

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)

### Orientation / Classification :

Devenir acteur de la prévention et force de proposition en matière d'évaluation des risques professionnels dans sa structure. Connaître les risques liés à son métier. Savoir observer, décrire, analyser sa situation de travail et proposer des actions d'améliorations concrètes.



**Public concerné :**

Soignant ou faisant fonction, intervenant à domicile manutentionnant des personnes à mobilité réduite.



**Durée :**

2x2 jours de formation soit 28h au total réparties ainsi : 1ère et 2ème journée consécutive. Temps d'intersession d'une semaine pendant lequel il est attendu un travail personnel (Évaluation d'une situation de travail dangereuse à l'aide de la grille d'analyse présentée en formation). 3ème et 4ème journées consécutives.



**Tarif :**

Sur devis personnalisé \* (1)

\*1Groupe = Mini 4 personnes / Max 10 personnes



**Prise en charge :**

Selon les modalités de ou des établissements et ou structures spécialistes de l'environnement médico-social



**Format :**



- Maximum 10 participants
- Minimum 4 participants



**Date & lieux :**

Sur demande

Délais d'accès : nous contacter pour effectuer votre demande par téléphone au 05 47 74 52 00 ou par e-mail à solene@proformed. fr. Votre demande sera prise en charge entre le moment de l'ouverture de la formation sur le site et ceci jusqu'à 7 jours avant le démarrage de la formation. Ceci sous réserve de place disponible et de la validation de votre paiement.

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)



### Présentation de la Formation :

Notions de base en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique dans la santé et la sécurité au travail (acteurs internes/externes, AT/MP, sinistralité de la branche, risques professionnels, cadre juridique).  
Les enjeux : Humain, Réglementaire, Économique  
Anatomie et TMS (Troubles musculo-squelettique)  
Principes de sécurité physique d'économie d'effort durable / principes d'aide à la mobilité. Notions de danger, de risque et de situation de travail dangereuse. Notions de prévention et de protection. Identification de la charge mentale et de la charge émotionnelle. L'accompagnement de la mobilité des personnes en prenant soin de l'autre et de soi. Apprentissage des techniques de manutention et utilisation du matériel d'aide aux transferts (planche de transfert, drap de glisse, disque de pivotement, lève personne, verticalisateur, lit médicalisé). Étude d'un poste de travail (Situation de travail dangereuse) – utilisation de la grille d'analyse de situation de travail dangereuse. Proposition d'actions d'amélioration. La démarche PRAP-2S dans l'entreprise : cheminement des grilles d'analyse, rôle de l'animateur en prévention des risques, de l'acteur PRAP-2S, et du comité de suivi, communication, alimentation du DUERP. Épreuve certifiante.



### Objectifs de la Formation :

#### Objectif général :

- Comprendre les objectifs et l'organisation de la formation
- Identifier les différents enjeux humains, économiques, réglementaires et juridique
- Connaître les risques de son métier
- Comprendre le fonctionnement de base de l'appareil locomoteur de l'être humain
- Comprendre le lien entre travail et pathologies liées au travail



### Outils pédagogiques :

Recueil des attentes. Utilisation de matériel selon référentiel PRAP-2S (outils INRS), vidéo projecteur, paperboard, présentation Powerpoint, supports pédagogiques divers. Matériel d'aide aux transferts. Alternance d'apports théoriques et pratiques. Pédagogie heuristique, explicative, démonstrative, applicative.

