

# PROGRAMME

## Acteur PRAP 2S

### Secteur Sanitaire Social

Formation initiale intra-entreprise en présentiel  
Programme conforme au référentiel V9.01/2021

#### La durée

- ✗ 4 jours (28 heures)
- ✗ Environ 20 mn avant la formation consacrées à la réponse à un questionnaire + la réalisation d'un travail préalable

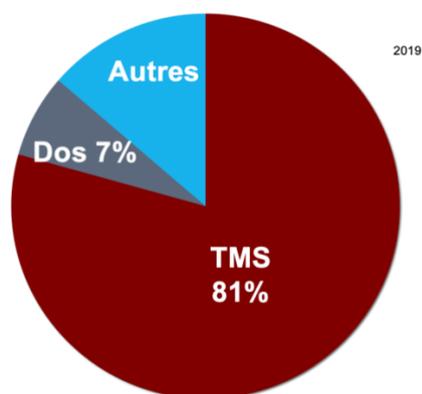
#### Les participants

- ✗ Aucun prérequis.
- ✗ 3 à 10 stagiaires

#### Le contexte

Les TMS restent un enjeu de santé majeur :

##### Nature des maladies professionnelles reconnues



La formation PRAP correspond à la recommandation des CARSAT pour prévenir les TMS.

Elle est sanctionnée par un certificat national « d'Acteur Prévention des Risques liés à l'activité Physique » délivré par l'INRS.

Pour relever cet enjeu, le Réseau Prévention développe une nouvelle approche de l'accompagnement des déplacements des personnes à mobilité réduite : ALM « Accompagner La Mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi ». La présente formation PRAP 2S intègre cette recommandation.



**Accessibilité de la formation :**  
La formation est accessible aux personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques. Notre Référent Handicap est chargé d'organiser leur accueil :  
Mathilde ☎ 06 75 633 640  
✉ fpcsudouest@gmail.com



Certifié QUALIOPi – N° FRO60805-2  
Certifié VERISELECT – N° FRO56695-1

#### FPC Sud Ouest

actions de Formation, Prévention et  
Conseil pour la réduction des risques  
professionnels

🌐 [www.fpcso.com](http://www.fpcso.com)  
📄 9 rue Sébastopol  
31000 Toulouse  
☎ 06 75 63 36 40  
✉ fpcsudouest@gmail.com

SARL au capital de 10 000 €  
Siret 478 622 632 00014  
RCS Toulouse  
APE 8559A  
N° existence 73.31.04326.31  
N° assurance RCP 300010020

#### Référents

Accueil / handicap / administratif  
**Mathilde** ☎ 06 75 63 36 40  
✉ mathilde.dates@gmail.com

Pédagogie / qualité :  
**Christian** ☎ 06 52 01 54 60  
✉ cerisere.christian@neuf.fr

Protection données personnelles :  
**Justine** ☎ 07 55 77 21 14  
✉ jdeduitfpc@gmail.com

**Formateurs**  
Christian, Philippe, Pascal

## Les objectifs de la formation

- ✗ Réduire les accidents du travail et maladies professionnelles liés à l'activité physique
- ✗ Mettre à jour le « Document Unique de prévention des risques » avec des risques factuels observés par les opérateurs dans leurs situations de travail réelles
- ✗ Introduire ALM dans l'accompagnement des déplacements des personnes aidées

## Les objectifs pédagogiques

Être un acteur de la prévention dans sa structure en :

- ✗ Détectant des risques physiques et en proposant des pistes d'amélioration,
- ✗ Informant la hiérarchie ou le référent
- ✗ Accompagner la mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi

## Le lieu

- ✗ Dans une salle de l'entreprise avec la possibilité d'écrire (table + chaise) et compatible avec les règles internes de distanciation.
- ✗ Le groupe doit dans la mesure du possible pouvoir accéder aux lieux de production pour observer les situations de travail.

## Les outils pédagogiques

### Les outils pédagogiques issus de l'observation préalable des situations de travail

- ✗ Préalablement à la 1ère journée de formation intra entreprise, le formateur observe des situations de travail des futurs stagiaires dans le but de :
  - Recueillir des photos et films de situations réelles, utilisés au cours de la formation
  - Etablir sa stratégie de formation en fonction des principaux types de risques observés
  - Connaître la nature et le lieu de rangement des aides à la manutention présentes dans l'établissement
- ✗ Lorsque plusieurs sessions de formation sont organisées au sein d'un établissement, une seule observation préalable suffit

### Les éléments fournis par les stagiaires :

Sont communiqués à chaque stagiaire avec la convocation un questionnaire préalable et le descriptif d'un travail à réaliser.

- ✗ Le questionnaire préalable pose des questions en relation avec la formation de manière à développer des attentes.
- ✗ Le travail préalable consiste à prendre en photo une situation de travail ou une reconstitution de situation de travail comportant des efforts particuliers, des postures contraignants, des risques, etc. et à collecter des informations factuelles sur cette situation : poids, distances, dimensionnements... Cette photo pourra constituer la situation de travail individuelle décrite le dernier jour de formation.

