

**TOUT SECTEUR  
PRÉVENTION**



PRAP 2S ALM



### CONTACT

**MFR JARNAC**

12 rue Ernest Merlin

16200 JARNAC

Tel : 05 45 35 37 64

[mfr.jarnac@mfr.asso.fr](mailto:mfr.jarnac@mfr.asso.fr)

SIRET : 337 780 639 00023

N° Activité : 54 16 00187 16

La MFR-CFA de Jarnac est un établissement privé associatif de l'économie sociale et solidaire, sous contrat d'association avec le Ministère de l'Agriculture.

 [jarnac.mfr.fr](http://jarnac.mfr.fr)

# MFR

CULTIVONS LES RÉUSSITES

Formation par alternance  
JARNAC

## ACTEUR PRAP PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS A L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SANITAIRE ET SOCIAL AVEC AIDE A LA MOBILITE

**GESTES  
ET POSTURES**



**Habilité  
INRS  
CARSAT**

Adopter les **bonnes pratiques** et les gestes appropriés à la tâche à effectuer pour un **mieux-être au travail** et **réduire les risques professionnels**.

DURÉE	PUBLIC	PÉDAGOGIE
28 heures Soit 4 journées de 7h	Salariés des secteurs sanitaire et médico-social	30% théorie 70% pratique Travail d'intersession
ORGANISATION	PRÉ REQUIS	INTERVENANT
2 journées (14h) Travail d'intersession 2 journées consécutives (14h)	Aucun	Formateur PRAP certifié par l'INRS

### MAINTIEN ET ACTUALISATION DE COMPÉTENCES

Tous les 2 ans / durée 14H \*

\* Cf fiche Acteur PRAP MAC

### PUBLIC CONCERNÉ , CONDITIONS D'ACCÈS, PRÉREQUIS

Tout salarié qui a dans son activité **une part importante de travail physique** :

- Manutentions manuelles
- Ports de charge
- Travaux ou gestes répétitifs
- Mauvaises postures ...

Cette activité physique va nuire à la santé du salarié :

- Lombalgies
- Problèmes articulaires
- Efforts inutiles, excessifs
- ...



La MFR dispose de deux référents handicap, nous consulter pour adapter votre parcours.

# TOUT SECTEUR PRÉVENTION



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les fondamentaux de la prévention des risques
- Inscrire ses actions dans la démarche de prévention de la structure
- Réaliser l'évaluation de ses risques professionnels
- Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles

## LIEUX DE FORMATION

Sur le lieu de travail  
Angoulême - Jarnac



## GESTES ET POSTURES HABILITÉ INRS / CARSAT

Le formateur PRAP est certifié par le réseau Assurance Maladie Risques Professionnels / INRS

Le centre de formation est habilité par ce même réseau



## À CONSULTER SUR NOTRE SITE INTERNET



- DATES
- DÉLAIS D'ACCÈS
- TARIF
- RATIOS DE MESURE DE LA QUALITÉ DE LA FORMATION

[jarnac.mfr.fr](http://jarnac.mfr.fr)

Sous réserve de modification V170123



PRAP 2S ALM



## CONTENU DE LA FORMATION

- 1 Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques** liés à l'activité physique au sein de son entreprise :
  - Comprendre l'intérêt de la prévention
  - Connaître les risques de son métier
- 2 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**
  - Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique
  - Observer son travail pour voir ce qui peut nuire à sa santé
- 3 Être capable de participer à la maîtrise du risque** dans son entreprise
  - Proposer des améliorations de sa situation de travail
  - Faire remonter aux personnes concernées
  - Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort
- 4 Accompagner la mobilité** de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi :
  - Identifier les enjeux d'accompagnement
  - Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
  - Analyser la situation d'accompagnement
  - Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement
  - Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi.

## VALIDER LA FORMATION

- 1 Obtention du CERTIFICAT ACTEUR PRAP 2S-ALM, durée de validité 2 ans**
  - Avoir suivi l'intégralité de la session de formation initiale
  - Avoir validé l'intégralité des compétences du référentiel de compétences PRAP 2S-ALM
  - Avoir validé l'épreuve certificative de fin de formation organisée par le formateur certifié par l'INRS
  - Remise d'une attestation de fin de formation et de compétences acquises conformément à l'Article L. 6353-1 du Code du Travail
- 2 Obligation de MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES - MAC, tous les 24 mois**
  - Obligation de suivre la formation MAC d'une journée, soit 14 heures tous les 2 ans
  - Remise d'une attestation de fin de formation et de réactualisation des compétences conformément à l'Article L. 6353-1 du Code du Travail