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)

### Contenu de la formation :

#### 1 - Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son établissement

- *Comprendre l'intérêt de la prévention*
  - o Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
  - o Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
  - o Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- *Connaître les risques de son métier*
  - o Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
  - o Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
  - o Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

#### 2 - Observer et 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

- *Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain*
  - o Connaître le fonctionnement du corps humain
  - o Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
  - o Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé
- *Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé*
  - o Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
  - o Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
  - o Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

#### 3- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

- *Proposer des améliorations de sa situation de travail*
  - o Apartir des causes identifiées au cours de son analyse
  - o En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
  - o En prenant en compte les principes généraux de prévention
- *Faire remonter l'information aux personnes concernées*
  - o Identifier les personnes concernées

- o Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement
- *Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort*
  - o Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
  - o Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention

#### 4- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

- *Identifier les enjeux d'un accompagnement*
  - o Argumenter les enjeux pour la personne aidée et sa famille
  - o Identifier les enjeux pour l'accompagnant
  - o Identifier les enjeux pour l'établissement
- *Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir*
  - o Repérer les étapes nécessaires aux déplacements naturels
  - o Déterminer les capacités nécessaires à la réalisation des déplacements
- *Analyser la situation d'un accompagnement*
  - o S'assurer des possibilités de la personne aidée à réaliser seule son déplacement
  - o Identifier les capacités de la personne aidée à réaliser les étapes du déplacement naturel
  - o Identifier les déterminants liés à l'environnement qui facilitent ou limitent le déplacement
  - o Prendre en compte les risques pour la personne aidée et l'accompagnant
- *Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement*
  - o Identifier les aides techniques au regard des contraintes environnementales
  - o Déterminer les aides techniques en fonction des caractéristiques des personnes aidées
- *Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi*
  - o Prendre en compte le résultat de l'analyse de la situation d'accompagnement
  - o Guider la personne aidée en respectant les étapes du déplacement naturel
  - o Compenser les incapacités par une assistance sans portage délétère en intégrant si nécessaire une aide technique.

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)

### Programme

#### Jour 1

#### Séquence 1

- Présentation
- Objectifs de la formation
- Les enjeux de la prévention
- Les risques du métier
- Présentation du dispositif et rôles des différents acteurs
- Fonctionnement et limites du corps humain

#### Pause déjeuner

#### Séquence 2

- Principes de prévention
- Les PSPEE
- Ces principes adaptés à l'ALM
- Les mouvements naturels du corps humain
- Les enjeux de l'ALM

#### Jour 2

#### Séquence 3

- Notion de Situation de travail (ITAMaMi)
- Différents niveaux d'implication de l'homme au travail
- Observation de la situation de travail
- Analyse de sa situation de travail à l'aide de la grille d'observation et d'analyse PRAP

#### Pause déjeuner

#### Séquence 4

- Le schéma décisionnel
- L'accompagnement à la mobilité des personnes
- Consignes travaux d'intersession

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)

### Programme

#### Travail personnel : Intersession en établissement

- Travail d'intersession à réaliser :
- Analyse d'une situation de travail à risques à l'aide de la grille d'observation et d'analyse PRAP
- Mise en application du schéma décisionnel dans un accompagnement

#### Jour 3

##### Séquence 5

- Débriefing par le formateur sur le travail intersession
- Réactivation mémoire
- La recherche de pistes de solutions
- Épreuve certificative prévention

#### Pause déjeuner

##### Séquence 6

- Révision de l'accompagnement à la mobilité
- Introduction des aides techniques

#### Jour 4

##### Séquence 7

- Certification ALM

#### Pause déjeuner

##### Séquence 8

- La remontée des informations et la communication
- Réunion du groupe projet
- Bilan de fin de formation écrit
- Bilan oral avec un membre de l'encadrement ou de la direction

## PRAP 2S (Prévention des risques liés à l'activité physique dans le secteur médico-social)



### Formateur

**LAURENT ANDREO**

GÉRANT D'UNE SOCIÉTÉ DE  
COMMUNICATION & PRÉSIDENT D'UN  
ORGANISME DE FORMATION

**Formateur prévention & sécurité**

- Formateur certifié par l'INRS "PRAP"
- Formateur spécialiste de la prévention des risques professionnels
- Formateur certifié par l'INRS "SST"
- Formateur de secours
- Formateur spécialiste de la prévention

