

## **Programme global de la journée de formation**

### **Prévention des risques professionnels**

Accidents du travail et Maladie Professionnelle (AT-MP)

La journée vise à sensibiliser les participants aux risques professionnels liés aux métiers de l'aide à la personne et à leur faire acquérir des techniques pour préserver leur santé au quotidien.

#### **Matinée : Comprendre et prévenir les risques**

- Accueil, présentation du groupe et des objectifs de la formation.
- Identification des enjeux de la prévention : cadre réglementaire, chiffres clés, principaux risques physiques.
- Travail collectif à partir d'exemples concrets pour repérer les situations à risque.
- Focus sur le fonctionnement du dos, les pathologies et les troubles musculo-squelettiques (TMS).
- Apprentissage des grands principes du port de charges et des gestes adaptés en entretien ménager à travers des mises en situation.

#### **Après-midi : Maîtriser les gestes de manutention et consolider les acquis**

- Échauffement et exercices pratiques autour de la manutention des personnes (aide au lever, au transfert, à la marche...).
- Découverte et utilisation des aides techniques pour faciliter le travail et garantir la sécurité de tous.
- Synthèse des apprentissages, échanges sur les pratiques professionnelles et réflexion sur les changements à mettre en œuvre dès le lendemain.

Pour plus d'information, n'hésitez pas à contacter le pôle Formation de la FESP :  
[irene.thomas@fesp.fr](mailto:irene.thomas@fesp.fr)