



# FORMATION PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE – PRAP 2S

OPRAPS 1

Formation certifiée INRS.

Présentiel - Synchrone

Avec 95 accidents du travail avec arrêt pour 1000 salariés, l'indice de fréquence de l'aide et du soin à domicile est bien au-delà de la moyenne nationale. Les pathologies du dos et les troubles musculosquelettiques des membres supérieurs sont en grande partie à l'origine des maladies professionnelles du secteur. La première cause est le port de charges et l'accompagnement du bénéficiaire dans sa mobilité dans la moitié des cas.

Décret du 3 septembre 1992 : Faire bénéficier les travailleurs d'une démarche globale de prévention qui vise à adapter les situations de travail à la personne.

Cette formation, action des acteurs PRAP 2S, doit être intégrée dans le projet de prévention des risques professionnels de l'établissement (Document unique).

## Objectifs

Devenir Acteur PRAP afin de participer à la démarche de prévention des risques liés à toutes activités physiques dans l'établissement et proposer des améliorations de ses conditions de travail.

### Public Visé

Tout public travaillant dans des activités d'aide et de soins en établissement ou domicile.

### Pré Requis

Aucun

## Objectifs pédagogiques et d'évaluation

- Connaître les risques de son métier afin de repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa santé
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur la connaissance du fonctionnement du corps humain afin d'identifier les différentes atteintes à la santé encourues
- Participer à la maîtrise du risque en proposant des axes d'améliorations (techniques ou organisationnelles) et en mobilisant les personnes concernées

## Parcours pédagogique

**Tour de table :** Présentation formateur/ stagiaires, organisation de la formation, métiers, conditions de travail, connaissances du sujet et des notions d'ALM, difficultés rencontrées, attentes.

### La prévention des risques pour devenir acteur au sein de son entreprise ou son établissement

- La notion de situation de travail, dangers, risques, risques et dommages
- Connaître les risques de son métier : le mécanisme d'apparition du dommage, les principaux risques de son métier et les effets induits
- Intérêt de la prévention : les enjeux pour l'entreprise/ établissement, les différents acteurs et leurs rôles
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les risques et dommages potentiels liés à l'activité physique
- Participer à la maîtrise des risques dans son entreprise en proposant des améliorations se basant sur les principes généraux de prévention
- Les remontées d'information aux personnes concernées et en utilisant les modes de communication identifiés dans l'entreprise
- Les principes de sécurité et d'économie d'effort

### Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi (14h)

- Identifier les enjeux d'un accompagnement
- Analyser une situation d'accompagnement en prenant en compte différents facteurs afin de mettre en œuvre un accompagnement adapté et sécurisé
- Compenser les incapacités par une assistance technique

## Méthodes pédagogiques

Version : OPRAPS1-20260608

● **ASFO Grand Sud**  
Siret : 834 204 273 00017  
N° déclaration activité : 76310897031

● **ASFO Grand Sud GP**  
Siret : 508 047 529 00039  
N° déclaration activité : 73810082681

● **CEFIRC**  
Siret : 433 785 946 00032  
N° déclaration activité : 72640201664

● **ASFO Grand Sud Pays Catalan**  
Siret : 939 696 886 00018  
N° déclaration activité : 76660309966



## Méthodes pédagogiques

Alternance entre apports théoriques et analyse des situations de travail sur le terrain (les stagiaires analysent leur propre activité physique). Mise en commun des analyses au moyen d'une grille d'observation «Recherche des déterminants de l'activité physique» et «Recherche de pistes de solutions/axes d'amélioration avec le personnel», réalisation de travaux intersessions (observation d'une situation de travail de l'entreprise par groupe de 2 ou 3), réalisation d'une synthèse qui sera remise à la hiérarchie et aux personnes ressources, livret. Matériel : 1 fauteuil roulant manuel à accoudoirs escamotables et repose pieds, 1 lit médicalisé pour 5 stagiaires (avec potence et poignée réglable et barrières escamotables), 1 fauteuil, disques de pivotement, planchettes de transfert, draps de glisse, lève personne suspendu sur rail, verticalisateur électrique, cannes,

## Qualification Intervenant-e-s

Formateur spécialisé dans le domaine, certifié par l'INRS

## Méthodes et modalités d'évaluation

Validation des acquis lors d'une évaluation certificative réalisée par le formateur, en vue de la délivrance d'un Certificat d'Acteur PRAP 2S valable 24 mois. Ce certificat peut être reconduit après obtention

## Modalités d'accessibilité handicap

Accès PMR



### Durée

28.00 Heures

4 Jours

### Effectif

10 personnes maximum