

La **Prévention des Risques liés à l'Activité Physique** est l'outil indispensable pour instaurer une démarche de prévention.

Ces formations et leurs recyclages sont dispensés par un formateur PRAP certifié par le réseau Assurance maladie risques professionnels / INRS.

<p><b>Public concerné</b></p>	<p>La formation est ouverte à <b>tous salariés(ées) titulaire du certificat « PRAP 2S »</b> de moins de 24 mois.</p>		
<p><b>Prérequis</b></p>	<p>Être titulaire d'un certificat « PRAP 2S » de moins de 24 mois.</p>		
<p><b>Délai d'accès et modalités</b></p>	<p>Contact par mail ou téléphone demande de devis et étude faite en entreprise pour préparation et organisation de la formation délai 24h</p>		
<p><b>Tarif</b></p>	<p>1600 eu groupe de 4 à 10 personnes</p>		
<p><b>Nombre de participants</b></p>	<p>Limité à 10 personnes maximum.</p>		
<p><b>Durée</b></p>	<p><b>2 jours</b> soit <b>14 heures</b>. Suivant l'organisation de l'établissement ( Délai d'1 semaine maximum entre les jours de formation )</p>		
<p><b>Objectifs Généraux</b></p>	<p><b>Poursuivre, redynamiser et optimiser</b> la démarche de prévention mise en place dans l'établissement.</p>		
<p><b>Compétences Visées</b></p>	<p>La formation s'inscrit dans un principe d'acquisition de compétences. A l'issue de la formation, les stagiaires seront en capacité de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>DC 1 : Se situer en tant qu'acteur de prévention</b> des risques liés à l'activité physique de son entreprise.</li> <li>• <b>DC 2 : D'observer et d'analyser sa situation de travail</b> en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.</li> <li>• <b>DC 3 : Participer à la maîtrise du risque</b> dans son établissement et à sa prévention.</li> <li>• <b>DC 4 : Accompagner la mobilité d'une personne aidée</b> en prenant soin de l'autre et de soi.</li> </ul>		
<p><b>Modalité Pédagogiques</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pédagogie est basée sur une <b>interaction permanente</b> entre les participants et le formateur.</li> <li>• Le formateur <b>implique les participants</b> par une pédagogie interactive.</li> <li>• Diffusion de vidéos de présentations pédagogiques</li> </ul>		
<p><b>Équipements utilisés</b></p>	<table border="0"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p><u><b>Matériels de la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lit médicalisé électrique pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Fauteuil roulant à accoudoirs escamotables pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Disque de pivotement, draps de glisse, du matériel de verticalisation,</li> <li>• 1 soulève personne,</li> <li>• Planche de transfert,</li> </ul> <p><u>Salle de Formation équipée</u> : Paperboard / tableau blanc / Vidéoprojecteur.</p> </td> <td style="vertical-align: top;"> <p><u><b>Documents et aides à la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ED 110</b> Qui informer ?,</li> <li>• <b>ED 7201</b> mémento acteur PRAP,</li> <li>• <b>ED 7202</b> Guide à l'usage des aidants et des soignants,</li> <li>• <b>ED 6161</b> Méthode Analyse Charge Physique</li> <li>• Fiche d'observation et d'analyse d'une situation de Travail,</li> <li>• Guide d'utilisation de la fiche d'observation et d'analyse formation d'acteur.</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p><u><b>Matériels de la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lit médicalisé électrique pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Fauteuil roulant à accoudoirs escamotables pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Disque de pivotement, draps de glisse, du matériel de verticalisation,</li> <li>• 1 soulève personne,</li> <li>• Planche de transfert,</li> </ul> <p><u>Salle de Formation équipée</u> : Paperboard / tableau blanc / Vidéoprojecteur.</p>	<p><u><b>Documents et aides à la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ED 110</b> Qui informer ?,</li> <li>• <b>ED 7201</b> mémento acteur PRAP,</li> <li>• <b>ED 7202</b> Guide à l'usage des aidants et des soignants,</li> <li>• <b>ED 6161</b> Méthode Analyse Charge Physique</li> <li>• Fiche d'observation et d'analyse d'une situation de Travail,</li> <li>• Guide d'utilisation de la fiche d'observation et d'analyse formation d'acteur.</li> </ul>
<p><u><b>Matériels de la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lit médicalisé électrique pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Fauteuil roulant à accoudoirs escamotables pour 4 ou 5 stagiaires,</li> <li>• Disque de pivotement, draps de glisse, du matériel de verticalisation,</li> <li>• 1 soulève personne,</li> <li>• Planche de transfert,</li> </ul> <p><u>Salle de Formation équipée</u> : Paperboard / tableau blanc / Vidéoprojecteur.</p>	<p><u><b>Documents et aides à la formation :</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ED 110</b> Qui informer ?,</li> <li>• <b>ED 7201</b> mémento acteur PRAP,</li> <li>• <b>ED 7202</b> Guide à l'usage des aidants et des soignants,</li> <li>• <b>ED 6161</b> Méthode Analyse Charge Physique</li> <li>• Fiche d'observation et d'analyse d'une situation de Travail,</li> <li>• Guide d'utilisation de la fiche d'observation et d'analyse formation d'acteur.</li> </ul>		

**Modalité  
d'évaluation**

En vue de l'obtention du **certificat PRAP 2S**, les compétences seront **évaluées en continu** durant la formation par le formateur PRAP. **Une épreuve de certification** portera sur l'observation et l'analyse d'une situation de travail avec une mise en pratique qui correspond au plus proche à des situations réelles.

