



## PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE Sanitaire et médico-social (Formation PRAP 2S initiale)

**Contexte :** La prévention des risques liés à l'activité physique est une obligation réglementaire de l'employeur. Cette formation permet au salarié d'être acteur de sa propre prévention mais aussi de devenir acteur de celle de son entreprise.

### ◆ Pré-requis :

» Aucun prérequis

### ◆ Objectifs :

- » Se situer en tant qu'acteur PRAP dans l'entreprise en maîtrisant la prévention des risques.
- » Savoir observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain.
- » Participer à la maîtrise du risque et aux propositions d'actions de prévention pour réduire les risques.
- » Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### ◆ Contenu pédagogique :

- » **Module 1 : Les risques du métier et l'intérêt de la prévention.**
  - Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention, les enjeux et les acteurs.
  - Connaître les risques de son métier, le mécanisme d'apparition du dommage.
- » **Module 2 : Connaître son corps et ses limites.**
  - Connaître le fonctionnement du corps humain.
  - Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé.
  - Repérer les limites du fonctionnement du corps humain.
  - Intégrer les autres facteurs de risques.
- » **Module 3 : Observer et analyser des situations de travail.**
  - Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité.
  - Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physiques.
  - Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels.
  - Ancrer la compétence d'observation et d'analyse.
- » **Module 4 : Observer et analyser une de ses situations de travail.**
  - Ancrer la compétence : observation et analyse de sa situation de travail.
- » **Module 5 : Participer à la maîtrise du risque.**
  - Proposer des améliorations de sa situation de travail.
  - Faire remonter l'information aux personnes concernées.
  - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- » **Module 6 : Accompagner la mobilité de la personne aidée en prenant soin de soi et de l'autre.**
  - Identifier les enjeux d'un accompagnement
  - Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
  - Analyser la situation d'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
- » **Module 7 : Mise en situation et exercices issues de sa situation de travail.**

### ◆ Attestation :

- » Réalisation d'une épreuve certificative : Réalisation d'une observation et d'une analyse de situation de travail.
- » Certificat de réalisation

### ◆ Moyen d'encadrement

- » Formateur certifié INRS par un certificat de formateur PRAP valide

### ◆ Méthodes mobilisées

- » Support informatique et dossier papier (mémo).
- » Participation par exercices pratiques.

### ◆ Modalités de suivi et d'évaluation

- » Suivi : Feuille d'émergence par demi-journée.
- » Evaluation : Exercices et épreuves finales

### **Public Concerné**

Tout salariés

### **Durée**

28h.  
Horaires de l'entreprise.

### **Lieu**

Intra-entreprise.

### **Accessibilité**

Évaluée par l'entreprise accueillante en support avec le formateur.

### **Délais d'accès**

Environ un mois après signature des documents contractuels (devis, convention)

### **Frais d'inscription (indicatif)**

Sur devis  
2 à 10 stagiaires par session

**Contact :** Laure S Formation et Conseil

- ◆ Téléphone : 06-65-29-18-44
- ◆ Mail : [contact@laures-formation.com](mailto:contact@laures-formation.com)
- ◆ Site : [www.laures-formation.com](http://www.laures-formation.com)