



## FORMATION MAC PRAP 2S

### Maintien et actualisation des compétences PRAP 2S

#### Objectifs de la formation

Formation MAC PRAP 2S: Maintenir et actualiser les connaissances du personnel des établissements publics et privés du secteur sanitaire et social, lui permettre de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles.

#### Compétences visées

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- 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

### Présentation

- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention dans le milieu sanitaire et social
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi (démarche ALM – Accompagnement de La Mobilité)

#### Prérequis

- Être titulaire du certificat acteur PRAP 2S de l'INRS

#### Personnes concernées

- Tout salarié des secteurs sanitaire et social (hôpitaux, EHPAD, etc.)

#### Durée

- 2 jours soit 14h

#### Intervenants

- Formateur PRAP 2S formé et habilité par l'INRS

#### Pédagogie

- Enseignement théorique et exercices pratiques pour appréhender les gestes de secours

#### Nombre de participants

- 10 participants maximum

#### Attribution finale

- Certificat ACTEUR PRAP 2S
- Attestation de fin de formation
- Remise d'un livret PRAP 2S à chaque stagiaire conforme au document de référence de l'INRS

#### Évaluation

- Un travail personnel est demandé à chaque participant concernant l'analyse d'une situation de travail Évaluation théorique et pratique réalisée tout au long de la formation et une certification finale selon la grille de certification des compétences Acteur PRAP 2S de l'INRS

#### Accessibilité

- Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap, sous certaines conditions (nous consulter)

#### Délais d'accès

- 1 jour après signature de la convention

## Programme

Accueil des stagiaires

Présentation du formateur PRAP  
et des stagiaires

Présentation de la formation  
(validité / recyclage), des objectifs  
et des compétences

**ENSEIGNEMENT THÉORIQUE : 40%**

**ENSEIGNEMENT PRATIQUE : 60%**

Conforme au Document de référence du  
dispositif PRAP – V9 - 01/2021 (INRS).  
Entité habilitée PRAP 2S Niveau 1 –  
N° 1508544/2022/Prap-2S-01/0/12.  
Le DC4 (ALM) est obligatoire depuis  
le 01/01/2023.

**OFPS Île de France**  
**Satisfaction pédagogie : 93%**  
**Taux de réussite : 100%**

## Enseignement théorique

### RETOUR D'EXPÉRIENCES

- Les enjeux de la démarche PRAP
- Se situer dans le dispositif PRAP
- Les facteurs de risques et de sollicitation
- L'analyse des déterminants
- Amélioration des conditions de travail  
et principes de prévention
- Les principes de sécurité physique  
et d'économie d'effort

### ACTUALISATION DES COMPÉTENCES

- Mise à jour de nouvelles techniques et des risques  
de l'entreprise/ou de l'établissement
- La place de l'activité physique dans l'activité  
de travail
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur  
et leurs conséquences sur la santé
- Les aides techniques à la manutention



## Enseignement pratique

### **PARTAGE DES EXPÉRIENCES**

- 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

### **ÉCHANGES DE PRATIQUES**

- Analyse de situations de travail
- Participation à la maîtrise du risque
- Les déplacements naturels de la personne et les outils d'aide à la manutention
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités des opérateurs

### **ACTUALISATION ALM – ACCOMPAGNEMENT DE LA MOBILITÉ (DC4 – 7H)**

- Rappel des enjeux de l'accompagnement : bénéfiques pour la personne aidée, l'accompagnant et l'établissement
- Révision des déplacements naturels et des mouvements élémentaires
- Analyse de situations d'accompagnement : évaluation des capacités et de l'environnement
- Actualisation sur les aides techniques et leur utilisation adaptée
- Mises en situation pratiques d'accompagnement de la mobilité (sans portage délétaire)
- Épreuve certificative du DC4 : mise en situation d'accompagnement selon la démarche ALM

### **MAINTIEN DES CONNAISSANCES**

14h tous les 2 ans (dont 7h ALM)