La certification obtenue est **valable 24 mois** : avant la fin de cette période de validité, l'acteur PRAP 2S devra suivre et valider une session de recyclage « **Maintien et d'Actualisation de ses compétences (MAC)** » d'acteur PRAP2S pour prolonger la validité de son certificat de 24 mois.

Pour mesurer **les compétences professionnelles obtenues** lors de la session d'apprentissage, **une évaluation à froid** au bout de **6 mois** sera proposée à l'établissement.



## CONTENU DE FORMATION

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES		ÉLÉMENTS DE CONTENU	METHODE
<b>1<sup>ère</sup> journée</b>			
<b>MATIN</b>	<b>Présentation des participants(es), du formateur et du déroulé de la formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation détaillée de la formation</li> <li>- Présentation de l'intervenant et des participants</li> <li>- Les attentes de chacun</li> <li>- Retours d'expériences, axes d'améliorations proposés, évolution du poste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tour de table</li> <li>- Exposé</li> </ul>
	<b>Rester acteur prévention dans son établissement</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Reprendre les intérêts de la prévention</i></li> <li>➤ <i>Comprendre les intérêts interne à l'établissement</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les différents enjeux et intérêts</li> <li>- Accidents de travail / maladies professionnelles</li> <li>- Les différents acteurs et la définition de leurs rôles</li> <li>- Comment communiquer et transmettre l'information</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apports théoriques</li> <li>- Documents et indicateurs de l'établissement</li> </ul>
	<b>Les risques dans son métier</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Se rappeler du danger au travail</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le mécanisme d'apparition du dommage</li> <li>- Les principaux risques de son métier et les effets induits</li> <li>- Repérer dans son métier les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail de groupe.</li> <li>- Apports théoriques</li> </ul>
	<b>Le corps humain un outil fragile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Retrouver les limites du corps humain</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le fonctionnement du corps humain</li> <li>- Repérer les limites du fonctionnement</li> <li>- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail de groupe</li> <li>- Apports théoriques</li> <li>- Vidéos</li> </ul>
	<b>Economiser sa santé</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Revoir les principes de sécurité et d'économie d'effort</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail de groupe</li> <li>- Apports théoriques et pratiques</li> </ul>
	<b>Observer son travail</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Rafraichir sur ce qui peut nuire à sa santé dans le cadre de son poste de travail</i></li> <li>➤ <i>Travailler sur les risques à son poste de travail</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observer et décrire son activité</li> <li>- Reconnaître les principaux risques de son métier</li> <li>- Les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail de groupe</li> <li>- Feuille d'analyse</li> <li>- Vidéos de cas concret</li> </ul>

PAUSE REPAS				
OBJECTIFS PEDAGOGIQUES		ÉLÉMENTS DE CONTENU		METHODE
1 <sup>ère</sup> journée				
APRÈS-MIDI	<b>Participer à la maîtrise du risque</b> ➤ Vérifier les axes améliorations dans sa pratique professionnelle	- Retour de pratique - Identifier les besoins, les axes d'amélioration - Les propositions en lien avec les 9 Principes Généraux de Prévention – PGP	- Travail individuel - Feuille d'analyse	
	<b>Les déplacements naturels</b> ➤ Etudier les étapes des déplacements ➤ Analyse de la situation d'un accompagnement	- Décrire les différents déplacements naturels - Repérer les étapes d'un déplacement naturel - Analyser la capacité de la personne aidée	- Travail de groupe - Vidéos	
	<b>Analyser la situation de l'accompagnement</b> ➤ Evaluer la personne aidée ➤ Observer l'environnement ➤ Identifier les risques	- Connaître les possibilités de la personne aidée - Repérer les déterminants liés à l'environnement - Observer Les risques pour les personnes aidées et accompagnants	- Travail de groupe - Equipement de l'établissement	
	<b>Caractériser l'aide technique</b> ➤ Déterminer l'aide technique	- Choisir l'aide technique suivant les personnes aidées et le contraintes environnementales	- Travail de groupe	

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES		ÉLEMENTS DE CONTENU	METHODE
<b>2ème journée</b>			
<b>MATIN</b>	<b>CERTIFICATION 2s</b>		Travail individuel
	<b>Accompagner la personne aidée</b> ➤ <i>Mettre en pratique l'analyse</i>	- Guider la personne aidée - Compenser les incapacités par une assistance sans portage	- Travail de groupe - Mise en situation
<b>Pause Déjeuner</b>			
<b>APRES-MIDI</b>	<b>CERTIFICATION Aide à La Mobilité</b>		Travail individuel
	<b>Economiser sa santé</b> ➤ Les principes de sécurité et d'économie d'effort	- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort	- Travail de groupe - Apports théoriques et pratiques
	<b>Aides techniques</b> ➤ Revoir les différents équipements mécaniques et aides à la manutention Mise en pratique	- Utilisation des aides techniques en fonction de la personne accompagnée	- Travail de groupe - Equipement de l'établissement
	<b>Bilan de formation</b>	- Les appréciations de la formation - Evaluation à chaud de la formation	-Feuille évaluation de la formation - Tour de table