

# FORMATION RECYCLAGE PREVENTION DES RISQUES LIÉS A L'ACTIVITE PHYSIQUE - PRAP 2S

OPRAPS\_2

Formation certifiée INRS.

Avec 95 accidents du travail avec arrêt pour 1000 salariés, l'indice de fréquence de l'aide et du soin à domicile est bien au-delà de la moyenne nationale. Les pathologies du dos et les troubles musculosquelettiques des membres supérieurs sont en grande partie à l'origine des maladies professionnelles du secteur. La première cause est le port de charges et l'accompagnement du bénéficiaire dans sa mobilité dans la moitié des cas.

Décret du 3 septembre 1992 : Faire bénéficier les travailleurs d'une démarche globale de prévention qui vise à adapter les situations de travail à la personne.

Cette formation, action des acteurs PRAP 2S, doit être intégrée dans le projet de prévention des risques professionnels de l'établissement (Document unique).

Préalablement à l'organisation des séances de formation-action du personnel et au regard des enjeux et objectifs visés à travers la formation-action d'acteurs PRAP 2S, il est fondamental que l'établissement soit engagé dans une démarche globale de prévention des risques professionnels.

## Objectifs

Maintenir et actualiser ses compétences en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à toute activité physique dans l'établissement et être force de propositions d'améliorations. Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### Public Visé

Tout public travaillant dans des activités d'aide et de soins en établissement ou domicile.

### Durée

14.00 Heures en présentiel en présentiel  
2 Jours

### Pré Requis

Avoir suivi une formation initiale d'acteurs PRAP 2S.

## Parcours pédagogique

**Tour de table afin de faire le point avec chacun de participants sur leur vécu depuis la dernière formation (1h)**

• Retour d'expérience sur les actions qui ont été mises en place

• Qu'est ce qui a changé en termes de :

- Conditions de travail
- Relations sociales
- Réduction des AT et MP

• Retour d'expérience sur les évolutions des pratiques (les conséquences positives et/ou négatives sur l'activité, les difficultés rencontrées)

*Le formateur se basera sur la synthèse de ce tour de table pour orienter la formation.*

**Rappels : Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement (2h)**

- Comprendre l'intérêt de la prévention
  - Repérer les enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
  - Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
  - Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

- Connaître les risques de son métier
  - Le mécanisme d'apparition du dommage
  - Les principaux risques de son métier et les effets induits

ASFO GRAND SUD - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 76310897031

- Repérer dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

**Rappels : Observer et 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 (2h)**

- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
  - Connaître le fonctionnement du corps humain
  - Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
  - Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé

- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
  - Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
  - Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique
  - Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques

**Rappels : Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention (2h)**

- Proposer des améliorations de sa situation de travail
  - A partir des causes identifiées au cours de son analyse
  - En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
  - En prenant en compte les principes généraux de prévention
- Faire remonter l'information aux personnes concernées
  - Identifier les personnes concernées
  - Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement
- Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts
  - Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
  - Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aide à la manutention

**Rappels : Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi (7h)**

- Identifier les enjeux d'un accompagnement
  - Argumenter les enjeux pour la personne aidée et sa famille
  - Identifier les enjeux pour l'accompagnant
  - Identifier les enjeux pour l'établissement
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
  - Repérer les étapes nécessaires aux déplacements naturels
  - Déterminer les capacités nécessaires à la réalisation des déplacements
- Analyser la situation d'un accompagnement
  - S'assurer des possibilités de la personne aidée à réaliser seule son déplacement
  - Identifier les capacités de la personne aidée à réaliser les étapes du déplacement naturel
  - Identifier les déterminants liés à l'environnement qui facilitent ou limitent le déplacement
  - Prendre en compte les risques pour la personne aidée et l'accompagnant
- Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement
  - Identifier les aides techniques au regard des contraintes environnementales
  - Déterminer les aides techniques en fonction des caractéristiques des personnes aidées
- Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi
  - Prendre en compte le résultat de l'analyse de la situation d'accompagnement
  - Guider la personne aidée en respectant les étapes du déplacement naturel
  - Compenser les incapacités par une assistance sans portage délétère en intégrant si nécessaire une aide technique

**BILAN : organisation d'une réunion de restitution avec la direction et/ou le comité de pilotage constitué, afin de présenter les analyses de poste réalisées au cours de la formation ainsi que les plans d'actions associés.**

## Objectifs pédagogiques

---

- Connaître les risques de son métier afin de repérer les situations dangereuses susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts excessifs ou inutiles
- Observer et analyser le travail en s'appuyant sur la connaissance du corps humain
- Participer à la maîtrise du risque en proposant des axes d'améliorations (techniques ou organisationnelles)
- Analyser la situation d'un accompagnement, afin de mettre en place les actions nécessaires permettant d'accompagner la mobilité du bénéficiaire, en prenant soin de lui et de soi

## Méthodes et moyens pédagogiques

Alternance entre apports théoriques et analyse des situations de travail sur le terrain (les stagiaires analysent leur propre activité physique), Mise en commun des analyses au moyen d'une grille d'observation « Recherche des déterminants de l'activité physique » et « Recherche de pistes de solutions/axes d'amélioration avec le personnel », si possible réalisation de travaux intersessions (observation d'une situation de travail de l'entreprise par groupe de 2 ou 3), réalisation d'une synthèse qui sera remise à la hiérarchie et aux personnes ressources, livret.

Matériel : 1 fauteuil roulant à accoudoirs escamotables et repose pieds, 1 lit médicalisé pour 5 stagiaires (avec potence et poignée réglable et barrières escamotables), 1 fauteuil, disques de pivotement, planchettes de transfert, draps de glissement, lève-personne électrique roulant, verticalisateur électrique.

## Qualification Intervenant(e)(s)

Formateur spécialisé dans le domaine, habilité INRS

## Méthodes et modalités d'évaluation

Evaluation certificative réalisée par le formateur, en vue de la délivrance d'un Certificat d'Acteur PRAP 2S valable 24 mois.

## Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

## Effectif

10 personnes maximum