

# LES SOINS DE PREVENTION DANS VOTRE CABINET DE KINESITHERAPIE :

## Les rachialgies

Les 17 et 18 octobre 2008  
IFPEK Rennes

Les praticiens conventionnés ne maîtrisent pas la prévention des rachialgies pour le grand public, du fait que la formation initiale hospitalière est orientée vers des techniques curatives.

La prévention des rachialgies est globale et nécessite la maîtrise de l'organisation du travail, la mécanisation des tâches, avec une gestuelle adaptée pour le port de charges, ainsi que des connaissances sur l'ergonomie des postes de travail debout et assis et la capacité musculaire des opérateurs.

### OBJECTIFS RECHERCHES

---

- Economie et politique de santé dans le cadre des rachialgies chroniques
- Principe de protection rachidienne
- Principes de manutention et d'ergonomie, poste de travail debout et assis
- Gestes et postures dans la vie quotidienne
- Coordination avec le tissu sanitaire et social
- Création d'école du dos et de cours de gymnastique préventive
- Travail en réseau (soins de prévention)

### PROGRAMME

---

#### 1<sup>er</sup> jour

08h30

- Accueil
- QCM pré-test

08h45 - 10h15

- Coût socio-économique des arrêts de travail du travail, des accidents du travail...

10h30 - 12h00

- Anatomie, physiologie, pathologie.

13h30 - 15h15

- Prévention du risque
  - Prévention des accidents de transport manuel et de manipulation
  - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
  - Les exercices pratiques de manutention manuelle avec différents objets

15h30 - 17h30

- Cours de gymnastique santé vertébrale
- Synthèse de la journée

## **2<sup>ème</sup> jour : votre école du dos, clefs en main**

09h00

- QCM de la journée précédente

9h15 - 10h15

- Guide de la création de votre école du dos libérale
  - Le kinésithérapeute et son projet
  - L'étude de marché
  - Les prévisions financières
  - Le statut juridique
  - Les financements
  - Le démarrage des stages et des cours d'école du dos
  - Les premiers mois d'activité

10h30 - 11h00

- Organisation et programme des stages de prévention

11h00 - 12h00

- Organisation et programme des cours de gymnastique préventive

13h30 - 15h15

- Vos 4 premiers cours de gymnastique hygiénique
  - Programme d'exercices : étirements, renforcements
  - Musique
  - Fiches d'exercices

15h30 - 16h00

- Synthèse avec les praticiens : questions diverses

16h30

- Administration

### **MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUES**

- Différents ateliers : atelier du poste de travail debout, atelier du poste de travail assis, atelier de manutention manuelle, atelier gestes et postures dans la vie quotidienne, cours de gymnastique hygiénique.
- Support pédagogique très complet est délivré pendant la formation
- Diaporama, vidéo, rétroprojection.

Formateur	Gérard MOISAN, Masseur-Kinésithérapeute
Durée	2 jours de 8h30 à 17h30
Prix	300 € (les 14 h de formation)