



Formation / Prévention des risques professionnels

Formation PRAP 2S ALM

Formation Prévention des Risques liés à l'Activité Physique - Aide à la Mobilité

Programme de formation – modalités pédagogiques

28H00

ORGANISATION

OBJECTIF DE LA FORMATION

Cette formation a pour objectif de vous informer et de vous sensibiliser aux **différents gestes et postures à adopter dans le cadre de votre travail au sein de votre établissement de soins**. Ainsi, c'est par le biais de mises en pratique et d'enseignements théoriques sur le fonctionnement du corps humain que vous prendrez conscience que vous êtes acteur de votre sécurité.

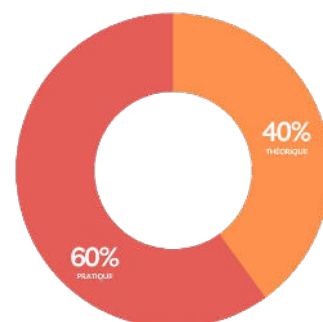
PUBLIC VISÉ

L'ensemble du **personnel travaillant au sein d'établissements sanitaire et médico-social** (hôpital, EPHAD).

Ce dispositif est également conçu pour les directeurs, les soignants, les encadrants ainsi que les animateurs.

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Identifier et caractériser **l'activité physique dans sa situation de travail**
- Repérer les **risques physiques** en utilisant les connaissances **anatomiques et physiologiques sur le corps humain**.
- Identifier les **éléments déterminants** des gestes et postures de travail.
- Soumettre des **solutions pour éviter**, ou du moins, **réduire les risques identifiés**.
- **Limiter les risques** liés à la manutention manuelle de personnes à mobilité réduite **en appliquant les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort** pertinents.



PRÉREQUIS ✓
Aucun prérequis.

DURÉE ✓
28H00

LIEU DE FORMATION ✓
Directement dans votre établissement en cas de formation intra-entreprise.

EFFECTIF ✓
De 6 à 12 apprenants.

NIVEAU DE CONNAISSANCE PRÉALABLE ✓
REQUIS POUR SUIVRE CETTE FORMATION
Une compréhension du Français et savoir écrire sont nécessaires afin de comprendre les instructions de sécurité.

ATTRIBUTION FINALE ✓
Certificat d'acteur PRAP délivré par l'INRS.
Enregistrement dans les registres.

DOCUMENT NÉCESSAIRE ✓
Aucun justificatif n'est demandé pour participer à cette formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES ✓
Prendre contact avec le centre de formation ALERTIS afin que nous puissions examiner la possibilité d'intégration et de mise en place de la formation. (interprète, accès PMR, etc.)

Centre de formation ALERTIS SECURITE PREVENTION

20, avenue des Frères MONTGOLFIER - Espace Mi-Plaine - 69 680 CHASSIEU | Tel : 04 78 90 46 30
www.alertis.fr | Contact : <https://www.alertis.fr/contact/> | Mail : info@alertis.fr

N° de déclaration organisme de formation : 82 69 10978 69



Formation PRAP 2S ALM

Formation Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

Programme de formation – modalités pédagogiques

MOYENS D'ENCADREMENT ↙

Formateur spécialisé en gestes et postures et/ou titulaire du certificat PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique).

Cette démarche ALM demande un engagement de tous les acteurs faisant vivre la structure, de la direction à l'encadrement en passant par les soignants.

Elle implique de former l'ensemble du personnel, d'aménager les locaux de sorte à favoriser les déplacements autonomes des patients, d'équiper d'outils d'aide au déplacement.

MODALITES D'ÉVALUATION DES ACQUIS ↙

L'évaluation finale se déroule selon le document de référence de l'Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS)

DÉLAI D'INSCRIPTION ↙

Inscription 24H00, au plus tard, avant le début de la session, sous réserve des places disponibles.

DISPOSITIF DE SUIVI DE L'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION ↙

- Feuilles d'émargements.
- Exercices pratiques

DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES ↙

Remise d'un fascicule qui reprend l'intégralité de la formation. **Les diapositives** issues du support projeté sont reprises dans le livret de formation.

ENGAGEMENT QUALITÉ ↙

Conforme au référentiel QUALIOPI et DATADOCK.

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES ↙

COMPÉTENCES 1 /

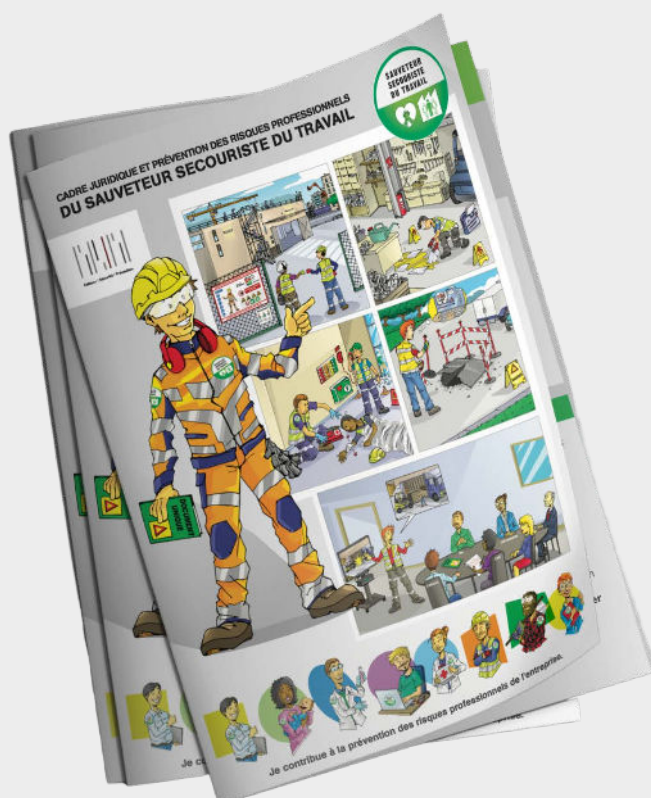
Initier et développer une démarche de prévention des risques professionnels dans son établissement

