



**En  
formation continue**

### Dates

Voir calendrier

### Horaires

8h30-12h00 & 13h30-17h00  
Soit 7 heures de formation, sur la journée.

### Lieu

Campus Provence-Ventoux  
CFPPA  
310 chemin de l'Hermitage  
84200 CARPENTRAS

### Mode de financement et Tarif

Nous contacter

### Intervenant pédagogique :

Formateur expérimenté et  
Enseignant en Bac Pro SAPAT

## **Campus Provence-Ventoux CFPPA**

310 chemin de l'Hermitage  
84200 CARPENTRAS

Tél. 04 90 60 80 90  
cfppa.carpentras@educagri.fr  
<https://www.epl.carpentras.educagri.fr>  
<https://cfppaprovenceventoux.fr>

Consulter nos indicateurs de  
résultat sur notre site internet.



# Gestes et Postures : préserver sa santé dans les activités de service à la personne

## Objectifs pédagogiques - « Etre capable de... »

- Connaître les principes de l'ergonomie et les risques liés aux manutentions.
- Analyser les gestes professionnels et les postures quotidiennes.
- Appliquer les techniques de manutention sécurisée pour soi et pour la personne aidée.
- Evaluer et ajuster sa pratique dans une logique de prévention.

## Public concerné et modes de financement

Tout public

Modes de financement : employeur, OPCO, France Travail, autofinancement

## Pré-requis et condition d'inscription

Communiquer en français

## Programme de formation

- Principes de sécurité et prévention des troubles musculo squelettiques.
- Technique de transfert, relevé et déplacement avec le matériel d'aide.
- Adaptation des postures selon les situations réelles.

## Modalités pédagogiques

- Méthode active.
- Démonstration par le formateur.
- Mise en pratique sur le terrain ou en salle équipée.
- Plateau technique : lit médicalisé, lève malade ...
- Etude de cas : situations à risques issues de l'expérience des participants.
- Mise en situation.

## Nombre de participants

Entre 4 et 10 personnes maximum.

## Validation de la formation

Les stagiaires ayant suivi la formation reçoivent une attestation de suivi de formation.

**Contact** : Cyril CLOP 04 90 60 80 90  
**Poste 320** [cyril.clop@educagri.fr](mailto:cyril.clop@educagri.fr)

Le CFPPA Provence-Ventoux est particulièrement sensible à l'intégration des personnes en situation de handicap.  
Notre référent handicap se tient à votre disposition pour étudier les possibilités de compensation, d'aménagement, en fonction de votre situation.  
Vous pouvez contacter Mme Armelle PERRI : [armelle.perrri@educagri.fr](mailto:armelle.perrri@educagri.fr)

