



Rescue Normandie  
Formation

# Formation devenir acteur PRAP 2S version ALM:

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Dans le milieu sanitaire et médico-social

Version accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de  
l'autre et de soi



**Durée :** 4 jours

28 heures en présentiel (dont 14h consacrées à l'ALM) non consécutives + travaux d'intersessions effectués en établissement, la durée estimée de ces travaux est de 4 heures en sus

**Prérequis participant :**

Maîtriser les bases de la communication en Français (oral et/ou écrite)

**Prérequis établissement :**

Nous contacter

**Public :**

Personnel du secteur sanitaire et médico-social

**Modalité d'organisation :**

10 participants maximum

**Lieu de la formation :**

En intra

**Formateur :**

Formateur PRAP 2S version ALM en ordre de validité certifié par l'INRS

**Contact :**

TAILLARD Patricia  
5 Hameau du Clos d'Ailly  
14570 Clécy  
06.60.52.51.03

[contact@rescue-normandie-formation.fr](mailto:contact@rescue-normandie-formation.fr)

**Handicap :**

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation, sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation

**Tarif :**

Nous contacter

**Objectifs de la formation : Être 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 Analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain afin d'identifier les atteintes à la santé susceptible d'être encourues
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

**Programme de la formation :**

- Les risques, les accidents du travail, les maladies professionnelles
- Les atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle, les enjeux sociaux, économiques et règlementaires
- Les statistiques : les accidents du travail et les maladies professionnelles
- Les principes de la prévention des risques
- Les acteurs internes et externes de la prévention
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie
- Les gestes et postures dans les postes de travail
- Les éléments déterminants de l'activité physique
  - Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail.
- Observation et analyse d'une situation de travail
  - Identification des gestes et des postures sur les postes du travail
  - Identification des déterminants
  - Analyse des déterminants
  - Proposition d'amélioration
- Les principes de base d'économie d'effort et leurs limites
- L'évaluation de la personne soignée ou aidée afin de la faire participer au maximum de ses possibilités
- Déplacements naturels du patient
- Les enjeux de l'accompagnement
- Les aides techniques à la manutention au regard des situations d'accompagnement

**Moyens et méthodes pédagogiques :**

- Apports didactiques, travaux en sous-groupe et exercices pratiques
- Après un apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuels, le travail sera transféré des études de cas sur les situations des salariés
- Des documents supports seront mis à disposition des participants pour la réalisation des travaux, et une fiche de proposition d'amélioration sera réalisée et remise à l'équipe du groupe de travail

**Modalité d'évaluation et traçabilité :**

- Evaluation pédagogique tout au long de la formation en lien avec les objectifs pédagogiques
- Attestation de fin de formation : remis au participant
- Questionnaire de satisfaction et d'auto-évaluation : remis à chaque participant
- Feuille d'émargement des participants

**Certification de la formation : Les critères d'évaluation sont ceux définis par l'INRS**

- Certification acteur PRAP 2S version ALM sous réserve de la validation des compétences lors des épreuves certificatives d'évaluation en fin de formation.
- Le certificat acteur PRAP 2S version ALM délivré au participant est valable 24 mois et fait l'objet d'un maintien-actualisation des compétences obligatoire "MAC PRAP 2S version ALM"

Réf : PRAP2SALM001

Version : V4 du 14/12/2021