

MANUEL DU FORMATEUR PRAP 2S

A destination des formations ACTEURS PRAP 2S mises en œuvre pour les élèves, les apprentis et les enseignants de la formation initiale

Ce manuel a été rédigé, à partir du document de référence de la PRAP V9 -01/2021 en lien avec les programmes de PSE, par un groupe de formateurs de formateurs de la formation initiale, en lien avec l'INRS et l'Équipe Pédagogique Nationale PRAP.

Suite aux modifications apportées en 2021 au document de référence PRAP par l'Équipe Pédagogique Nationale, une mise à jour du manuel diffusé en 2018 s'est avérée nécessaire.

Si les compétences sont toujours les mêmes, elles sont abordées de manières différentes : la mise en application des PSPEE devient une composante professionnelle et ne fait plus partie intégrante de la formation PRAP.

La compétence 4 est développée autour de l'ALM (Accompagner La Mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi).

Les nouveaux programmes de PSE de CAP et de Bac Professionnel abordent un grand nombre de compétences de la formation PRAP. Ils favorisent le renforcement de binômes (enseignants chargés de la PSE et enseignants du domaine professionnel) au sein des établissements scolaires.

Seuls les personnels formateurs titulaires d'un diplôme de soignant et/ou professeur de lycée professionnel en STMS pourront prétendre à animer des formations PRAP 2S acteur.

Attention, la certification PRAP PE n'est plus délivrée. Un module complémentaire Petite Enfance sera ajouté à la formation PRAP afin de générer dorénavant un certificat PRAP IBC.

SOMMAIRE du manuel de formateur

1- Organisation de la formation	Pages 5 à 6
2- Explicitation du référentiel de compétences de la formation PRAP	Page 7
Contenus par domaines de compétences	Pages 8 à 26
3- Proposition d'intégration de la formation PRAP dans les enseignements et livret de suivi associé	Pages 27 à 32
4- Validation de la formation PRAP	Pages 33 à 39
5- Les cas particuliers	Page 40
6- Annexes	
• Présentation des supports et du matériel spécifique préconisés pour la formation	Pages 41 à 42
• Les PSPEE (Principes de Sécurité Physique et d'Économie d'Effort)	Pages 43 à 49
• Guide d'utilisation du livret d'évaluation de l'Acteur PRAP	Pages 50 à 61

Les compétences de la formation PRAP 2S sont présentes dans certains diplômes professionnels notamment le Baccalauréat professionnel Accompagnement, soin et services à la personne ainsi que dans les programmes de PSE du ministère de l'Éducation Nationale (ex : organisation du poste de travail, risques liés à l'activité physique ...).

L'obtention du certificat PRAP est une plus-value et permet d'attester de compétences en prévention auprès des employeurs.

Ce document est conçu à l'usage du formateur PRAP 2S pour l'accompagner lors de la mise en place de cette formation. Ce document a été conçu pour une intégration totale de la PRAP dans les enseignements. Ceci n'exclut pas la possibilité d'aborder cette formation pour tous les élèves (sous couvert de l'avis de l'inspecteur de la filière concernée).

Ce document doit permettre aux formateurs :

- D'appréhender les compétences de l'acteur PRAP présentes dans le document de référence.
- D'utiliser la fiche d'évaluation certificative proposée par l'INRS en vue de valider les compétences de la PRAP lors d'une formation acteur PRAP2S.
- D'intégrer les contenus de ce manuel au fur et à mesure de la formation professionnelle des élèves.

Remarque :

- ✚ En ce qui concerne la formation des adultes, l'organisation reste sous 4 jours de formation / 28 heures.

Ce document n'a pas vocation à être modifié sauf en cas de changement majeur du **document de référence**. Dans ce cas, se référer aux directives transmises aux correspondants académiques.

Le manuel se présente en 6 parties.

