

## DEMARCHE PRAP

### (Prévention des risques liés à l'activité physique)

Option 2S ALM\* (Sanitaire et médico-social)

*(Maintien et Actualisation des Compétences - MAC)*

#### OBJECTIFS

---

Être capable de

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son établissement
- 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
- Participer à la maîtrise du risque dans son établissement et à sa prévention
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

#### PARTICIPANTS et PRE-REQUIS

---

Salariés d'établissements adhérents à l'AIST 21 du secteur sanitaire et médico-social

Prérequis : être titulaire d'un certificat PRAP-2S

#### PROGRAMME (conforme au référentiel de l'INRS)

---

- Retour d'expériences
- Actualisation des compétences (de façon itérative entre les postes de travail et la formation dispensée)
  - Être acteur de sa propre prévention, en restant capable de :
    - Comprendre l'intérêt de la prévention dans son établissement
    - Connaître les risques de son métier
    - Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
    - Observer et analyser son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
    - Proposer des améliorations de sa situation de travail
    - Faire remonter l'information aux personnes concernées
    - Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort
    - Identifier les enjeux d'un accompagnement
    - Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
    - Analyser la situation d'un accompagnement
    - Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement
    - Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi

#### MOYENS PEDAGOGIQUES

---

Formation-action alternant théorie, études de cas pratiques issus de l'expérience professionnelle des participants et travaux en sous-groupes

Diaporama, manuel acteur PRAP, grille d'observation INRS

Matériels à fournir par l'établissement pour la formation : lit médicalisé, fauteuil roulant manuel, fauteuil, lève personne électrique roulant et lève personne suspendu en rail, verticalisateur électrique, drap de glisse, rollboard, déambulateur, canne et coussin unidirectionnel

#### MODALITES D'OBTENTION DU CERTIFICAT ET VALIDITE

---

Le stagiaire ayant suivi l'intégralité de la formation-action et ayant satisfait aux épreuves certificatives obtiendra la délivrance d'un certificat PRAP-2S ALM d'une validité de 24 mois.

La prolongation de la validation de ce certificat est conditionnée au suivi d'un stage MAC (Maintien et Actualisation des Compétences) de 2 jours tous les 24 mois.

\*ALM = Accompagnement à La Mobilité

**DUREE DE LA FORMATION : 2 jours** soit **14 heures**

**LIEU :** dans votre établissement

**TAILLE DES GROUPES :** de 4 à 8 personnes par groupe

**INTERVENANT :** Formateur de l'AIST 21 certifié par l'INRS et à jour de ses compétences

**TARIF :**

→ Formation intra-entreprise : **1 010 € HT/ groupe** soit 1 212 € TTC

*Formation imputable sur le plan de formation professionnelle continue. Organisme de formation n° 26 21 00437 21.*

*Toute inscription annulée moins de 8 jours ouvrables avant le début du stage et tout retard à la formation seront facturés à 60 % du coût unitaire (dépense non imputable au titre de la formation professionnelle continue).*

*L'AIST 21 ne saurait être tenue pour responsable de l'annulation d'un stage le jour même, du fait de l'absence d'autres stagiaires.*

Informations et inscriptions : **03 80 74 46 47 - [iprp@aist21.com](mailto:iprp@aist21.com) - [www.aist21.com](http://www.aist21.com)**

53 avenue Françoise Giroud, Parc Valmy - CS 37628 - 21076 DIJON CEDEX