Formation PRAP sanitaire et social (2S – ALM)

OBJECTIFS :
Permettre au salarié de devenir acteur de la prévention et d'être acteur de sa propre prévention.
Le salarié sera capable de :

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise.
- Observer et 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
- Participer à la maitrise du risque dans son entreprise et à sa prévention
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

PEDAGOGIE :
Exposé pédagogique inter actif
Utilisation de matériel simple de manutention.
Applications pratiques par chaque stagiaire.
Remise d'un document récapitulatif à chaque stagiaire.

PUBLIC CONCERNE :
Tout salarié désireux de participer à la maitrise du risque dans son entreprise.

PRE REQUIS :
Aucun.

PARTICIPANTS :
Maximum : 10 personnes

DUREE :
4 jours, soit 28 heures dont 14 heures consacrées à l'ALM.

INTERVENANTS :
Formateur de formateur PRAP 2S - ALM certifié par l'INRS
Formateur PRAP 2S ALM certifié par l'INRS
Salariés de H2S Formation ou sous-traitant (Vacataires, Indépendants, Of Partenaires…)

VALIDATION :
2 épreuves certificatives INRS.
Attestation de fin de formation
Certificat d'acteur PRAP 2S-ALM

LIEU DE LA FORMATION :
En intra : Sur site.

La présentation de la formation

- La présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise
- Le rôle de l'acteur PRAP
- Le contexte national
- Les enjeux humains, économiques, financiers et juridiques

La place de l'activité physique dans la situation de travail

- La notion de danger, de risques, de situation dangereuse, de dommage
- L'accident de travail et maladie professionnelle
- L'homme en situation de travail
- La notion de charge de travail

Les principaux éléments de l'anatomie- physiologie

- Le squelette
- Les ligaments, muscles, tendons et nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

Les différentes atteintes et leurs conséquences

- Les atteintes de l'appareil locomoteur
- Les atteintes au niveau du dos
- Les TMS des membres supérieurs et inférieurs

Les facteurs de risques

- Les différents facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique
- Les amplitudes articulaires

L'analyse de la situation de travail

- La méthode de description de la situation de travail
- Les repères méthodologiques de l'analyse des déterminants

L'amélioration des conditions de travail et principes de prévention

- Les principes généraux de prévention
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- La recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail
- La remontée d'information

L'épreuve certificative n°1

Les aides techniques à la manutention

- Les Equipements de Protection Individuels
- Les outils de préhension
- Les moyens mécanisés de manutention.

OBJECTIFS :
Permettre au salarié de devenir acteur de la prévention et d'être acteur de sa propre prévention.
Le salarié sera capable de :
Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise.
Observer et 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
Participer à la maitrise du risque dans son entreprise et à sa prévention
Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

PEDAGOGIE :
Exposé pédagogique inter actif.
Utilisation de matériel simple de manutention.
Applications pratiques par chaque stagiaire.
Remise d'un document récapitulatif à chaque stagiaire.

PUBLIC CONCERNE :
Tout salarié désireux de participer à la maitrise du risque dans son entreprise.

PRE REQUIS :
Aucun.

PARTICIPANTS :
Maximum : 10 personnes

DUREE :
4 jours, soit 28 heures dont 14 heures consacrées à l'ALM.

INTERVENANTS :
Formateur de formateur PRAP 2S - ALM
Certifié par l'INRS
Formateur PRAP 2S ALM certifié par l'INRS
Salariés de H2S Formation ou sous-traitant
(Vacataires, Indépendants, Of Partenaires…)

VALIDATION
2 épreuves certificatives INRS.
Attestation de fin de formation
Certificat d'acteur PRAP 2S- ALM

LIEU DE LA FORMATION :
En intra : Sur site

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Le port de charges simples
- La caisse avec anse
- La caisse sans anse
- La caisse fragile
- Les seaux
- Le travail en équipe
- Les exercices de mises en application

La Pratique 2S - ALM

- Identifier les enjeux d'un accompagnement
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
- Analyser la situation d'un accompagnement
- Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement

L'épreuve certificative n°2

La synthèse

- Bilan de la formation
- Attestation de fin de formation
- Questionnaire de satisfaction

La périodicité du certificat est fixée à 24 mois maximum.