

## VARA PRODUCTION

45 avenue de la Rijole  
09100 PAMIERS  
Email: [direction@varaproduction.fr](mailto:direction@varaproduction.fr)  
Tel: 0561673721



### PRAP 2S ALM

La formation d'acteurs en prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP 2S ALM) implique de par sa nature un engagement de l'encadrement ou de l'employeur dans cette démarche de prévention globale, car elle peut conduire à des modifications organisationnelles, techniques ou humaines dans l'établissement. Le salarié devient l'acteur de sa santé et participe activement à la prévention de son entreprise. Force de proposition, il participe à l'amélioration des conditions de travail.

**Durée :** 28.00 heures (4.00 jours)

**Effectifs :** 4 minimum 10 maximum

**Lieux :** Dans vos locaux

#### Profils des stagiaires

- Personnel travaillant dans le secteur du médico-social.

#### Prérequis

- Aucun.

#### Accessibilité

Cette formation est accessible à tous. Si vous avez besoin d'une aide ou d'un aménagement spécifique. Nous nous engageons à trouver les solutions les mieux adaptées à votre handicap.

#### Objectifs pédagogiques

- Caractériser l'activité physique dans leur situation de travail.
- Situer les enjeux pour le personnel lié à l'activité professionnelle.
- Caractériser les dommages potentiels de l'activité physique sur le corps humain.
- Détecter les risques d'atteintes à sa santé et les mettre en lien avec les éléments déterminants son activité physique.
- Proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés. Participer à leur mise en œuvre et à leur évaluation.
- Limiter les risques pour l'autre et soi liés à la manutention de personnes en appliquant les principes de base de sécurité physique et d'économies d'effort.

#### Contenu de la formation

- Les enjeux liés aux accidents du travail et maladies professionnelles

## VARA PRODUCTION

45 avenue de la Rijole  
09100 PAMIERS  
Email: [direction@varaproduction.fr](mailto:direction@varaproduction.fr)  
Tel: 0561673721



- Les principes de la prévention des risques professionnels
- Notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
- Les éléments déterminants de l'activité physique
- Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail
- Observation et analyse d'une situation de travail
- Proposition d'amélioration
- Les principes de base d'économie d'effort
- Les techniques de manutention de personnes dans le respect de leur autonomie
- Accompagnement de la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### Organisation de la formation

#### Equipe pédagogique

Infirmier formateur PRAP 2S ALM certifié par l'INRS ayant une expérience avérée sur le terrain. Qui a suivi le module complémentaire d'accompagnement à la mobilité (ALM)

#### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Animation à l'aide d'un support vidéo projeté.
- Alternance d'apports théoriques et d'échanges, étude de cas et mise en situation.
- Matériel de manutention utilisé par le personnel
- Lit médicalisé
- Fauteuil roulant
- Charges fictives de manutention
- Livret de formation remis à chaque stagiaire

#### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation à chaud.
- Formulaire d'évaluation de la formation à froid.
- Questionnaire de satisfaction à remplir et rendre à l'issue de la formation
- Questions orales.
- Méthodes pédagogiques mobilisées : théorique, études de cas et exercices pratiques. Chaque participant a l'occasion de réaliser des analyses de situation de travail sur des cas concrets issus de son travail réel.
- Évaluation : Une épreuve de certification (écrite ou orale) : observation, analyse et proposition d'amélioration de situation de travail.

## **VARA PRODUCTION**

45 avenue de la Rijole

09100 PAMIERS

Email: [direction@varaproduction.fr](mailto:direction@varaproduction.fr)

Tel: 0561673721



### **Documents remis à l'issue de la formation**

Délivrance d'un certificat de formation individuel PRAP 2S ALM.

Durée de validité : 2 an(s)