### Les documents à fournir par l'entreprise :

(Lorsque celle-ci dispose de ces informations et documents, préalablement)

- ✗ La liste exhaustive des accidents de l'année précédente et de l'année en cours avec si possible indication de la cause (chute, ...) et de la durée de l'arrêt de travail
- ✗ Les maladies professionnelles déclarées au cours des 3 dernières années
- ✗ Le Document Unique d'évaluation des risques (s'il est volumineux, la partie concernant les stagiaires ou la majorité d'entre eux)
- ✗ S'il en existe, la procédure ou la fiche permettant de signaler un risque, fait indésirable, etc.

*NB : L'intervenant est soumis à une obligation de confidentialité*

### Équipement fourni par l'établissement pour la partie ALM de la formation :

#### Indispensable :

- ✗ Un lit médicalisé avec potence, matelas, drap et oreiller jusqu'à 5 apprenants, 2 au-delà
- ✗ Un fauteuil roulant manuel
- ✗ Un fauteuil confort
- ✗ Un lève-personne électrique roulant capable de lever une personne au sol avec au minimum 3 tailles de harnais

- ✗ Un verticaliseur électrique avec 3 tailles minimum de harnais
- ✗ Déambulateur

#### Souhaité mais non indispensable :

- ✗ Lève-personne suspendu sur rail avec 3 tailles minimum de harnais
- ✗ Rollbord
- ✗ Cannes simple et/ou anglaise

#### **Les autres outils pédagogiques :**

- ✗ Cours PowerPoint, vidéoprojecteur
- ✗ Films INRS « Les mécanismes du stress au travail », « En quête de soins », « Les principes généraux de prévention »
- ✗ Fiche d'observation et d'analyse des situations de travail dangereuses
- ✗ Pour la partie ALM :
  - Une caisse avec poignées
  - 4 draps de glisse de 2 tailles (1 appui et 2 appuis = épaules + bassin) glissant des deux côtés et sans poignées
  - Lunettes de Kit de vieillissement
  - Coussin unidirectionnel
  - Mouflas de glisse

#### **Les méthodes pédagogiques et d'encadrement**

- ✗ Exposés et discussions
- ✗ Exercices en sous-groupes
- ✗ Analyse de séquences de travail photographiées, filmées ou si possible observées directement
- ✗ Le formateur est présent en permanence et assiste les apprenants dans l'atteinte de leurs objectifs

#### **L'organisation de la formation dans le temps**

Codes couleur :

Analyse PRAP

ALM



#### **Le contenu du programme**

##### Connaître les risques du métier et l'intérêt de la prévention

- ✗ Identifier les enjeux humains, économiques et règlementaires de la santé et sécurité au travail
- ✗ Maîtriser le vocabulaire de la prévention
- ✗ Situer les acteurs de prévention et leur rôle



Chaque apprenant décrit la Mécanique d'Apparition du Dommage d'un accident qui a eu lieu dans son poste ou d'un risque qui pourrait générer un accident

##### Connaître son corps et ses limites

- ✗ Connaître l'anatomie, la physiologie et les pathologies du dos et les facteurs de dorsalgies.
- ✗ Connaître l'anatomie, la physiologie et les pathologies de l'épaule et du poignet et les facteurs de TMS.
- ✗ Identifier les facteurs de risque biomécaniques à l'aide de grilles ergonomiques



Les apprenants dessinent une carte mentale des facteurs de TMS biomécaniques (déjà abordés), individuels, environnementaux et psychosociaux

##### Identifier des enjeux de l'accompagnement de la personne aidée et l'intérêt d'un élargissement du modèle



Les apprenants réalisent des accompagnements de personnes à mobilité réduite : se le lever, s'asseoir, se coucher, se rehausser dans le lit, s'asseoir sur le bord du lit...

- ✗ L'évolution des techniques de manutention de personnes : les grands courants, les principes, la nature des manutentions au regard de R471, les autres critères



Les apprenants caractérisent l'assistance apportée dans les déplacements antérieurs

## Connaître les déplacements naturels

- ✗ Les étapes de déplacements naturels, les capacités, les éléments d'environnement et les caractéristiques des meubles et du matériel qui aident à réaliser le mouvement ou au contraire le contraignent



Les apprenants en sous-groupes analysent : se lever du fauteuil, s'asseoir dans le fauteuil, s'allonger dans le lit, s'asseoir au bord du lit

- ✗ L'adéquation des meubles avec les déplacements naturels
- ✗ Les motifs de la perte de la gestuelle naturelle

## Observer et analyser des situations de travail

- ✗ Le travail prescrit et le travail réel
- ✗ Les dimensions de l'homme au travail
- ✗ La Fiche d'Observation et d'Analyse d'une Situation de Travail à risque de TMS (FOAST)

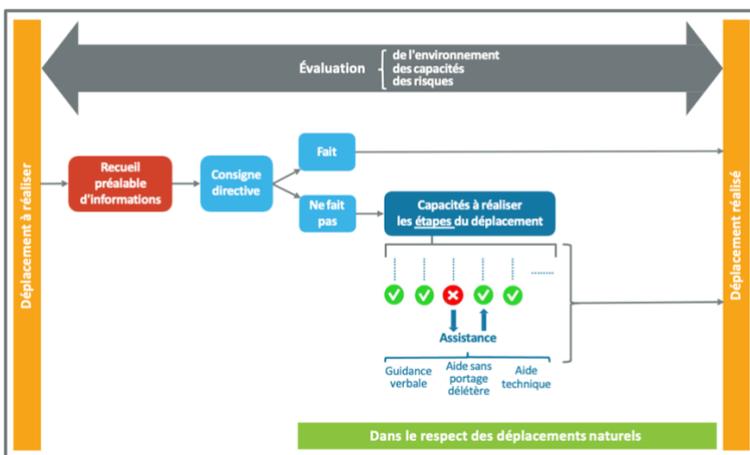


Les apprenants en grand groupe puis dans des groupes de plus en plus petits analysent différentes situations de travail, intégrant progressivement la présence de personnes aidées

## Connaître les schéma décisionnel ALM et accompagner un déplacement sans aide technique

### Schéma décisionnel ALM

(Accompagner La Mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi)



- ✗ Les principes au cœur de l'accompagnement ALM



Les apprenants en groupes de 3 ou 4 mettent en œuvre des scénarios simples d'accompagnement

## Analyser la situation d'accompagnement

- ✗ L'évaluation de l'environnement, des risques et des incapacités de la personne aidée avant l'accompagnement
- ✗ La communication avec des personnes ayant des incapacités sensorielles ou cognitives



Les apprenants en groupes mettent en œuvre des scénarios incluant des éléments environnementaux et des risques sur lesquels il est nécessaire d'agir, des incapacités sensorielles ou cognitives nécessitant une adaptation.

## Accompagner un déplacement en utilisant des aides techniques

- ✗ Inventaire et REX (Retour d'Expérience) des aides techniques inertes présentes dans l'établissement
- ✗ La représentation graphique du partage des efforts entre la personne aidée, l'aidant et l'aide technique



Les apprenants en groupes mettent en œuvre des scénarios nécessitant l'utilisation d'aides techniques inertes (ou pas)

- ✗ Inventaire et REX (Retour d'Expérience) des aides techniques mécanisées présentes dans l'établissement



Les apprenants en groupes mettent en œuvre des scénarios nécessitant l'utilisation d'aides techniques mécanisées (ou pas)

## Valider sa compétence ALM

## Convaincre de l'intérêt de l'ALM



Les apprenants créent des sketches dans lesquels il s'agit de convaincre un résident ou un membre de sa famille, un collègue ou un membre de la Direction de l'intérêt d'ALM

- ✘ Inventaire des arguments en grand groupe

## Observer et analyse l'une de ses situations de travail



Chaque apprenant analyse avec la Fiche d'Observation et d'Analyse d'une Situation de Travail (FOAST) la situation de travail qu'il a décrite lors du travail préalable à la formation

## Participer à la maîtrise du risque

- ✘ L'identification de mesures de prévention
  - ... à partir des causes des sollicitations
  - ... à partir des déterminants généraux de la situation de travail
  - ... à partir des facteurs de production TOH et des Principes Généraux de Prévention



Chaque apprenant complète la 4<sup>ème</sup> colonne de son analyse

- ✘ Remonter l'information à la personne ad hoc et respectant les modalités attendues de la transmission

## Rendre compte de son analyse



Chaque apprenant présente son analyse devant le grand groupe.

Lorsque la remontée d'information attendue est orale, il effectue celle-ci, sinon il la remet par écrit au formateur. Après l'exposé, le grand groupe donne son avis sur l'analyse et les mesures de prévention.

## Valider sa compétence Analyse PRAP

### L'évaluation certificative des compétences

- ✘ Capacité à analyser une situation de travail et à proposer des pistes d'amélioration
- ✘ Capacité assurer un accompagnement respectant le schéma décisionnel ALM



**Formation certifiante : Taux de réussite moyen du 01/01/2019 au 31/12/2021 = 92%\***

*\* Taux = Nombre de stagiaires certifiés / Nombre de stagiaires inscrits. Ce taux inclut les stagiaires non certifiés pour raison d'absentéisme ou d'abandon de la formation, y compris lorsque l'employeur est à l'origine de l'absence. Il intègre aussi l'absentéisme cas contact covid.*

## Le suivi

- ✘ Les stagiaires qui ont suivi l'intégralité de la formation et ont réussi l'évaluation des compétences, reçoivent un certificat national Acteur PRAP. La qualité d'Acteur PRAP est acquise pour une durée de 2 années au terme de laquelle une formation de Maintien et d'Actualisation des Compétences (MAC) de 1 journée permet de la prolonger pendant une nouvelle période de 2 ans.
- ✘ Compte rendu de formation intégrant les analyses et les propositions d'amélioration des stagiaires