PRAP 2S

geste et posture - secteur sanitaire et social

Tout professionnel

1 journée
soit 7h

Intra-établissement

Remise d'une attestation individuelle de formation

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.
En effet, nous adaptons notre accompagnement ainsi que l'ensemble de nos processus, méthodologie et support à toutes les situations. **Notre référent handicap se tient à votre disposition.**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Devenir acteur de prévention dans son entreprise en identifiant les risques professionnels liés aux activités physiques du secteur sanitaire et social
- Observer et analyser les situations de travail pour repérer les gestes et postures à risques, prévenir les TMS et autres atteintes à la santé
- Maîtriser les principes d'économie d'effort et de sécurité physique, en adoptant des techniques adaptées pour la manutention des personnes et des charges
- Proposer et mettre en place des actions d'amélioration dans son environnement de travail, en collaboration avec les acteurs de l'entreprise et le management

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 1 : COMPRENDRE LES ENJEUX DE LA PRÉVENTION

- Introduction à la démarche PRAP et à son rôle dans l'entreprise
- Identification des risques professionnels dans le secteur sanitaire et social
- Impact des TMS, des accidents et des maladies professionnelles sur les salariés et l'employeur

MODULE 2 : ANATOMIE ET ANALYSE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

- Notions essentielles d'anatomie et de physiologie appliquées
- Fonctionnement de l'appareil locomoteur et identification des facteurs de risque physique
- Analyse des gestes et postures à risques dans les situations de travail

MODULE 3 : TECHNIQUES DE PRÉVENTION ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT

- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Manutention des personnes et des charges : techniques adaptées au secteur 2S
- Exercices pratiques pour intégrer les bonnes postures et prévenir les TMS

MODULE 4 : OBSERVATION ET AMÉLIORATION DES SITUATIONS DE TRAVAIL

- Méthodologie pour analyser et évaluer les activités physiques
- Identification des actions de prévention et des améliorations possibles
- Mise en œuvre de solutions pratiques et ergonomiques

MODULE 5 : VALIDATION DES COMPÉTENCES ET ACTIONS COLLECTIVES

- Études de cas concrets et exercices d'évaluation
- Retour d'expérience : échanges entre stagiaires sur les situations observées
- Élaboration d'un plan d'actions collectives pour une prévention durable en entreprise

MÉTHODES / MOYENS PÉDAGOGIQUES / ÉVALUATION

- Notre approche pédagogique s'appuie sur des méthodes de pédagogie active (exercices pratiques, études de cas concrets, travaux de groupe...)
- Feuilles d'émargement/relevé des heures de connexion
- Questionnaire des attentes de la formation et évaluation des impacts
- Questionnaire de satisfaction à chaud (à la fin de la formation)
- Attestation de fin de formation

QUALIFICATION DU FORMATEUR

- Formateur PRAP certifié