

## FORMATION

### COMPÉTENCES RECHERCHÉES

- Se situer en tant qu'Acteur de la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique dans son établissement.
- Être 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.
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son établissement et à sa prévention.
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi. (PRAP 2S uniquement)

### LES DOCUMENTS RESSOURCES

- Grille d'observation et d'analyse d'une situation dangereuse. V4 - 09/2021
- Référentiel de compétence INRS de l'Acteur PRAP. V9 - 01/2021
- Livret INRS « Devenir Acteur PRAP ».
- Fiches INRS sur l'accompagnement à la mobilité (ALM).

### PRÉREQUIS

- Aucun.

### CONDITION DE RÉUSSITE DE LA FORMATION

- Démarche de prévention présente dans l'établissement.

# # « Devenir Acteur PRAP »

« Devenir Acteur de la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique » est une formation qui s'inscrit dans une démarche globale de prévention des risques professionnels. Dispensée par une personne certifiée par l'INRS. Elle prend en compte tous les éléments qui composent la situation de travail afin de faire une analyse globale et adapter le travail à l'Homme. Ainsi cette formation permet d'acquérir de nouvelles compétences pour prévenir les différentes atteintes à la santé liées au travail.

**INTERVENANT**  
Ergothérapeute et  
Formateur d'Acteur PRAP  
certifié INRS

**PRAP 2S**



4 JOURS<sup>(1)</sup>

**PRAP IBC**



2 JOURS<sup>(2)</sup>



8/10  
PERS. MAX



INTRAMUROS



SALARIÉS  
2S ou IBC<sup>(3)</sup>



RÉALISABLE  
SOUS 12 MOIS



ACCESSIBLE  
AUX PERSONNES  
EN SITUATION  
DE HANDICAP

<sup>(1)</sup>2 jours + 2 jours. Un travail d'intercession est demandé. <sup>(2)</sup>1 jour + 1 jour. Un travail d'intercession est demandé. <sup>(3)</sup>Salariés du domaine sanitaire et médico-social (2S) / Salariés du domaine Industrie-Bâtiment-Commerce (IBC). <sup>(4)</sup>Inclut un RDV avant et après la formation avec transmission d'un plan d'action. <sup>(5)</sup>+ 350 € de frais administratifs pour toute la formation.

## LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

Connaître les risques de son métier  
et comprendre l'intérêt de la Prévention

- Définition de la PRAP / Démarche de Prévention.
- Les acteurs, leurs rôles et les enjeux de la prévention.
- Les risques et le mécanisme d'apparition du risque.

Connaître le fonctionnement  
et les limites du corps humain

- Notions d'anatomie (articulations, système nerveux, colonne vertébrale).
- Les pathologies, les troubles musculo-squelettiques.
- Les principes de sécurité et d'économie d'effort.

Observer son travail pour identifier  
ce qui peut nuire à la santé

- Méthode d'observation des éléments constituant une situation de travail.
- Les Principes généraux de la Prévention.

Participer à la maîtrise du risque  
dans son établissement et à sa prévention

- Communication interne / Création d'un groupe de pilotage.
- Les pistes d'amélioration pour améliorer les conditions de travail.

Accompagner la mobilité de la personne  
aidée (PRAP 2S uniquement) = ALM

- Les déplacements naturels / évaluation des capacités et des risques.
- Les modalités d'assistances : guidance verbale et non verbale, aide sans portage.
- Les aides techniques.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Heuristiques** : tours de table, quiz, brainstorming, travaux de groupe
- **Démonstratives** : exposés, PowerPoint, démonstrations pratiques
- **Applicatives** : mises en pratique, scénarios pédagogiques

### VALIDATION DE LA FORMATION

- Participation à l'entièreté de la formation
- Épreuves certificatives : 2S : deux épreuves / IBC : une épreuve
- Certificat « Acteur PRAP » : validité de 2 ans
- Quiz
- Enquête de satisfaction

Les certifications du dispositif PRAP sont soumises à des durées de validité. Elles doivent être renouvelées par des sessions de Maintien et Actualisation des Compétences (MAC)

Prérequis : être titulaire du certificat d'acteur PRAP 2S ou IBC

Le certificat Acteur PRAP est valable 2 ans, il est donc nécessaire de réaliser un MAC acteur tous les 2 ans. Ces sessions reprennent les compétences développées lors des formations initiales avec épreuves(s) certificative(s) à valider pour relancer la validité du certificat pour 2 ans.

**MAC 2S**



2 JOURS

2 épreuves  
certificatives

**MAC IBC**



1 JOUR

1 épreuve  
certificative