

## PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE – PRAP 2S

### ➤ OBJECTIFS

#### Cette formation a comme objectif de :

Connaitre les différents acteurs de la prévention de l'entreprise  
 Connaitre les risques de son métier,  
 Connaitre la place de l'activité physique dans l'activité de travail  
 Connaitre le fonctionnement du corps humain et ses limites  
 Connaitre les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et les conséquences sur la santé  
 Connaitre les facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux et environnementaux)  
 Evaluation du potentiel de la personne soignée ou aidée  
 Règles à respecter dans la mise en œuvre des principes de manutention des personnes  
 Déplacements naturels de la personne  
 Observer et Analyser son travail pour identifier les situations pouvant nuire à sa santé  
 Savoir identifier les risques et analyser les causes  
 Connaitre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort  
 Mise en pratique des principes de sécurité et d'économie d'effort dans les situations professionnelles nécessitant une manutention des personnes  
 Mises en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'effort dans les situations professionnelles nécessitant une manutention des personnes  
 Retour d'expériences (si c'est le cas)  
 Analyser son travail pour identifier les risques et les causes  
 Proposer des situations d'amélioration de sa situation de travail  
 Savoir faire remonter l'information aux personnes concernées  
 Savoir se protéger en respectant les règles de sécurité et d'économie d'effort

#### PUBLIC EN SITUATION DE HANDICAP :

Contactez notre référent Handicap :  
 Didier LECLERC  
 06 51 67 97 10  
[didierleclerc@medicalys-formation.fr](mailto:didierleclerc@medicalys-formation.fr)

#### MODALITE ET LIEU :

Formation présentielle en inter ou intra-entreprise

#### PREREQUIS :

Maitrise de la langue française

#### PREREQUIS TECHNIQUE :

Connexion internet (ADSL minimum) - Ordinateur

#### DUREE HORAIRE ET DATES :

2 jours ou 14 heures

#### PUBLIC :

Personnel du secteur sanitaire, médico-social ou social.

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Mini 8 – Maxi 12

REF : DCF.022

### ➤ PROGRAMME DETAILLE :

#### JOUR 1 :

##### **1 - Conséquences potentielles des chutes et glissades dans l'exercice quotidien de la fonction.**

- Etude des différents moyens et procédés réduisant ces risques

##### **2 - Étude des postes de travail et des principes généraux de prévention :**

- Statistiques A.T et M.P (Accident Travail et Maladie Professionnelle)
- Coût humain, coût direct et indirect dû aux A.T/MP
- Analyses des risques professionnels dus à la Manutention des patients et l'exercice de l'activité

##### **3 - Notions Anatomiques, Physiologiques et Pathologiques du corps humain**

- L'accident discal (lumbago, hernie discale...)
- Les différentes racines nerveuses qui partent de la colonne vertébrale.
- Le rôle des muscles
- Les facteurs aggravants (cyphose, lordose, scoliose).

#### JOUR 2 :

##### **4 - Analyse des risques sur les Troubles Musculo-Squelettiques**

Les TMS se sont des pathologies d'origine professionnelle qui affectent les tissus mous situés à la périphérie des articulations.

La France est le 1er pays du monde où sont déclarées le plus de Maladies Professionnelles concernant les TMS. En augmentation continue, les TMS représentent aujourd'hui 80% des maladies Professionnelles reconnues.

##### **Ces pathologies surviennent suite aux conditions de travail :**

- Travail de force
- Une grande répétitivité des gestes
- Mauvaises postures (prolongées et pénibles)
- Vibrations, froid ...

Les TMS sont les conséquences d'une hyper sollicitation de l'appareil locomoteur (tronc, membres supérieur et inférieur) d'origine essentiellement professionnelle.

##### **5 - Analyse de situation de travail** (Démarche d'analyse de l'opérateur...)

##### **6 - Proposition d'amélioration des postes de Travail** (simple)

## ➤ METHODES PEDAGOGIQUE ET IDENTIFICATION DES AXES DE TRAVAIL :

- Alternance d'apports méthodologiques et de mises en pratique à partir des outils existants dans les établissements
- Travail de recueil d'informations et de document en inter session.
- Échanges, travail en sous-groupe sur la formalisation de documents et supports
- Réponses aux questions clés

## ➤ EVALUATIONS

- Evaluation de niveau préformation par qcm
- Evaluation de l'atteinte des objectifs visés à travers un qcm
- Evaluation de la satisfaction à chaud à travers un questionnaire est réalisée « à chaud » de manière individuelle,
- En groupe de manière orale et en présence - si possible - d'un représentant de la structure.
- Une synthèse des points clefs est rédigée par le formateur à la fin de la formation à l'attention du Directeur de la structure
- A l'issue de la formation, un certificat de réalisation sera remis aux stagiaires ayant effectué l'intégralité de la formation.
- Une évaluation à froid sera envoyé à 90 jours à la direction de la structure et/ou aux apprenants si nécessaire
- Bilan avec le formateur en fin de session

## ➤ PROFIL DE L'INTERVENANT

- Formateur PRAP 2S certifié INRS.

## ➤ MATERIEL :

- PC portable
- Ecran
- Power point
- Paper Board

(Formation dans votre établissement possible si le nombre de stagiaires est suffisant)

TARIF DE LA FORMATION SUR DEVIS – DETAIL DANS LA CONVENTION DE FORMATION

### SAS MEDICALYS FORMATION

27 Route de Cannes – 06650 OPIO

Tél : 09.80.42.18.53

@ : [direction@medicalys-formation.fr](mailto:direction@medicalys-formation.fr)

SIRET : 902 283 340 000 13

APE : 8559 A

Numéro de Déclarant d'Activité de Formation Professionnelle :

93 06 09371 06

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

**Certification Qualiopi N°QUA-21060103**

Elaboration du document	Validation du document
Didier LECLERC DCF.022 2022-1	Didier LECLERC – Président Validé le 01/02/2022