1. Organisation de la formation



	PRAP IBC	PRAP 2S
Durée	<p>Il est recommandé de commencer la formation acteur PRAP IBC dès la 1^{ère} année de formation initiale et, si possible, avant la 1^{ère} période de formation en milieu professionnel.</p> <p>Cette formation doit être intégrée aux enseignements de PSE et de formation professionnelle. Par conséquent, il est possible de répartir la formation sur plusieurs enseignements, et sur plusieurs séances sans limitation de durée dans le temps, y compris sur la durée du cycle de formation.</p> <p>Elle reste organisée sous la responsabilité a minima, d'un formateur PRAP IBC, qui s'assurera entre autres d'un minimum de 14 heures de formation effective.</p> <p>Le module complémentaire, spécifique Petite Enfance, sera d'une durée minimum de 7 heures.</p>	<p>Il est recommandé de commencer la formation acteur PRAP 2S dès la 1^{ère} année de formation initiale et, si possible, avant la 1^{ère} période de formation en milieu professionnel.</p> <p>Cette formation doit être intégrée aux enseignements de PSE et de formation professionnelle. Par conséquent, il est possible de répartir la formation sur plusieurs enseignements, et sur plusieurs séances sans limitation de durée dans le temps, y compris sur la durée du cycle de formation.</p> <p>Elle reste organisée sous la responsabilité a minima, d'un formateur PRAP 2S, qui s'assurera entre autres d'un minimum de 28 heures de formation effective.</p>
Formation adulte	Une formation ponctuelle sera limitée à 10 participants par groupe avec un minimum de 14 heures en présentiel.	Une formation ponctuelle sera limitée à 10 participants par groupe avec un minimum de 28 heures en présentiel.
Dispensateur de la formation	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Formateur(s) PRAP IBC et/ou 2S à jour de leur MAC (Maintien et Actualisation des Compétences). ❖ Formateur(s) PRAP assisté(s) d'enseignants titulaires du certificat Acteur PRAP de l'INRS à jour du module 1 (Compétence en Prévention du dispositif Enseigner la Santé et la Sécurité au Travail) et ayant suivi un MAC si changement majeur des contenus. ❖ Le module complémentaire spécifique Petite Enfance doit être dispensé par un Formateur PRAP IBC ayant suivi ce module complémentaire. (Le formateur PRAP 2S est de fait formateur PRAP IBC avec le module complémentaire) 	
Certification	Le certificat Acteur PRAP IBC ou 2S de l'INRS est délivré par le formateur PRAP au candidat ayant participé activement à l'ensemble des séances, satisfait aux évaluations formatives et validé la ou les épreuves certificatives.	

Cas Particulier : Domaine de la Petite Enfance

-  Dans le cadre du CAP AEPE (Accompagnement Éducatif Petite Enfance), la formation acteur PRAP à dispenser est une formation acteur PRAP IBC augmentée d'un module complémentaire « Petite Enfance » de 7h.
-  Le module complémentaire spécifique Petite Enfance doit être dispensé par un Formateur PRAP IBC ayant suivi ce module complémentaire de 7h. (Le formateur PRAP 2S est de fait formateur PRAP IBC avec le module complémentaire)
-  La délivrance de la certification reste identique au PRAP IBC.
-  Un livret d'accompagnement Petite Enfance a été mis en place afin d'assurer la formation du module complémentaire.

2. Explicitation du référentiel de compétences de la formation PRAP

La formation-action d'acteur PRAP2S :

Domaine de compétences 1 (Compétences 1 et 2 du document de référence)

Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

Domaine de compétences 2 (Compétences 3 et 4 du document de référence)

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.

Domaine de compétences 3 (Compétences 5, 6 et 7 du document de référence)

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

Domaine de compétences 4 (Compétences 8, 9 10, 11, 12 du document de référence)

Accompagner La Mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi (ALM)

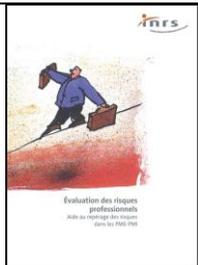
Contenus par domaine de compétences

Le tableau ci-dessous déroule des contenus indicatifs et des propositions de méthodes pédagogiques pour aborder chaque domaine de compétence.

