



**FACHE  
FORMATION**

## Formation devenir acteur PRAP 2S version ALM

### Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

#### Dans le milieu sanitaire et médico-social

Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de  
L'autre et de Soi-même

#### Durée : 4 jours

28 heures en présentiel (dont 14h consacrées à l'ALM) non consécutives + travaux D'intersessions effectués en établissement, la durée estimée de ces travaux est de 4 heures en sus

#### Prérequis participant :

Aucun

#### Prérequis établissement :

Nous contacter

#### Public :

Personnel du secteur sanitaire et médico-social

#### Modalité d'organisation :

10 participants maximum

#### Lieu de la formation :

En intra

#### Formateur :

Formateur PRAP 2S version ALM en ordre de validité certifié par L'INRS

#### Contact :

Mme MIMILLE Jacqueline  
87 rue des quais apt 1  
59280 ARMENTIERES  
06.51.87.87.11

[jacquelinefache@laposte.net](mailto:jacquelinefache@laposte.net)

#### Tarif :

Nous contacter



Réf : PRAP2 S ALM  
Version : V1 07/2022

#### Objectifs de la formation : Être capable de

- 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 atteintes à la santé susceptible 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

#### Programme de la formation :

- Les risques, les accidents du travail, les maladies professionnelles
- Les atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle, les enjeux sociaux, économiques et réglementaires
- Les statistiques : les accidents du travail et les maladies professionnelles
- Les principes de la prévention des risques
- Les acteurs internes et externes de la prévention
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie
- Les différentes Pathologies (TMS, affection péri-articulaire liées à certains gestes et postures de travail, Affections chroniques du rachis lombaire ,provoqués par la manutention manuelle de charges lourdes, affections provoquées par les vibrations et chocs transmis par certains outils et objets ,par chocs itératifs du talon de la main, lésions chroniques du ménisque, et du rachis lombaire provoquées par les vibrations de basses et moyennes fréquences transmises par le corps entier.
- Les éléments déterminants de l'activité physique  
Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail.
- Observation et analyse d'une situation de travail
  - Identification des déterminants
  - Analyse des déterminants
  - Proposition d'amélioration
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- L'évaluation de la personne soignée ou aidée afin de la faire participer au maximum de ses possibilités
- Déplacements naturels du patient
- Les enjeux de l'accompagnement
- Les aides techniques à la manutention au regard des situations d'accompagnement

#### Moyens et méthodes pédagogiques :

- Apports didactiques, travaux en sous-groupe et exercices pratiques
- Après un apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuelles,
  - Le travail sera transféré des études de cas sur les situations dessalariés
- Des documents supports seront mis à disposition des participants pour la réalisation des travaux, et une fiche de proposition d'amélioration sera réalisée et remise à l'équipe du groupe de travail

#### Modalité d'évaluation et traçabilité :

##### ● Evaluation pédagogique tout au long de la formation en lien avec les objectifs pédagogiques

- Attestation de fin de formation : remis au participant
- Questionnaire de satisfaction et d'auto-évaluation : remis à chaque participant
- Feuille d'émargement des participants

#### Certification de la formation : Les critères d'évaluation sont ceux définis par l'INRS

- \* Certification acteur PRAP 2S version ALM sous réserve de la validation des compétences lors des épreuves certificatives d'évaluation en fin de formation.
- \* Le certificat acteur PRAP 2S version ALM délivré au participant est valable 24 mois et fait l'objet D'un maintien-actualisation des compétences obligatoire "MAC PRAP 2S version ALM"
- ☑ Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives PRA 2S ALM peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'Acteur PRAP 2S ALM