

## Formation initial acteur PRAP 2S ALM- Prévention des risques liés à l'activité physique sanitaire et médico-social

La Santé au travail nécessite de prévenir les risques liés à l'activité physique au travail.

L'employeur est le garant de la sécurité et de la santé physique et mentale de ses salariés, dans le respect des principes généraux de prévention.

Dans un contexte où le recrutement et le maintien dans l'emploi des salariés du secteur sanitaire et médico-social est complexe, proposer une formation certifiante et s'engager dans une démarche de prévention, permettra à chacun d'acquérir les compétences lui permettant d'être acteur de sa propre prévention tout en proposant des pistes d'amélioration techniques, organisationnelles et humaines afin de réduire les troubles musculosquelettiques (TMS).

### PUBLIC CIBLE :

Tout personnel intervenant dans les activités d'aide et de soin en établissement de court, moyen et long séjour : hôpitaux, EHPAD, MAS ou à domicile.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap.

Si les stagiaires ont des besoins spécifiques d'accessibilité, ils sont invités à les communiquer ou à se rapprocher du référent handicap de CESAM FORMATION.

PREREQUIS : Aucun prérequis n'est exigé pour suivre la formation d'acteur PRAP.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son établissement ou dans sa structure.
- 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 de nuire à sa santé.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.
- D'accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et ayant satisfait aux épreuves certificatives permettant de valider tous les domaines de compétences peuvent prétendre à l'obtention du certificat PRAP 2S. Il participera à la prévention dans sa structure et sera force de proposition en matière d'évaluation des risques professionnels (Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels). Il sera en mesure d'identifier les risques de son métier, d'observer, de décrire et d'analyser sa situation de travail et de proposer des améliorations.

### MODALITES D'ORGANISATION :

Durée : la formation de 28h dont 14h consacrées à l'ALM) se déroule en présentiel, la répartition se fait au maximum sur 3 semaines, en tenant compte des contraintes de la structure : 2 jours/ intersession de 15 jours maximum / 2 jours en présentiel.

Le nombre de participants est limité à 5 personnes dans nos locaux et à 10 personnes dans les locaux de la structure

**Organisation :** Cette formation/action se déroule dans l'établissement afin de permettre aux salariés d'appréhender leur milieu de travail et de proposer des améliorations, issues de leurs préoccupations quotidiennes.

La formation peut également se dérouler sur le site du centre de formation (Ambarès et Lagrave).

**Méthodes et moyens pédagogiques :**

- Formation en présentiel, avec recueil préalable des attentes de la structure et/ou des stagiaires.
- Utilisation du référentiel pédagogique de l'INRS
- Apports didactiques
- Pédagogie ludique, applicative, expérimentation (groupe et sous-groupe), jeux de rôles (études de cas), applications concrètes (au poste de travail)
- Le matériel utilisé comprend des films et vidéo INRS ; vidéoprojecteur, ordinateur, paper-board, tableau, PowerPoint, matériel ALM (avec présentation et démonstration) et supports pédagogiques.
- Remise du memento PRAP à l'issue de la formation

**Qualification des formateurs :** Formateurs PRAP 2S certifié INRS

**Certification des stagiaires et durée de validité :**

A l'issue des 2 épreuves certificatives :

- A partir d'un scénario représentatif d'une situation professionnelle en lien avec son secteur d'activité et permettant de répondre à l'ensemble des indicateurs, le stagiaire devra compléter la grille d'évaluation vierge au format A3. Il aura 40 mn et sera évalué sur les différentes compétences. Les candidats ayant des difficultés à l'écrit pourront réaliser l'épreuve oralement (le formateur le précisera sur la feuille d'examen)

Pour l'épreuve ALM, le candidat tirera au sort un cas pratique visant à accompagner la mobilité d'une personne aidée.

- Il devra mettre en œuvre une réponse adaptée, avec ou sans aide technique, sécurisante pour lui-même et pour la personne aidée et devra justifier de ses choix : 10mn de mise en situation et de justification puis 5mn d'échange.

La certification sera remise aux stagiaires ayant réussi les épreuves certificatives ET ayant assisté à l'ensemble de la formation.

Le certificat d'acteur PRAP 2S ALM est valable 2 ans, son renouvellement est conditionné au suivi d'un MAC (Maintien et Actualisation des Compétences) d'une durée de 14h.

**PROGRAMME :**

**JOUR 1 :**

- Accueil
- Le PRAP et la démarche de prévention : intérêts et enjeux
- Les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- Reconnaître les principaux risques de son métier, savoir repérer les situations de travail dangereuses
- Comprendre le mécanisme d'apparition d'un dommage
- Accident du travail, accident de trajet, maladie professionnelle
- Anatomie, physiologie, pathologie
- Limites du corps humain

### JOUR 2 :

- Tour de table pour se rappeler les notions vues la veille
- Présentation de la grille de repérage et d'analyse
- Identifier les risques et analyser les causes d'expositions
- Exercice pratique
- Les déterminants de la situation de travail
- Les principes généraux de prévention et d'économie d'efforts
- Les aides techniques et autres équipements
- La remontée d'information aux personnes concernées
- Epreuve certificative « grille »
- Travail intersession

### JOUR 3 :

- Restitution des travaux intersession
- Accompagner la mobilité : enjeux pour la personne aidée et son entourage, pour l'accompagnant et pour la structure
- Le schéma décisionnel
- Identifier les capacités de la personne aidée, les déterminants liés à l'environnement (facilitant ou limitant)
- Prendre en compte les risques
- Séquençage des déplacements naturels : les étapes et les capacités nécessaires
- La guidance verbale
- L'aide sans portage délétère
- Les aides techniques : identification, utilisation, adaptation

### JOUR 4 :

- Mise en œuvre des accompagnements
- Exercices pratiques
- Epreuve certificative ALM
- Bilan de formation, remise des supports et memento.

A l'issue de la formation, un questionnaire de satisfaction et la qualité de la formation sera remis à chaque stagiaire afin d'être remplis.