DOMAINE DE COMPETENCES 1		
Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement		
Compétences visées	Contenus indicatifs / Ressources / Outils utilisés	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p>Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement</p>	<p>Afin d'induire immédiatement l'objectif de la formation et son application en milieu scolaire et professionnel, mettre en œuvre une simulation concrète à l'aide d'outils ludiques et réalistes est indispensable.</p> <p>L'exploitation de cette activité permet de mettre en évidence les composantes de l'activité physique.</p> <p>L'apprenant pourra ainsi prendre la mesure de sa place dans la démarche de prévention.</p> <p>Valise lancement Acteurs = ensemble « d'outils » mis à disposition par lien dans ressources sur OGELI.</p>	<p>Chaque participant, ou un maximum d'entre eux, réalise le travail prévu et organisé.</p> <p>PREVOIR la MISE EN EVIDENCE :</p> <ul style="list-style-type: none"> -des ressentis physiques / mentaux / émotionnels -de certaines mesures : rythme cardiaque / rythme respiratoire.... -des risques / le phénomène d'apparition du risque (Prévoir un/des outils pour la schématisation de l'apparition du risque) -des éléments déterminants (Ne pas oublier d'induire dans la situation réelle de travail des éléments de l'environnement qui peuvent être aussi un risque. (Exemple : ambiance, froid, vibrations ...). <p>(De préférence ce lancement se fera en groupe, et si possible conjointement par le professeur de PSE et l'enseignant du domaine professionnel)</p>
<p>1. Comprendre l'intérêt de la prévention</p> <p>1.1- Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement</p>	<p>Les enjeux de la prévention (humains, juridiques, économiques et sociétaux)</p> <p>Les bénéfices de la prévention.</p> <p>A qui profite la prévention ?</p> <p>Impact de la prévention en lien avec les AT/MP</p> <p>Valise Enjeux Acteurs = ensemble « d'outils » mis à disposition par lien dans ressources sur OGELI.</p> <p>ED 950.</p> 	

2.2- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits

ED 840



ED 950



Les notions et définitions de la **prévention**, de la **protection**, de la **réparation**.

Analyse a priori du risque notamment par un processus d'apparition du dommage

Différentiation danger / risque

TutoPrév' accueil et pédagogie du secteur Aide à la personne et TutoPrév' interactif



Les trois composantes de l'homme au travail : **(activités physique, mentale et émotionnelle)**

ED 6291



2.3- Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé.

Exploitation :

Au moyen d'un questionnement (QOQC), mettre en évidence les éléments de la situation vécue afin de faire émerger les mots-clés du sigle : P R A P

On parle des **Risques (R)** liés à l'**AP**. La **Prévention (P)** constitue l'ensemble des moyens qui seront mis en œuvre pour supprimer ou réduire les risques.

Le sigle **PRAP** est défini et les mots clé véhiculés.

L'intention principale de cette compétence est de permettre à l'apprenant de repérer les dangers de la situation de travail et de différencier les mesures de prévention, protection et réparation.

Les formateurs privilégieront la représentation schématique qu'ils utilisent habituellement, en ce qui concerne la mise en relation danger, personne, situation dangereuse... (Processus d'Apparition du Dommage, Mécanisme d'Apparition du Dommage, ...)

Attention : ce n'est pas une analyse des risques. C'est un moyen pour amener à bien percevoir les types de risques en lien avec l'approche de l'homme au travail dans ses trois composantes :

*charge mentale/ (trop d'informations, aléa, dysfonctionnement, stress...)

*charge émotionnelle/ (violence au travail, démotivation, non reconnaissance ...)

*charge physique (fatigue, lumbago, TMS ...) dans un environnement donné (*variations*)

Au moyen d'extraits de films et / ou de photos, les apprenants doivent pouvoir identifier des situations de travail présentant une charge physique, mentale et/ou émotionnelle.

