facteurs prédisposants, déclenchant ou aggravant les TMS
- Tests d'auto-évaluation de la souplesse et de la force
- Comment interpréter les résultats de l'auto-évaluation
- Synthèse des acquis théoriques et sensoriels



**Membre du Réseau des
Organismes de formation
FEHAP**

Format : Présentiel
Durée : 3 heures 30 (après-midi)

Description :

- Évaluation des besoins avec une analyse des pratiques professionnelles
- Commentaires et réflexions concernant le poste de travail
- Pratique interactive des gestes techniques

JOUR 2

Format : Présentiel

Durée : 7 heures

Description :

- Échanges entre les participants sur les difficultés rencontrées sur le poste de travail
- Analyse des pratiques effectuées et apprentissage aux gestes techniques spécifiques
- Évaluation de la bonne pratique professionnelle et du transfert des acquis à l'aide des fiches test

À l'issue de la formation, **une attestation de formation** sera délivrée à l'apprenant.

➔ *Il est conseillé de venir avec une tenue adéquate pour la pratique*

MODALITES D'ÉVALUATION ET DE SUIVI DES PRATIQUES

L'évaluation sera réalisée selon plusieurs niveaux :

- Au démarrage, les attentes seront recueillies par le formateur lors du lancement de la formation. Les acquis/les connaissances seront évaluées de manière auto formative par l'intermédiaire de quiz de connaissances ou d'un questionnement direct.
- Au cours de la formation, les participants seront invités à auto évaluer leur progression en réalisant les gestes techniques appris
- A l'issue de la formation : la satisfaction des participants sera évaluée lors d'un tour de table, si possible en présence du commanditaire de la formation (pour les formations en intra) et à l'aide d'un questionnaire « à chaud » remis aux participants.
- A distance de la formation : un questionnaire sera envoyé à chaque participant à 6 mois post-formation afin d'évaluer l'impact de la formation sur les pratiques professionnelles

SUPPORTS UTILISÉS

- Livret pédagogique personnalisé remis à chaque participant reprenant les tests d'évaluation de la force et de la souplesse
- Présentation PowerPoint
- Présentation du matériel adapté

METHODOLOGIE

- Méthode affirmative : Apports théoriques
- Méthode interrogative : Echanges interactifs
- Méthode démonstrative et applicative : Exercices pratiques et mises en situation

DATES, LIEU ET TARIF

Formation en Inter :

- les 03 et 04 septembre 2026
- Melioris Le Grand Feu – salle de formation (Niort)
- 600 € / par participant pour les 2 journées de formation - Déjeuners compris

Formation en Intra :

- Cf. Proposition financière établie pour l'établissement demandeur

Nous ne sommes pas assujettis à la TVA

ACCUEIL ET ACCESSIBILITE DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nos locaux sont accessibles à toute personne en fauteuil roulant, à toute personne présentant un handicap locomoteur et/ou neurologique et/ou sensoriel

Nos référents Handicap sont disponibles pour permettre une accessibilité optimale pour tous les apprenants. Si vous êtes en situation de handicap et que vous souhaitez participer à l'une de nos formations, vous pouvez contacter :

Juliette COURROT jcourrot@melioris.fr 05 49 32 38 77 ou Clémence AUGÉ cauge@melioris.fr 05 49 32 30 63