



## Programme de formation

Initiale PRAP 2S

### But de la formation

Permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accident du travail ou de maladies professionnelles liés aux activités physiques en le rendant acteur de sa propre prévention, et de la prévention des risques liés aux activités physiques de son établissement.

### Objectifs pédagogiques

1. Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à la manipulation, au transport manuel, aux postures de travail et
2. Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique en utilisant les connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain, no
3. Identifier les éléments déterminant les gestes et les postures de travail
4. Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents en fonction de la situation de travail
5. Proposer des améliorations afin d'éviter ou de réduire les risques identifiés

### Pré-requis

Aucun

### Type de public

Salariés du secteur Sanitaire et Social

### Accessibilité aux personnes handicapées

La formation est accessible aux personnes handicapées.

Pour une prise en compte optimale, veuillez nous contacter afin d'étudier les possibilités d'aménagement.

### Modalité, Organisation et délai d'accès

Les formations ont lieu en présentiel

- Intra-entreprise (Stagiaires issus du même établissement): Dans vos locaux ou Centre de formation Croix Blanche - 3 rue Mansart 78370 PLAISIR. Dès validation de notre proposition commerciale nous nous engageons à organiser la formation dans un délai d'un mois maximum.

### Tarifs

- Intra-entreprise: sur devis [Nous contacter par mail](#) ou au 0130550202

### Modalités d'évaluation



Les compétences seront évaluées en continu durant la formation par le formateur PRAP en s'appuyant sur les évaluations prévues dans le manuel de l'Acteur PRAP et à l'aide de la grille de certification de l'INRS.

## **Moyens pédagogiques**

---

Au préalable à la formation, le formateur étudie les postes de travail des participants.

Diaporama, vidéos.

Matériel utilisé par les participants en situation de travail.

## **Sanction de la formation**

---

Certificat d'acteur Prap INRS.

## **Méthodes pédagogiques**

---

La formation se déroule sur 3 jours de formations non consécutifs: 2 jours puis 1 journée espacée au minimum de 2 semaines de la 1ère séquence.

Alternance entre formation théorique, apprentissage et exercices.

## **Durée**

---

21 heures (3 jours).

## **Programme**

---

DOMAINE DE COMPETENCE 1 – Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou établissement

- Comprendre l'intérêt de la prévention
- Connaître les risques de son métier

DOMAINE DE COMPETENCE 2 – Etre capable d'observer et d'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

- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé

DOMAINE DE COMPETENCE 3 – Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement

- Proposer des améliorations de sa situation de travail

**CROIX BLANCHE FPE**

5 rue des frères Lumière  
78370 PLAISIR  
01 30 55 02 02  
croixblanche.fpe@gmail.com



- Faire remonter l'information aux personnes concernées
- Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort
- Les manutentions basées sur les mouvements naturels du corps humain
- Les manutentions protectrices adaptées à la personne aidée
- L'utilisation des aides techniques préventives

*Révision v3 05/2021*