

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)

**Secteur : Sanitaire et médico-Social - 2S**

La formation-action d'acteur PRAP s'intègre dans une démarche globale de prévention. Pour initier ce projet, le dirigeant ou son collaborateur doivent maîtriser des compétences en prévention des risques permettant l'aboutissement ce projet.

Les domaines de compétences prévues au document de référence de l'INRS sont :

- + Initier et développer un projet de prévention des risques professionnels dans son entreprise ou établissement
  - + Manager la Santé & Sécurité au travail de son établissement.
- Le cas échéant, le dirigeant ou son collaborateur devront suivre une formation ou un accompagnement spécifique permettant d'acquérir les compétences nécessaires.

**PUBLIC CONCERNÉ**

Tout personnel et étudiant du secteur sanitaire et médico- social.

**PRÉ-REQUIS**

Aucun pré requis nécessaire pour suivre la formation acteur PRAP 2S

**THÉMATIQUES DE LA FORMATION**

La formation-action d'acteur PRAP est l'expression concrète et reconnue des bonnes pratiques de prévention.

Cette démarche vise à rendre tout personnel capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique, auxquels il est exposé, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles

**Cette démarche prend en compte tout au long de la formation la particularité du soignant et du soigné.**

**MÉTHODES ET TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES**

- + DECOUVERTE (Etude de cas, brainstorming, questionnement...)
- + APPRENTISSAGE (exposés, démonstration pratique, travaux de groupe, travail individuel, échanges de pratique, jeux de rôle, ateliers de mises en pratique)
- + APPLICATIVE (Analyse de situation de travail, recherche de pistes d'améliorations concrètes)

**MOYENS PÉDAGOGIQUES**

- + Ordinateur/vidéo projecteur
- + Vidéos illustrant le corps humain et les contraintes physiques - INRS/ Napo
- + Grille d'analyse d'une situation de travail dangereuse - INRS
- + Mannequin articulé -INRS
- + Colonne vertébrale factice (en option)
- + Matériel de manutention sur : Fauteuil roulant, lit médicalisé, disques de pivotement, planches de transfert, draps de glisse, lève personne.

**REFERENCE ET DOCUMENTS D'APPUI**

- + Documentations, vidéos INRS
- + Document de référence PRAP
- + Ressources Code du travail, sécurité sociale, pénal, CARSAT...
- + Documents de travail pour les participants (mémento PRAP INRS)

**INTERVENANT**

Animateur en prévention des risques liés à l'activité physique, certifié par l'INRS

**DURÉE**

**1 à 2 heures de visite préalable afin d'élaborer un programme adapté**

3 jours - 21 heures (2 jours consécutifs + 1 jour) intervalle : 1 à 3 semaines

**NOMBRE DE PARTICIPANTS**

Formation en intra uniquement : groupe de 4 à 10 personnes maximum

**ÉVALUATION & VALIDATION**

Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui sont reconnus aptes à mettre en œuvre l'ensemble des compétences attendues pourront prétendre à l'obtention du certificat PRAP, délivré par l'INRS par notre intermédiaire.

Cette certification portera sur une analyse de situation de travail.

Ce certificat est valable 24 mois et doit être prolongé par le suivi d'un stage « Maintien et Actualisation des Compétences »

**OBJECTIFS**

**A l'issue de la formation, le participant sera 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 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 d'être encourues
- + Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

**Renseignements et inscriptions**

[crfp.aura@croix-rouge.fr](mailto:crfp.aura@croix-rouge.fr)

 04 77 59 39 72

croix-rouge française





## PROGRAMME DE FORMATION : 21 HEURES

### ACCUEIL ET PRESENTATION

#### Domaine de compétence 1 : Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement

##### + Comprendre l'intérêt de la prévention :

- Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
- Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention (mobiliser, investiguer, maîtriser, évaluer)
- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

##### + Connaître les risques de son métier :

- Comprendre le phénomène d'apparition du dommage potentiel
- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
- Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

#### Domaine de compétences 2 : Etre capable 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 d'être encourues.

##### + 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
- Les 3 composantes de l'activité de l'Homme au travail (mentale, physique et émotionnelle)
- Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique potentiels
- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

#### Domaine de compétences 3 : Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement

##### + Proposer des améliorations de sa situation de travail :

- A partir des causes identifiées au cours de son analyse
- En agissant sur l'ensemble des composantes 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

##### + Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort :

- 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 différentes équipements mécaniques et aides à la manutention