

PROGRAMME DE FORMATION GESTES ET POSTURES PETITE ENFANCE



DURÉE DE
FORMATION

2 jours
(14 heures)



DATE
& HORAIRES

**15/09 &
20/10 2025**
9h-12h30 / 13h30-17h



PUBLIC CONCERNÉ
& PRÉ-REQUIS

// Tout professionnel travaillant dans
la petite enfance

// Être volontaire pour participer à la
formation

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Observer et mettre en application les bons gestes et les bonnes postures
- Identifier les mauvaises positions et repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa santé
- Appréhender les fondamentaux (poinS clés)
- Adapter et appliquer les principes de base
- Proposer toute idée d'amélioration concernant le matériel ergonomique

CONTENU

MODULE 1 : CONNAISSANCE DES MÉCANISMES D'APPARITION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Notions anatomiques
- Intégration de la mécanique rachidienne : ressentir pour comprendre et appliquer
- Identification, ressenti et compréhension des gestes pouvant être dangereux pour notre corps
- Les premiers principes de protection du dos qui en découlent

MODULE 2 : PRINCIPES DE BASE DE LA PRÉVENTION DES RISQUES LORS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE PORT DE CHARGE

- Retour sur les notions biomécaniques précédemment abordées : mise en avant des principes majeurs de protection du dos
- Porter ou déplacer une lourde charge
- Bien se positionner lors des activités de la vie quotidienne (le ménage, la vaisselle, les loisirs)
- Réflexions communes sur une application professionnelle : adapter ces gestes lors du biberon, des jeux au sol avec les enfants, etc.

MODULE 3 : GESTES ET POSTURES ADAPTÉS

- Discussions sur les applications pratiques
- Réflexions communes sur les situations problématiques abordées par les professionnelles et illustrations (nourrir l'enfant, l'installer sur une chaise haute, dans son lit, le changer, etc.)
- Ressenti des gestes adaptés

MODULE 4 : SENSIBILISATION À L'AMÉNAGEMENT DE L'ENVIRONNEMENT

- L'aménagement de son lieu de vie et de travail
- Exercices pratiques et réajustement
- Bilan de l'intervention

CONTEXTE

Tout professionnel se doit de se doter des compétences en ergonomie afin d'éviter de faire mal à l'enfant et de se blesser.

FINALITÉ

S'approprier « les bonnes postures » dans sa pratique professionnelle afin de prévenir les problèmes physiques.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Prévenir les risques d'accident musculo-squelettiques liés à l'activité en petite enfance
- Développer des techniques efficaces permettant une activité physique et un portage de nourrissons et d'enfants facilités et sécurisés
- Être sensibilisé à l'aménagement de l'environnement de travail par l'approche ergonomique

CONTRÔLE DE L'ASSIDUITÉ

Feuilles d'émargement pour chaque demi-journée et attestation de présence à l'issue de la formation.



MÉTHODES & MOYENS PÉDAGOGIQUES

→ MÉTHODES & SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques et livret de formation transmis
- Situations pédagogiques participatives
- Mises en situation pratique et analyses de situations
- Réflexions personnelles
- Démonstration en temps réel, commentée et justifiée
- Résolution des problèmes

→ MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Une salle adaptée à la formation équipée d'un PC et un vidéoprojecteur
- Plateau pédagogique technique pour mises en situation
- Matériel pédagogique, PowerPoint
- Apports théoriques et supports pédagogiques
- Interactivité



MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS & DE LA SATISFACTION

PENDANT LA FORMATION

Évaluation des acquis sous forme de QCM (pré et post session)

Évaluation formative permanente avec des mises en situation (fiche de suivi)

Questionnaire d'évaluation à remplir par chaque stagiaire suivi d'une évaluation globale sous forme de tour de table

A L'ISSUE DE LA FORMATION

Questionnaire d'évaluation envoyé un mois après la formation aux stagiaires et aux commanditaires

BILAN ET COMPTES RENDUS

Bilan et comptes rendus envoyés aux commanditaires de la formation

INTERVENANT

Alain BRISSET

Moniteur de secourisme depuis 40 ans.

Spécialiste des Premiers Secours et Gestes et Postures auprès de nourrissons et d'enfants.

Formateur pour notre centre de formation depuis 1993 en Secourisme et en Gestes et Postures.

Intervient à l'école du SAMU (CESU).

De nombreuses expériences dans le secteur des structures de la petite enfance en région Rhône Alpes.

Cette formation est réalisable en **intra-entreprise**.

LIEU : 119 rue Boileau, 69006 Lyon

COÛT : 350 €

Organisme non soumis à la TVA

ACCESSIBILITÉ H+

Accessibilité des locaux garantie, avec un accompagnement pédagogique organisé autour d'un entretien diagnostic et d'un bilan d'étape en fonction des situations.

CONTACT :

Florence Petit / fpetit@carrel.fr
Livret d'accueil sur carrel.fr

DÉLAIS D'ACCÈS

Sous 48h avant l'ouverture effective de la formation.