

## P.R.A.P.2S

### PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS A L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SANITAIRE ET SOCIAL

#### Références réglementaires

##### Manutention :

Articles R4541-1 à R4541-11 et R4141-15 du Code du Travail.

##### Formation à la sécurité :

Articles L4141-2, R4141-3 et R4141-13 DU Code du Travail.

##### PRAP :

Document de référence INRS.

#### Pré-requis

Aptitude physique.

#### Durée

3 jours (21 heures).

#### Périodicité

2 ans.

#### Nombre de participants

4 à 10  
(La formation ne peut pas avoir lieu à moins de 4 participants).

#### Conditions matérielles

Salle, tables et chaises,  
Mur clair pour projection,  
Tableau papier ou tableau effaçable.

#### **Equipements à mettre à disposition pour le client :**

Poste de travail et charges à manutentionner.

- 1 fauteuil roulant
- 1 lit médicalisé
- 1 Verticalisateur
- 1 soulève personne

#### **PUBLIC VISE**

Tous les salariés de l'entreprise concernés par les risques liés à l'activité physique secteur Sanitaire et Social.

#### **OBJECTIFS**

A la fin de cette formation, le stagiaire doit être capable de :

- Situer l'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques
- Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
- Comprendre le fonctionnement du corps humain et les risques potentiels liés à l'activité physique
- Proposer des améliorations des situations de travail et participer à leur mise en œuvre et leur évaluation

#### **QUALIFICATIONS**

Certificat PRAP délivré à l'issue de l'épreuve certificative (si le candidat a satisfait aux exigences de celle-ci), valable 24 mois.

Pour rester valable à l'issue des 24 mois, le titulaire du PPRAP devra suivre une formation de Maintien et Actualisation des Compétences de PRAP (MAC PRAP 2S)

#### **PROGRAMME DE FORMATION**

##### 1<sup>ère</sup> demi-journée

- Présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise
- Notions de danger, risque, dommage, AT/MP
- Indentification de la nature et de l'importance des AT/MP liés à l'activité physique professionnelle, étude des statistiques
- Analyse des enjeux humains et économiques pour l'entreprise
- Appréhension de la notion de « situation de travail » et repérage de situations néfastes pour la santé
- Analyse d'une situation de travail, étude de cas (QCM)

##### 2<sup>ème</sup> demi-journée

- Principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
  - Etude des différentes atteintes de l'appareil locomoteur et de leurs conséquences sur la santé
  - Facteurs de risque d'origine biomécanique ou liés à l'environnement physique
  - Facteurs psychosociaux
- EPREUVE CERTIFICATIVE N°1

##### 3<sup>ème</sup> demi-journée

- Repérage et méthodologie pour analyser sa situation de travail
  - Analyse des sollicitations dans son travail
  - Identification des déterminants dans son activité
- EPREUVE CERTIFICATIVE N°2

##### 4<sup>ème</sup> demi-journée

- Etablissement du lien entre les dommages potentiels liés aux sollicitations et leurs déterminants
- Recherche de piste d'amélioration des conditions de travail
- Principes de base d'aménagement dimensionnelle des postes de travail
- Aides techniques à la manutention
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort (gestes et postures)

##### 5<sup>ème</sup> demi-journée

- Techniques de manutention manuelle des personnes

##### 6<sup>ème</sup> demi-journée

- Techniques de manutention mécanique des personnes
- EPREUVE CERTIFICATIVE N° 3

#### **Note**

Cette formation doit être réalisée par un formateur d'un organisme habilité par l'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS).