

# PRAP 2S

Prévention des **Risques liés à l'Activité Physique**  
Sanitaire et médico-Social

## Formation Initiale

### Objectifs pédagogiques :

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- 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.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### Prérequis :

Aucun.

### Public concerné :

Tous les salariés d'entreprises en lien avec le secteur sanitaire et médico-social.  
Groupe constitué de 5 à 10 personnes.

### Durée de la formation :

4 journées non consécutives de préférence (28 heures).

### Tarif :

Réalisable en INTRA dans vos locaux: nous contacter pour un devis.  
Tarifs et renseignements au 01 86 90 01 92 ou par mail [contact@ostrafor.fr](mailto:contact@ostrafor.fr).

### Validation :

Remise d'un certificat acteur PRAP 2S (valide 2 ans).

### Modalités pédagogiques :

Présentiel.

### Lieu de la formation :

Les sessions sont réalisées de préférence en entreprise.

### Accessibilité :

Nous contacter pour une identification des besoins.

### Maintien et Actualisation des Compétences :

2 journées (14 heures) tous les 2 ans.

### PROGRAMME

- Comprendre l'intérêt de la prévention.
- Connaître les risques de son métier.
- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain.
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé.
- Proposer des améliorations de sa situation de travail.
- Faire remonter l'information aux personnes concernées.
- Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Identifier les enjeux d'un accompagnement.
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir.
- Analyser la situation d'un accompagnement.
- Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement.
- Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET ENCADREMENT

Mises en situation à partir de l'observation et de l'analyse des situations de travail de chaque participant. Le formateur analyse, adapte son contenu pédagogique et donne les conseils adéquats.

Implication des participants dans la proposition de pistes d'amélioration au sein de l'entreprise.

La formation est dispensée par des formateurs habilités par l'INRS.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la formation au travers des mises en situation et exercices proposés. Questionnaire d'évaluation des acquis. Épreuve certificative à l'issue de la session de formation.

Un certificat PRAP 2S sera délivré au participant ayant assisté à l'ensemble de la formation et satisfait aux tests pédagogiques conformément au référentiel de compétences. Ce certificat a une durée de validité de 24 mois et devra faire l'objet d'une remise à niveau MAC.