



FORMEZ L'ENSEMBLE DE VOTRE PERSONNEL AUX BONNES PRATIQUES DE PRÉVENTION LIÉES AUX INTERVENTIONS EN SECTEUR SANITAIRE ET MÉDICO-SOCIAL

PRATIQUE
60%



THÉORIE
40%



Formation en intra-entreprise
(dans vos locaux, dates à votre convenance)



Formation en inter-entreprises
(dans un centre proche de chez vous)

OBJECTIF DE LA FORMATION

La formation PRAP doit permettre de développer, avec tous les partenaires du Réseau Prévention, l'autonomie de l'entreprise ou de l'établissement en matière de prévention des risques liés à l'activité physique.

Le déploiement de la formation-action d'acteur PRAP est l'expression concrète et reconnue des bonnes pratiques de prévention, déployées jusqu'au poste de travail et aux personnes de terrain.

Elle vise, au travers de l'obtention d'une certification, à rendre tout personnel capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques, organisationnelles et en maîtrisant les risques sur lesquels il a la possibilité d'agir.

PUBLIC

Personne issue du secteur sanitaire et médico-social

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son établissement.
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son établissement et à sa prévention.
- Être capable d'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

Le **livret aide-mémoire dématérialisé** est consultable par chaque stagiaire sur notre **Espace Documentaire en ligne**. Accès illimité.

Contenus illustrés et interactifs adaptés au contexte professionnel.



ORGANISATION DE LA FORMATION

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire

La formation « sensibilisation du dirigeant au pilotage du projet de prévention » est préconisée

DURÉE

28 heures minimum (soit 4 jours)

Découpage vivement conseillé : 4 jours non consécutifs

EFFECTIF

Effectif minimum préconisé : 4 apprenants

Effectif maximum obligatoire : 10 apprenants

MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES

14 heures tous les 24 mois

ATTRIBUTION FINALE

Certificat Acteur PRAP 2S de l'INRS

Attestation de fin de formation

ORGANISME DE DÉLIVRANCE

INRS / SOFIS

RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

Articles L4121-1 et suivants du Code du Travail

Articles R4541-1 et suivants du Code du Travail

Document de référence de l'INRS

ENGAGEMENT QUALITÉ SOFIS



Habilitation INRS
Formation d'Acteurs
PRAP-2S
n°501558/2014/
PRAP-2S-01/O/13



Id DD 005488



INTERVENANT(S)

Formateur PRAP 2S /ALM certifié par l'INRS



APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Exposés interactifs, discussions-débat, démonstrations par le formateur, études de cas, application terrain, mises en situation...



CONDITIONS D'ÉVALUATION

Évaluation certificative PRAP2S/ALM selon le document INRS



PROGRAMME

PARTIE THÉORIQUE | 40%

Les enjeux de la formation-action PRAP

- Contexte national
- Contexte de l'établissement
- Les enjeux humains, sociaux, économiques et juridiques
- Les enjeux pour la personne aidée, sa famille et l'accompagnant

Se situer dans le dispositif PRAP

- La démarche de prévention dans l'établissement
- Les différents acteurs de la prévention
- Le rôle de l'acteur PRAP

La place de l'activité physique dans l'activité de travail

- Notion de danger, de situation dangereuse, de dommage, de risque et le mécanisme d'apparition du dommage
- Accident de travail et maladie professionnelle
- L'homme en situation de travail
- Notion de charge de travail

Le fonctionnement du corps humain et ses limites

- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

- Les TMS des membres supérieurs
- Les atteintes au niveau du dos
- Les TMS des membres inférieurs

Les facteurs de risques et de sollicitation

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)
- Les sollicitations de l'appareil locomoteur
- La fatigue visuelle

L'observation et l'analyse d'une situation de travail

- Les différents éléments d'une situation de travail
- L'analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique
- L'utilisation de l'outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail dangereuse PRAP 2s (document INRS)
- Les différents éléments d'une situation de travail

Les fondamentaux de la démarche ALM

Amélioration des conditions de travail et principes de prévention

- Les principes généraux de prévention
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- La recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail

Les aides techniques à la manutention

- Les Équipements de Protection Individuelle
- Les outils de préhension

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- La manutention manuelle de charges inertes et/ou le travail en situation statique
- Le travail en équipe

L'accompagnement de la mobilité de la personne aidée

- L'évaluation des risques de la situation d'accompagnement
- L'évaluation des capacités avant et pendant l'accompagnement
- L'environnement de l'accompagnement
- Les déficiences sensoriels
- La communication
- Les modalités d'assistance

Les déplacements naturels (se lever, s'asseoir, se coucher...)

- Schéma de déplacement
- Le séquençage en étape
- Les mouvements élémentaires

Les fonctionnalités et les caractéristiques des aides techniques

- Le choix de l'aide technique



PROGRAMME

PARTIE PRATIQUE | 60%

Retour d'expérience

- Reconnaître et présenter les principaux risques de son métier et les effets induits
- Échanger avec l'ensemble du groupe sur différents axes d'amélioration

Observation et analyse de situation de travail

- Observation de situations réelles de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Repérage et caractérisation des risques encourus liés à l'activité physique
- Utilisation de l'outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail dangereuse PRAP 2S et du guide d'utilisation pour la formation d'acteur (document de l'INRS)
- Repérage et caractérisation des risques encourus pour la personne aidée et l'accompagnant

Participation à la maîtrise du risque

- Propositions de pistes d'amélioration, celles à intégrer dans leurs pratiques professionnelles et celles à transmettre
- Prise en compte des principes Généraux de Prévention

Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités

- Application des principes de sécurité et d'économie d'effort en fonction des activités
- Les étapes nécessaires aux déplacements naturels et les mouvements élémentaires
- La guidance verbale, l'accompagnement de la personne aidée sans portage délétère

Mise en œuvre des aides techniques en fonction des capacités de la personne aidée

