



**FACHE  
FORMATION**

# Formation MAC d'acteur PRAP 2S

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

### Dans le milieu sanitaire et médico-social

Accompagnement à la mobilité de la personne aidée  
En prenant soin de l'autre et de soi-même

**Durée :** 2 jours

14 heures en présentiel  
(dont 7Heures consacrées à l'ALM)

**Prérequis participant :**  
Certificat PRAP2S

**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 en ordre de validité certifié par L'INRS

**Contact :**  
Mme MIMILLE Jacqueline  
87 rue des quais appt 1  
59280 ARMENTIERES  
06.51.87.87.11

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

**Tarif :**  
Nous contacter

Réf : PRAP2 S  
Version : V1 12/12/2024

### 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-même

### 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 règlementaires
- 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 gestes et postures dans les postes de travail
- 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 gestes et des postures sur les postes du travail
  - Identification des déterminants
  - Analyse des déterminants
  - Proposition d'amélioration
- Les principes de base d'économie d'effort et leurs limites
- 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 audiovisuels, le travail sera transféré des études de cas sur les situations des salariés
- 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
- Feuilles d'émargements des participants collective et individuelle

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

- Certification acteur PRAP 2S sous réserve de la validation des compétences lors des Épreuves certificatives d'évaluation en fin de formation et à la totalité de la formation (14 Heures)
- Le certificat acteur PRAP 2S délivré au participant est valable 24 mois et fait l'objet D'un maintien-actualisation des compétences obligatoire "MAC PRAP 2S "