



# PRAP 2S - Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Sanitaire et Social

Mise à jour : Fév. 2024

**Durée :** 4 jours - 28 heures

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liées à l'activité physique dans son entreprise
- Identifier les risques liés à l'activité physique
- Repérer les situations pouvant nuire à sa santé
- Contribuer à la mise en œuvre de la Prap, en proposant des améliorations techniques et organisationnelles et en maîtrisant les risques

## PRÉREQUIS

- Pas de prérequis spécifique
- Pour le MAC : être titulaire du certificat d'acteur prap

## PARTICIPANTS

- Tout public travaillant dans les secteurs sanitaire et social, établissements de santé, structures d'aides et de soins à la personne, etc.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Réflexion de groupe et apports théoriques du formateur
- Travail d'échange avec les participants sous forme de réunion-discussion
- Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle
- Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques
- Remise d'un support de cours

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Attestation de stage à chaque apprenant
- Positionnement préalable oral ou écrit
- Evaluation formative tout au long de la formation
- Evaluation sommative faite par le formateur ou à l'aide des certifications disponibles

## MOYENS TECHNIQUES EN PRÉSENTIEL

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation, équipée d'ordinateurs, d'un vidéo projecteur d'un tableau blanc et de paperboard

## MOYENS TECHNIQUES DES CLASSES À DISTANCE

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et éventuellement une caméra pour l'apprenant,
- suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la classe en ligne, les apprenants interagissent et communiquent entre eux et avec le formateur
- Les formations en distanciel sont organisées en Inter-Entreprises comme en Intra-Entreprise
- L'accès à l'environnement d'apprentissage (support de cours, labs) ainsi qu'aux preuves de suivi et d'assiduité (émargement, évaluation) est assuré
- Les participants reçoivent une invitation avec un lien de connexion
- Pour toute question avant et pendant le parcours, une assistance technique et pédagogique est à disposition auprès de notre équipe par téléphone au 03 25 80 08 64 ou par mail à [secretariat@feep-entreprises.fr](mailto:secretariat@feep-entreprises.fr)

## ORGANISATION

- Les cours ont lieu de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

## PROFIL FORMATEUR

- Nos formateurs sont des experts dans leurs domaines d'intervention
- Leur expérience de terrain et leurs qualités pédagogiques constituent un gage de qualité

## ACCESSIBILITÉ

- Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation. Notre organisme peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensations spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages

# Programme de formation

## Ouverture de la formation

- Présentation de la formation, identification des attentes et des objectifs des participants

## Un enjeu majeur de santé au travail

- Présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise
- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle
- Les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise

## L'activité physique dans sa situation de travail

- Description d'une situation de travail
- Combinaison des différentes activités (observables et non observables) dans la réalisation d'une tâche

## Le fonctionnement du corps humain et ses limites

- Le squelette
- Les ligaments, muscles, tendons et nerfs
- La colonne vertébrale
- L'articulation

## Les dommages liés à l'activité physique

- Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Les facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnement physique)

## Les risques d'atteinte à la santé

- Description de l'activité de l'entreprise et repérage des situations pouvant nuire à la santé des salariés
- Repères méthodologiques de l'analyse des déterminants de l'activité physique les facteurs de risques
- Analyse des déterminants de son activité physique dans sa situation de travail

## Les pistes d'amélioration

- Les principes généraux de prévention
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- Adaptation des outils de travail et du poste
- Les aides techniques à la manutention
- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Les principes de base de la manutention pour les personnes à mobilité réduite
- Faire remonter l'information aux personnes concernées

## La protection : les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort : les connaître et les appliquer à toutes les situations de travail
- Les différents équipements mécaniques et aides à la manutention : les connaître et savoir les utiliser

## Spécialisation Sanitaire et Social

- Identification des enjeux d'un accompagnement par rapport à la personne aidée et sa famille, à l'accompagnant et à l'établissement
- Evaluation du potentiel de la personne soignée ou aidée
- Règles à respecter dans la mise en œuvre des principes des manutentions des personnes : les étapes nécessaires aux déplacements
- naturels et la capacité nécessaire à la réalisation des déplacements
- Déplacement naturel de la personne : analyser la situation d'un accompagnement
- Mise en pratique des techniques de manutention manuelle
- Les aides techniques spécifiques 2s : les caractériser et les déterminer en fonction des personnes aidées

## Mise en forme des propositions

### Synthèse et bilan

- Synthèse et bilan
- Atteintes des objectifs et évaluation
- Certification Prap

### Effectif : jusqu'à 10 participants

### Précision : sur les 4 jours de la formation, 2 sont consacrés à l'accompagnement de la mobilité

- Précision : sur les 4 jours de la formation, 2 sont consacrés à l'accompagnement de la mobilité

### Périodicité du maintien des compétences : 2 ans

- Périodicité du maintien des compétences : 2 ans

### Durée de la formation du Maintien et actualisation des compétences (MAC) : 2 jours (dont 1 jour consacré à l'accompagnement de la mobilité)

- Durée de la formation du Maintien et actualisation des compétences (MAC) : 2 jours (dont 1 jour consacré à l'accompagnement de la mobilité)

### Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS

- Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS

### Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail

- Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail