

# FORMATION

## PRAP 2S/ALM - Prévention des Risques Liés à l'Activité Physique - Secteur Sanitaire et Médico-Social

Programme de formation établit conformément aux dispositions en vigueur article I6353-1.



En fonction des thématiques : Formation INTRA et/ou INTER entreprise  
(dans votre établissement ou dans nos locaux)



Répondre aux obligations légales du code du travail et du code pénal

### RÉFÉRENCE :

MOD\_2021029

Date dernière édition : 06/09/2024

### DUREE :

28 heures

Formation dispensée sur 4 jours non consécutifs

### EFFECTIF :

De 2 à 10

### PUBLIC

Cette formation s'adresse à tous les membres du personnel des établissements de secteur sanitaire et médico-social (hôpitaux, EHPAD, etc.) et toute personne ayant des activités de soins et d'aide.

### PRE-REQUIS

Aucun

### INFORMATION SUR L'ADMISSION

Validation par le centre de formation de l'analyse du besoin envoyée en amont de la formation.

### FORMATEUR

Formateurs PRAP 2S certifiés par l'INRS à jour de leurs formations continues.

### ATTRIBUTION FINALE

Certificat Acteur PRAP 2S ALM de l'INRS (sous réserve de la participation à l'ensemble de la formation et ayant réussi aux tests pédagogiques conformément au référentiel de compétence). Attestation de formation.

### DOCUMENT PÉDAGOGIQUE :

Documentation INRS

Remise d'un livret reprenant les enseignements clés de la formation.

### OBJECTIF DE LA FORMATION :

La formation PRAP 2S ALM a pour objectif de permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles. Être acteur de sa propre prévention et devenir acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique de son entreprise en sachant proposer des améliorations techniques, organisationnelles et humaines et en maîtrisant les risques sur lesquels il est possible d'agir. D'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

- 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 dans le milieu sanitaire et médico-social.
- Être capable d'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### MAINTIEN DES CONNAISSANCES :

La validité de ce certificat est fixée à deux ans, et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'une session de « Maintien et Actualisation des Compétences » (MAC) tous les 24 mois, ainsi qu'à la réussite de l'épreuve certificative.

### APPROCHE PÉDAGOGIQUE :

Echange avec la direction en amont de la formation.

- Exposés interactifs
- Démonstrations par le formateur
- Mises en situation des stagiaires avec utilisation de matériel pédagogique : 1 caisse avec et sans poignées, 1 fauteuil roulant à accoudoirs escamotables pour 4 ou 5 stagiaires, 1 lit médicalisé électrique pour 4 ou 5 stagiaires, disques de pivotement, planches de transfert, draps de glisse, matériel de verticalisation (verticalisateur, guidon de transfert...), soulève personne, tout autre objet correspondant à l'activité de l'établissement et les aides techniques associées.

### RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES :

"L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles d'une information sur les risques qu'ils encourent (...) d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation (...) les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles". Article R. 4541-8 du Code du travail.

# FORMATION

## PRAP 2S/ALM - Prévention des Risques Liés à l'Activité Physique - Secteur Sanitaire et Médico-Social

Programme de formation établit conformément aux dispositions en vigueur article l6353-1.

### PROGRAMME :

**Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement :**

Comprendre l'intérêt de la prévention

- Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
- Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

Connaitre les risques de son métier

- Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
- Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

**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.

- Connaitre le fonctionnement du corps humain
- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé

Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé

- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
- Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

**Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention :**

Proposer des améliorations de sa situation de travail

- A partir des causes identifiées au cours de son analyse
- En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
- En prenant en compte les principes généraux de prévention

Faire remonter l'information aux personnes concernées

- Identifier les personnes concernées
- 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

- Connaitre et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
- Connaitre et utiliser les différentes équipements mécaniques et aides à la manutention
- Maîtriser les principes de mobilisation des personnes : du lit au lit / du lit au fauteuil et retour / du fauteuil à la fenêtre et retour
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### EVALUATION :

L'évaluation formative et l'évaluation certificative sont réalisées conformément aux référentiels de l'INRS.

A l'issue de ces évaluations, pourront valablement être reconnus au titre d'acteur PRAP 2S ALM et valider leur certificat, les candidats qui ont suivi l'intégralité de la formation en présentiel et qui sont aptes à mettre en œuvre l'ensemble des compétences attendues.

**Taux de réussite de cette formation : 95%**

**Taux de satisfaction de cette formation : 87%**



## FORMATION

# PRAP 2S/ALM - Prévention des Risques Liés à l'Activité Physique - Secteur Sanitaire et Médico-Social

Programme de formation établit conformément aux dispositions en vigueur article I6353-1.

---