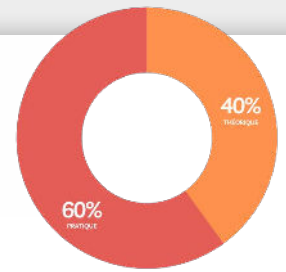
- Prendre en compte les enjeux humains, financiers et juridiques de la S&ST pour l'établissement et son Chef d'établissement.
- S'engager dans une démarche de prévention dans l'ensemble des activités de l'établissement.

COMPÉTENCES 2 /

Manager la Santé & Sécurité au Travail de son établissement

- Mobiliser les différents acteurs internes dans la démarche de prévention de l'établissement.
- Piloter le(s) projet(s) de prévention des risques professionnels en s'appuyant sur l'Animateur Prévention (AP).
- Représenter l'établissement auprès des acteurs externes de la prévention et des partenaires institutionnels





PARTIE THEORIQUE 40% (8H30)

1 Les enjeux de la formation-action PRAP

2 Se situer dans le dispositif PRAP

3 La place de l'activité physique au travail

- 3.1 Les notions liées aux dangers et risques
- 3.2 Les accidents de travail et maladies professionnelles
- 3.3 L'Homme en situation de travail
- 3.4 La notion de charge de travail

4 Les atteintes de l'appareil locomoteur et ses conséquences sur la santé

- 4.1 Les TMS des membres inférieurs
- 4.2 Les atteintes au niveau du dos
- 4.3 Les TMS des membres supérieurs

5 Les facteurs de risques et de sollicitation

- 5.1 Les facteurs de risques
- 5.2 Les sollicitations de l'appareil locomoteur
- 5.3 La fatigue visuelle

6 Une situation de travail

- 6.1 Éléments et analyse de sa situation de travail
- 6.2 L'outil d'observation et d'analyse de situation de travail dangereuse PRAP 2S (document INRS)

7 Facteurs pour de meilleures conditions de travail

8 Les aides techniques à la manutention

9 Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

10 Les aides techniques spécifiques 2S

PARTIE PRATIQUE 60% (12H30)

1 Retour sur expérience et partage d'informations

- 1.1 Reconnaissance et présentation des risques de son métier et les effets induits
- 1.2 Échanges avec le groupe sur différents axes d'améliorations

2 Analyse de situations de travail

- 2.1 Situations réelles de travail en appui sur le fonctionnement du corps humain
- 2.2 Sa situation réelle de travail en appui sur le fonctionnement du corps humain
- 2.3 L'outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail dangereuse PRAP 2S

3 La maîtrise du risque

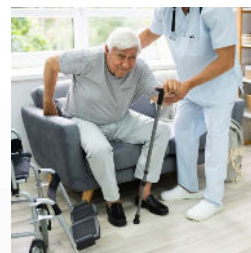
- 3.1 Pistes d'amélioration à intégrer dans ses pratiques professionnelles
- 3.2 Les Principes Généraux de Prévention

4 Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction de votre activité

- 4.1 L'application des principes lors de techniques de lever-posier-porter-déplacer-déposer de charges inverses
- 4.2 Les différents équipements mécaniques et aides à la mobilisation
- 4.3 Les aides techniques de mobilisation des personnes à mobilité réduite

Bilan de la formation et procédure administrative

- Remise d'un livret de formation reprenant l'intégralité de la formation
- Signature des fiches de présence.



Formation PRAP 2S ALM

Formation Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

Programme de formation – modalités pédagogiques



METHODE PEDAGOGIQUE

Méthode active participative basée sur l'alternance de transmission de savoirs et **ateliers pratiques** afin de mettre en application le vécu professionnel des apprenants.

Accompagnement personnalisé par des méthodes d'écoute et de questionnement.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Le déroulement de la formation alterne les parties **théoriques et pratiques**.

- **Étude de cas, exposé interactif**, démonstration pratique, mises en situations professionnelles
- Mise en situation
- **Exercices dans l'entreprise**

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Support de projection :

- **Accueil des stagiaires** dans une salle dédiée à la formation *(afin de suivre un diaporama animé par le formateur dans de bonnes conditions et réaliser les exercices pratiques)*
- **Illustrations claires et synthétiques** facilitant la compréhension et la mémorisation

Livret de formation :

- **Fascicule de formation Gestes et postures** richement illustrées reprenant l'intégralité de la formation

Matériel apporté :

Pour la partie théorique :

- Modèles de vertèbres avec dégénérescence progressive
- Mannequin porteur qui indique la position des vertèbres lors d'une manutention
- Vertèbre avec sciatique ou hernie discale
- Ordinateur et vidéoprojecteur

Pour la partie pratique :

- Chasuble sonnante lorsque le porteur adopte une mauvaise posture
- Petites charges de manutention : caisses avec poignées et sans poignée
- Petit fût et seaux
- Bouteille de gaz
- Aides techniques : diable, chariot manutention gants



Centre de formation ALERTIS SECURITE PREVENTION

20, avenue des Frères MONTGOLFIER - Espace Mi-Plaine - 69 680 CHASSIEU
Tel : 04 78 90 46 30

www.alertis.fr | Contact : <https://www.alertis.fr/contact/> | Mail : info@alertis.fr

N° de déclaration organisme de formation : 82 69 10978 69



**CONTACTEZ
NOUS !**