



ACTUALISEZ VOTRE CERTIFICAT DE FORMATEUR PRAP 2S



**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 maintenir et d'actualiser les compétences des formateurs d'acteurs PRAP 2S, pour pouvoir concevoir, organiser, animer et évaluer une action de formation PRAP 2S.

## PUBLIC

Personne titulaire d'un certificat de formateur d'acteurs PRAP 2S.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable d'accompagner l'entreprise ou l'établissement dans sa démarche de prévention et dans l'évaluation et l'expression de ses besoins de formation-action prap.
- Être capable d'élaborer un projet de formation-action prap en tenant compte de la spécificité de l'entreprise ou de l'établissement.
- Être capable de mobiliser les différents acteurs et assurer la promotion d'une formation-action prap.
- Être capable d'analyser les risques liés à l'activité physique d'une situation de travail, dans le but de proposer des pistes d'amélioration.
- Être capable de déterminer d'éventuelles pistes d'amélioration (techniques, organisationnelles et humaines) permettant de supprimer ou réduire les risques identifiés.
- Être capable de construire un plan d'action d'amélioration des conditions de travail en rapport avec le projet de prévention de l'entreprise ou de l'établissement.
- Être capable de concevoir et organiser une formation-action prap.
- Être capable d'animer une séquence de formation en prenant en compte les caractéristiques d'un public adulte en formation.
- Être capable d'utiliser différentes méthodes d'évaluation.
- Être capable d'assurer ou faire assurer la gestion administrative d'une session de formation-action prap.
- Être capable de construire un argumentaire en faveur de l'accompagnement à la mobilité.
- Être capable de décliner les déplacements naturels en mouvements élémentaires en expliquant l'intérêt dans l'accompagnement.
- Être capable de guider l'analyse d'une situation d'accompagnement.
- Être capable d'argumenter le choix des aides techniques en fonction de leurs caractéristiques dans des situations d'accompagnement.
- Être capable d'argumenter la mise en œuvre de l'accompagnement de la mobilité.
- Être capable d'organiser l'épreuve certificative ALM de l'acteur

## 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)

Titulaire du certificat de Formateur de Formateurs PRAP 2S / ALM valide, certifié par l'Assurance Maladie Risques Professionnels et l'INRS



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

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



### CONDITIONS D'ÉVALUATION

- 3 épreuves certificatives :
- Analyse d'une situation de travail à partir d'une étude de cas proposée par le formateur de formateurs ou réellement menée, avec son plan d'action
  - Préparation de l'animation d'une séquence de formation tirée au sort
  - Présenter et justifier un déplacement naturel tiré au sort, au regard du schéma décisionnel

## ORGANISATION DE LA FORMATION

### PRÉREQUIS

Être titulaire du certificat formateur PRAP 2S de l'Assurance maladie Risques Professionnels et de l'INRS

### DURÉE

28 heures (soit 4 jours), dont 7 heures consacrées à l'Accompagnement de La Mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi (ALM)

### EFFECTIF

Effectif minimum préconisé : 4 apprenants  
 Effectif maximum obligatoire : 10 apprenants

### MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES

28 heures tous les 36 mois

### ATTRIBUTION FINALE

Certificat Formateur PRAP 2S valable 36 mois, sous réserve de suivi de l'ensemble de la formation et de réussite aux épreuves certificatives  
 Attestation de fin de formation

### ORGANISME DE DÉLIVRANCE

Assurance Maladie Risques Professionnels / INRS / SOFIS

### RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

Articles L4541-1 et suivants du Code du Travail  
 Document de référence de l'INRS

### ENGAGEMENT QUALITÉ SOFIS



Habilitation Assurance Maladie Risques Professionnels et INRS  
 Formation de Formateurs PRAP-2S  
 n°H38284/2021/Prap-2S-2/O/13



# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE | 50%

**Sur l'ensemble de la formation :** Actualisation des connaissances sur les nouveautés réglementaires, administratives, techniques.

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

- L'homme en situation de travail et la 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

### **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, OOOOCP, 5M...)

### **L'analyse des déterminants**

- 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

### **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 et/ou le travail en situation statique
- Le travail en équipe

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

- Les positions du soignant ou de l'aidant
- 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

### **Les concepts de base de la communication**

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

### **L'action de formation**

- La conception d'une action de formation
- Les caractéristiques de la formation pour adultes
- L'animation d'un groupe en formation
- Les outils et techniques pédagogiques
- L'évaluation d'une action de formation

### **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%

### Retour d'expérience et partage d'informations

- Présentation des points forts de l'expérience professionnelle des participants
- Échanges avec l'ensemble du groupe sur différents axes d'amélioration identifiés
- Reconnaître et présenter les principaux risques de son métier et les effets induits

### 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

- Les techniques de manutention de personnes
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et d'aides à la manutention

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

- Réalisation de supports
- Animations de modules de formation

