

---

## Programme de Formation

---

### Devenir acteur en prévention des risques liés aux activités physiques - PRAP2S

Cette formation-action permet aux professionnels accompagnant des personnes à mobilité réduite d'acquérir les compétences pour être Acteur de sa prévention et Acteur de la prévention dans l'établissement.

Les enjeux et objectifs de la formation-action, véritable pilier de la démarche de prévention des risques liés aux activités physiques, engageront l'établissement dans une démarche globale et individuelle de prévention des risques professionnel.

#### Organisation

---

**Durée :** 28 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

#### Contenu pédagogique

---



##### **Public visé**

Professionnels des établissements médico-sociaux et de santé dont l'activité se caractérise majoritairement par l'accompagnement à la mobilité des personnes.



##### **Objectifs pédagogiques**

- Repérer les risques liés à l'activité physique et leurs conséquences sur la santé.
- Analyser son activité professionnelle pour identifier les situations susceptibles de nuire à sa santé.
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi (ALM).
- Identifier les principes d'économie d'effort de l'activité physique.
- Proposer à l'encadrement de proximité des pistes d'améliorations techniques ou organisationnelles.



##### **Description**

###### **La notion de situation de travail**

- Danger, situation dangereuse, risque, dommage dans le milieu professionnel.
- Les accidents du travail, les maladies professionnelles et leurs préjudices humains et économiques pour l'établissement.
- Les principaux éléments d'anatomie et de physiologie de l'appareil locomoteur.
- Les facteurs de risques : biomécaniques, psychosociaux et les atteintes de l'appareil locomoteur (lombalgies, TMS...)

###### **Les déplacements naturels**

- Séquencer les déplacements naturels en étapes.
- Préciser les effets recherchés de chaque mouvement élémentaire.
- Justifier les capacités nécessaires à la réalisation des mouvements élémentaires des déplacements.
- Expliquer ce qui conditionne les enchaînements indispensables des déplacements.
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle des personnes à mobilité réduite.

###### **L'observation, l'analyse et la caractérisation des situations de travail**

- L'outil d'observation d'analyse et de caractérisation.

- Les différents moyens de communication pour proposer des pistes d'amélioration.

#### **L'analyse d'une situation d'accompagnement**

- Exploiter les informations accessibles et observables indiquant si la personne peut réaliser seule son déplacement.
- Déterminer si la personne aidée peut réaliser les mouvements élémentaires constitutifs du déplacement naturel requis pour la mobilisation.
- Mettre en évidence les risques pour la personne aidée et l'accompagnant.

#### **Le choix des aides techniques**

- Finalités et limites des aides techniques.
- Caractéristiques des aides techniques au regard des contraintes environnementales et des caractéristiques des personnes aidées.

#### **La mise en œuvre de l'accompagnement de la mobilité**

- Guider la personne aidée en respectant les étapes du déplacement naturel.
- La compensation des incapacités par une assistance sans portage délétère en intégrant si nécessaire une aide technique.

### **Prérequis**

Aucun

### **Informations sur l'accessibilité**

Pour tout échange ou demande de mise en confort, vous pouvez contacter notre référent handicap à l'adresse : [apf.formation@apf.asso.fr](mailto:apf.formation@apf.asso.fr)

### **Modalités pédagogiques**

La méthode pédagogique est active et participative, elle s'appuie sur des contenus théoriques (présentations, vidéos), des analyses de cas, des ateliers pratiques et des échanges entre les participants.

### **Moyens et supports pédagogiques**

La méthode pédagogique est active et participative, elle s'appuie sur des contenus théoriques (PPT, vidéos), des analyses de cas, des ateliers pratiques et des échanges entre les participants.

Sur le plan matériel, est requise une salle spacieuse adaptée à la formation, équipée d'un vidéoprojecteur et d'un tableau blanc, paperboard, ainsi que l'équipement suivant :

- Un lit médicalisé avec barrières et un matelas
- Un fauteuil roulant manuel
- Un lève personne électrique roulant
- Deux tailles différentes de harnais de type universel (en U)
- Deux Draps de glisse - 90 cm X 90 cm minimum – (glissant sur les 2 faces)
- Un verticalisateur électrique
- Un Rollator
- Deux cannes anglaises
- Un disque de transfert



### ***Modalités d'évaluation et de suivi***

Pendant la formation : Plusieurs évaluations seront réalisées afin de mesurer la progression de chaque participant.

A l'issue de la formation : Les participants devront réaliser une évaluation certificative. La réussite à l'évaluation mise en œuvre pendant la formation permet d'obtenir le certificat d'acteur prap 2S.

Le certificat, délivré par le réseau Assurance maladie Risques professionnels / INRS / APF Formation, est valable au niveau national pour une durée de 24 mois. Tous les 2 ans, l'acteur prap 2S doit suivre une formation de maintien et actualisation des compétences (MAC) d'une durée de 2 jours (14 heures minimum en présentiel), lui permettant d'inscrire dans la durée ses compétences. À cette occasion, des évaluations certificatives sont à nouveau réalisées.