



Mise à jour févr. 2025

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

Durée 4 jours (28 heures)

« Délai d'accès maximum 1 mois »

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Contribuer à la mise en œuvre de la Prap, en proposant des améliorations techniques et organisationnelles, en maîtrisant les risques

PARTICIPANTS

- Tout public

PRE-REQUIS

- Pas de prérequis spécifique

MOYENS PEDAGOGIQUES

- 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.

MODALITES D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée,
- Evaluation des acquis tout au long de la formation,
- Questionnaire de satisfaction,
- 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,
- Sanction finale : Certificat de réalisation, certification éligible au RS selon l'obtention du résultat par le stagiaire

MOYENS TECHNIQUES EN PRESENTIEL

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation, équipée d'ordinateurs, d'un vidéo projecteur d'un tableau blanc et de paperboard. Nous préconisons 8 personnes maximum par action de formation en présentiel

MOYENS TECHNIQUES DES CLASSES EN CAS DE FORMATION DISTANCIELLE

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et éventuellement une caméra pour l'apprenant,
- suivez une formation uniquement synchrone 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-Entreprise 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. Nous préconisons 4 personnes maximum par action de formation en classe à distance

ORGANISATION

- Les cours ont lieu de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30.

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.

A L'ATTENTION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

- 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.

20 mai-23 mai
01 sept.-04 sept.
24 nov.-27 nov.

Nantes / Rennes : 1800 € HT

Brest / Le Mans : 1800 € HT

Certification : NON

Programme de formation

Ouverture de la formation (01h30)

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

Un enjeu majeur de santé au travail (03h15)

- 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 (01h30)

- 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 (03h15)

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

Les dommages liés à l'activité physique (02h15)

- 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 (02h15)

- 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 (05h30)

- 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 (01h30)

- 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 (05h30)

- 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 (00h45)

Synthèse et bilan (01h30)

- Atteintes des objectifs et évaluation
- Certification Prap

Effectif : jusqu'à 10 participants (00h45)

Précision : sur les 4 jours de la formation, 2 sont consacrés
à l'accompagnement de la mobilité (00h45)

Périodicité du maintien des compétences : 2 ans (00h45)

Durée de la formation du Maintien et actualisation des
compétences (MAC) : 2 jours (dont 1 jour consacré à
l'accompagnement de la mobilité) (00h45)

Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS (00h45)

Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail
(00h00)