

Prévention des Risques Liés à l'Activité Physique (PRAP 2 S)

Objectifs

Etre capable de :

- caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
- situer l'importance des atteintes à la santé (AT/MP) liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel de l'établissement
- caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- détecter les risques d'atteintes à sa santé et de les mettre en lien avec les éléments déterminant son activité physique
- proposer les améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés, de participer à leur mise en oeuvre et à leur évaluation, et donc apprendre à corriger son environnement pour faciliter le travail à moindre risques
- limiter les risques liés à la manutention manuelle de personnes à mobilité réduite en appliquant les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
- perfectionner les techniques de manutention des personnes âgées et l'utilisation d'appareils de manutention.

Contenu

Capacité 1 : situer l'importance des risques d'accidents et maladies professionnelles liés à l'activité physique

- Définitions de base
- Statistiques nationales sur les accidents du travail et les maladies professionnelles dus à l'activité physique

Capacité 2 : identifier et caractériser les risques liés à la manipulation, au transport manuel des charges, aux postures de travail et aux gestes répétitifs, en utilisant des connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain.

- Les notions élémentaires d'anatomie et de physiologie des différents appareils et ou systèmes (mécanique humaine)
- L'activité et la fatigue
- L'énoncé des 4 principales lésions relatives au disque intervertébral (lumbago, sciatique, hernie discale, tassement discal)
- L'énoncé des facteurs aggravants entraînant la détérioration du fonctionnement articulaire (vieillesse, vibrations, postures contraignantes, port de charges, mouvements répétitifs...)
- L'énoncé des principales lésions provoquées par l'hypersollicitation des membres supérieurs et inférieurs (TMS ...)

Capacité 3 : identifier les éléments déterminant des gestes et des postures de travail

- Les éléments déterminants (flux, reprise de charge, zone de travail accessible ou inaccessible...)
- Les notions d'ergonomie

Capacité 4 : appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents, en fonction de la situation de travail

- Les conditions préalables à toute activité physique de travail
- Évaluation du potentiel de la personne soignée ou aidée
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle des malades / personnes à mobilité réduite

Capacité 5 : proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques identifiés

- L'observation et l'analyse d'une situation de travail
- L'aménagement dimensionnel du poste de travail

Les stagiaires qui auront suivi la totalité de la formation et auront satisfait aux épreuves certificatives pourront prétendre à l'obtention du certificat d'Acteur PRAP, délivré par l'INRS par l'intermédiaire de l'organisme de formation.

Méthodes pédagogiques

- Théorie à partir du référentiel et films INRS

- Mise en pratique s'appuyant sur les conditions de travail habituelles

- Utilisation de matériel de base :

2 tables d'examen, 2 sièges à accoudoirs escamotables, 2 lits médicalisés, 2 tables de nuit, cannes, déambulateurs, disques de pivotement, planches de transfert, draps de glissement, soulève malade, siège de transfert.

Modalités d'évaluation

Évaluation écrite des acquis de la formation et bilan oral

Public concerné

Tout professionnel de santé

Prérequis

Maîtrise des savoirs de base

Durée formation

4 jours non consécutifs (21H)

Lieux

Intra-établissement

Inter-établissement : Colmar
Nous consulter pour nos autres sites de formation

Tarifs

Intra-établissement :
1 110 à 1 400€ / jour pour un groupe selon le lieu de formation

Inter-établissement :
220€ / participant (repas en sus 8,50€ /participant)

4 à 10 personnes maximum

Délais d'accès

Variable et inférieur à 2 mois

Modalités d'accès

Signature de la convention de formation

Intervenant

Formateur en gestes et postures

Contact

03 89 21 22 55
institut-formation.continue
@diaconat-mulhouse.fr

Référent handicap
03 89 21 22 50