



PROGRAMME DE FORMATION

ACTEUR PRAP 2S

PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

Secteurs concernés : **Sanitaire & Social**

Formation Initiale

La certification d'acteur PRAP 2S ALM vise à former tout personnel, aux bonnes pratiques de prévention liées aux interventions en secteur sanitaire et médico-social.

En analysant et en proposant des améliorations techniques et organisationnelles, il est capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels ses collègues et lui-même sont confrontés.

Public visé :

Toute personne ayant des activités de soins et d'aide, en établissement spécialisé, maison de retraite, structures d'accueil, dont les activités physiques se caractérisent par la mobilisation de personnes et par le maintien de postures contraignantes.

Prérequis :

Aucun pré-requis

** Toutefois, afin d'assurer les conditions de réussite de la formation, il est essentiel que l'entreprise ou l'établissement soit engagé(e) dans une démarche globale de prévention des risques professionnels*

Durée :

28 heures (dont 14 heures consacrées à l'Accompagnement à la Mobilité), soit 4 jours non consécutifs en présentiel

Nombre de participants :

- Maximum 10 personnes

Intervenant :

Formateur PRAP 2S certifié par l'INRS à jour de sa certification

Objectifs :

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



- 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 entreprise ou son établissement et à sa prévention
- Être capable d'accompagner la mobilité de la personne aidée en prenant de l'autre et de soi

Démarche Pédagogique :

Il s'agit d'une formation essentiellement pratique et conforme au dernier référentiel de l'INRS.

Elle se déroule en 3 étapes :

- L'analyse des pratiques
- L'acquisition et l'évaluation des connaissances et des compétences
- L'épreuve de certification

Matériel :

- 1 Vidéoprojecteur
- Déroulés Pédagogiques et Diaporamas
- Déplacement sur poste pour observation et analyse du travail réel
- Matériel Technique PRAP IBC :
 - 1 caisse avec poignées
 - 1 caisse sans poignées
 - Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées
- Matériel Technique PRAP 2S (Obligatoire)
 - Lit médicalisé
 - Fauteuil roulant manuel
 - Fauteuil
 - Lève-personne électrique roulant
 - Verticalisateur électrique
 - Drap de glisse
- Matériel Technique PRAP 2S (Conseillé)
 - Lève-personne électrique suspendu sur rail
 - Rollbord
 - Déambulateur
 - Cannes
 - Coussin unidirectionnel

Modalités d'évaluation :

Seuls les candidats ayant suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux 2 épreuves de certifications conformément au référentiel de l'INRS, peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'Acteur PRAP 2S.

Un certificat national « Acteur PRAP 2S » sera délivré au candidat pour une durée de 24 mois.

Un Maintien et Actualisation des Compétences de 14 heures en présentiel (dont 7 heures consacrées à l'Accompagnement à la Mobilité) permettra alors de renouveler la certification.

Accessibilité aux Personnes en Situation de Handicap :

Contactez M. HURIER Greg, à l'adresse suivante ghformation@outlook.fr, en cas de besoin d'un accompagnement spécifique lié à l'accessibilité.

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



Le Programme :

1^{er} jour

Le matin : 9h00 – 12h30

Accueil (0h50)

Objectif 1 : Être capable de 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 (1h40)

- Être capable de repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
- Être capable de comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
- Être capable de situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

Connaitre les risques de son métier (1h00)

- Être capable de comprendre le mécanisme d'apparition d'un dommage
- Être capable de reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
- Être capable de repérer dans son métier les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

L'après-midi : 13h30 – 17h00

Objectif 2 : 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

Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain (1h45)

- Être capable de connaître le fonctionnement du corps humain
- Être capable de repérer les limites du fonctionnement du corps humain
- Être capable d'identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé (vibration, froid, bruit, éclairage)

Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé (1h45)

- Être capable d'observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
- Être capable d'identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
- Être capable d'analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



2^{ème} jour

Le matin : 9h00 – 12h30

Rappel de la 1^{ère} Journée (0h30)

Objectif 3 : Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

Proposer des améliorations de sa situation de travail (2h20)

- Être capable de faire des propositions d'amélioration à partir des causes identifiées au cours de son analyse
- Être capable de faire des propositions d'amélioration en agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
- Être capable de faire des propositions d'amélioration en prenant en compte les 9 Principes Généraux de Prévention (PGP)

Faire remonter l'information aux personnes concernées (0h40)

- Être capable d'identifier les personnes concernées
- Être capable d'utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement

L'après-midi : 13h30 – 17h00

Se protéger en respectant les Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort (2h00)

- Être capable de connaître et appliquer les Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort (PSPEE) à l'ensemble de ses situations de travail
- Être capable de connaître et d'utiliser les différents équipements mécaniques et d'aide à la manutention

Epreuve Certificative + Correction (1h30)

- Être capable d'observer et d'analyser une situation de travail afin de proposer des pistes d'amélioration

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



3^{ème} jour

Le matin : 9h00 – 12h30

Rappel des 2 Premières Journées (0h30)

Objectif 4 : Être capable d'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

Identifier les enjeux d'un accompagnement (1h40)

- Être capable d'argumenter les enjeux pour la personne aidée et sa famille
- Être capable d'identifier les enjeux pour l'accompagnant
- Être capable d'identifier les enjeux pour l'établissement

Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir (1h50)

- Être capable de repérer les étapes nécessaires aux déplacements naturels
- Être capable de déterminer les capacités nécessaires à la réalisation des déplacements

L'après-midi : 13h30 – 17h00

Analyser la situation d'un accompagnement (1h45)

- Être capable de s'assurer des possibilités de la personne aidée à réaliser seule son déplacement
- Être capable d'identifier les capacités de la personne aidée à réaliser les étapes du déplacement naturel
- Être capable d'identifier les déterminants liés à l'environnement qui facilitent ou limitent le déplacement
- Être capable de prendre en compte les risques pour la personne aidée et l'accompagnant

Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement (1h45)

- Être capable d'identifier les aides techniques au regard des contraintes environnementales
- Être capable de déterminer les aides techniques en fonction des caractéristiques des personnes aidées

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



3^{ème} jour

Le matin : 9h00 – 12h30

Rappel des 2 Premières Journées (0h30)

Objectif 4 : Être capable d'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi (3h15)

- Être capable de prendre en compte le résultat de l'analyse de la situation d'accompagnement
- Être capable de guider la personne aidée en respectant les étapes du déplacement naturel
- Être capable de compenser les incapacités par une assistance sans portage délétère en intégrant si nécessaire une aide technique

L'après-midi : 13h30 – 17h00

Epreuve Certificative (3h00)

- Être capable de mettre en œuvre un accompagnement à la mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi en ayant au préalable analysé la situation d'accompagnement

Clôture de la formation (0h45)



GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076