



DEVENEZ FORMATEUR  
DES ACTEURS PRAP 2S

PRATIQUE  
50%

THÉORIE  
50%



Formation en intra-entreprise  
(dans vos locaux, dates à votre convenance)



Formation en inter-entreprises  
(dans un centre proche de chez vous)

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Cette formation a pour finalité de permettre au futur formateur d'acteurs PRAP 2S, de concevoir, organiser, animer et évaluer une action de formation PRAP intégrée à la démarche de prévention.

## PUBLIC

Toute personne amenée à animer des formations PRAP dans le secteur sanitaire et médico-social.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- DC1 : Elaborer un projet de formation-action prap intégré à la démarche de prévention de l'entreprise ou de l'établissement.
- DC2 : Observer et analyser les risques liés à l'activité physique dans le cadre d'une situation de travail afin de proposer des pistes d'amélioration et de suivre leur mise en place
- DC3 : Organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique.

## DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

Remise d'un classeur comprenant plus de 100 pages recto-verso, reprenant le contenu de la formation et les référentiels de l'INRS.

Cours richement illustrés et interactifs adaptés au contexte professionnel



### INTERVENANT(S)

Formateur de Formateur PRAP 2S certifié par l'INRS



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Exposés interactifs, démonstrations par le formateur, étude de cas, mise en situation...



### CONDITIONS D'ÉVALUATION

Évaluation théorique et pratique selon la grille de certification des compétences du Formateur PRAP de l'INRS



Habilitation INRS  
Formation de Formateurs  
PRAP-2S n°1383995/2018/  
PRAP-2S-02/O/13





# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE | 50%

### **Les enjeux de la démarche de prévention**

- Le contexte national et d'entreprise
- Les enjeux humains, sociaux, économiques et juridiques
- Présentation du cadre réglementaire

### **Se situer dans le dispositif PRAP**

- La démarche de prévention dans l'établissement
- Les différents acteurs de la prévention
- Rôle et compétences de l'acteur et du formateur PRAP

### **La place de l'activité physique dans l'activité de travail**

- Présentation des notions clés
- L'homme en situation de travail
- Notion de charge de travail

### **Le fonctionnement du corps humain et ses limites**

- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

### **Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé**

- Les TMS des membres supérieurs et inférieurs
- Les atteintes au niveau du dos

### **Les facteurs de risques et de sollicitation**

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)
- Les sollicitations de l'appareil locomoteur

### **Le secteur sanitaire et médico-social**

- Les établissements de soins et de retraite en France
- Les intervenants à domicile
- Les spécificités d'un projet en secteur sanitaire et social

### **Le vieillissement**

- Les aspects sociologiques et démographiques du vieillissement
- Les particularités physiopathologiques

### **L'évaluation du potentiel de la personne soignée ou aidée**

- La capacité de déplacement du patient
- Les niveaux d'intervention
- Évaluation de la capacité du patient
- Détermination des actions

### **Les déplacements naturels de la personne**

- Schéma de déplacement

### **L'analyse d'une situation de travail et des déterminants**

- Le recueil d'informations sur l'activité physique par l'observation et l'expression du vécu de la personne en situation de travail
- La formalisation des informations recueillies sur un outil adapté (ITaMaMi, QOOQCP, 5M...)

### **L'analyse des déterminants**

- Les différents éléments d'une situation de travail
- L'analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique

### **Amélioration des conditions de travail et principes généraux de prévention**

- Les principes généraux de prévention
- L'aménagement dimensionnel des postes de travail
- L'élaboration d'un diagnostic
- La recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail et de la qualité des soins, de l'aide, et la sécurité des personnes malades et à mobilité réduite

### **Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort**

- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- La manutention manuelle de charges inertes, le travail en situation statique
- Le travail en équipe

### **Les techniques de manutention appliquées à la mobilisation de personnes**

- Les positions du soignant ou de l'aïdant
- Les transferts allongé / assis, assis / debout, l'aide à la marche, le transfert debout / assis
- Les transferts assis / assis
- Le rehaussement assis
- Les relevages au sol

### **Du constat à l'action : la démarche projet**

- L'élaboration d'un projet de formation action PRAP intégré à une démarche de prévention
- L'analyse de la demande, des besoins, la finalité, les étapes de mise en œuvre, les ressources, freins et leviers



# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE (SUITE) | 50%

### Les concepts de base de la communication

- Le schéma et les canaux de la communication
- Les principaux systèmes de représentation

### La conception d'une action de formation

- Les niveaux d'ingénierie
- L'analyse des besoins
- La construction d'une action de formation
- La progression pédagogique
- La formulation d'objectifs pédagogiques
- La conception d'un déroulé pédagogique

### Les caractéristiques de la formation pour adultes

- Les spécificités de la formation pour adultes
- Les éléments facilitant l'apprentissage
- Les courants de la pédagogie

### L'animation d'un groupe en formation

- La communication en groupe
- Les fonctions d'animation du formateur
- La gestion du groupe et des dysfonctionnements

### Les outils et techniques pédagogiques

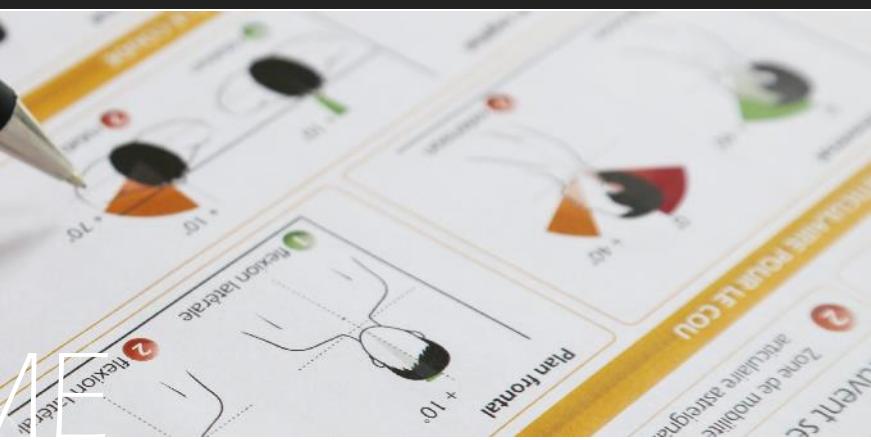
- L'étude cas, l'exposé, l'exposé interactif, le travail en sous-groupe, la démonstration pratique, les cas concrets

### L'évaluation d'une action de formation

- Les niveaux d'évaluation
- Les objectifs, les modalités et les outils d'évaluation

### Les procédures administratives et l'habilitation

- Outil de gestion national (FORPREV)
- Les cadres et procédures administratifs d'une formation
- Les procédures et les outils du Document de Référence
- Le dispositif d'habilitation du réseau prévention
- Le maintien et actualisation des compétences du formateur PRAP





# PROGRAMME

## PARTIE PRATIQUE | 50%

### Analyse de situations de travail

- Observation de situations réelles de travail, en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Caractérisation des risques liés à l'activité physique et analyse des causes d'exposition
- Utilisation des différents outils d'évaluation du manuel PRAP, pour décrire la situation, identifier les situations dangereuses et rechercher les déterminants

### Participation à la maîtrise du risque

- Propositions d'amélioration de situations de travail en agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail
- Prise en compte des Principes Généraux de Prévention au cours de cas concrets

### Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités

- Application des règles de sécurité et d'économie d'effort lors de techniques de lever-porter-déplacer-déposer de charges inertes
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et d'aides à la manutention

### Les techniques de mobilisation des personnes

- Démonstration des différentes techniques de mobilisation des personnes

### Conception et animation de séquences de formation-action

- Réalisation de supports
- Animations de modules de formation

### TRAVAUX INTERSESSION

#### Réalisation d'un pré-projet de formation-action

- Rédaction d'un dossier de pré-projet
- Restitution à l'ensemble du groupe lors de la reprise de la deuxième session

#### Analyse d'une situation de travail en milieu professionnel

- Description d'une situation de travail
- Analyse de la situation de travail en faisant apparaître les dangers, dommages potentiels et risques caractérisés en lien avec les déterminants
- Synthèse des besoins à satisfaire et pistes d'amélioration hiérarchisées et leurs critères de résultat
- Restitution à l'ensemble du groupe lors de la reprise de la troisième session