Les familles de risques liés à l'activité de travail –**Stress**
(*déséquilibre entre ce qu'on demande de faire dans le cadre professionnel et les ressources dont on dispose pour y répondre*)

RPS (Risques Psycho-sociaux)



ED 6251

TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)



ED 6387

CMR (produits Cancérigènes Mutagènes et Reprotoxiques)

Dossier en téléchargement dropbox



La définition OMS / de la santé
L'article de loi 4121-1 (Légifrance)

Identification de ces familles de risque (Stress, RPS, TMS, CMR ci-dessus) sur des situations de travail.
(En lien avec l'activité des apprenants).

Risques envisagés (si je fais cela pendant des heures que peut-il se passer ?)

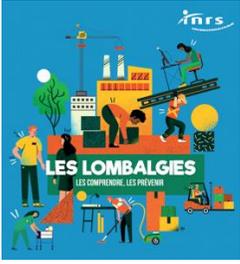
Prévoir un outil de recueil des données concernant les éléments qui déterminent l'activité physique (à garder pour la suite).

Proposer un « exercice » sur les éléments qui déterminent l'activité physique pour s'assurer que les apprenants les maîtrisent. (Ex : Le stress au travail, le démasquer pour le prévenir, INRS DV0365)

Ce travail devrait être proposé en groupe(s).

DOMAINE DE COMPETENCES 2

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

Compétences visées	Contenus indicatifs / Ressources / Outils utilisés	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p>3. Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain</p> <p>3.1- Connaître le fonctionnement du corps humain</p> <p>3.2- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain</p> <p>3.3- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé</p>	<p>Le fonctionnement des articulations mobiles et leurs atteintes, en lien avec le secteur professionnel (Ex : épaules ou genoux ou coudes ou poignets...) : les ligaments, les muscles, les tendons.</p> <p>TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ED 6387</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ED 950</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  <p>ED 6444</p> </div> <p>La commande articulaire : centre de commande et les nerfs.</p> <p>Les facteurs biomécaniques et aggravants : les postures extrêmes, la répétitivité, l'effort, la durée d'exposition, vibration, âge, antécédents ...</p>	<p>La compréhension du fonctionnement et des limites du corps humain est nécessaire pour envisager les mesures de prévention. Ces explications doivent permettre d'identifier les risques encourus, les dysfonctionnements possibles et de justifier les mesures de prévention.</p> <p>Il ne peut s'agir d'un simple exposé magistral. Il est impératif de faire participer les apprenants en s'appuyant sur des méthodes pédagogiques actives pour observer et mettre en lien les divers éléments.</p> <p>En s'appuyant sur l'activité physique mise en œuvre, faire travailler le groupe de manière active à partir d'une articulation au choix (chaque fois que nécessaire penser notamment à traiter le syndrome du canal carpien)</p> <p>Veiller à aborder le sujet de façon globale a travers des trois grands systèmes : osseux, musculaire, nerveux. S'attacher à faire des liens entre les éléments anatomiques, leur fonctionnement et leurs rôles. Ainsi, les apprenants seront amenés à limiter les risques d'atteintes à la santé en s'appuyant sur des connaissances simples mais scientifiques en rapport avec leur secteur professionnel.</p> <p>S'attacher à faire ressentir de façon concrète les différentes zones de mobilités articulaires et faire des liens avec l'objectif de prévention de la formation PRAP.</p> <p>Illustrer le rôle du disque à l'aide d'outils simple du style : ballon, ressort, tasses... à manipuler.</p>

	<p>Le fonctionnement des articulations semi mobiles et leurs atteintes, en lien avec le secteur professionnel : La colonne vertébrale, les vertèbres, les disques intervertébraux, les zones charnières.</p> <p>Le travail dynamique, statique, fatigue, récupération, rythme cardiaque.</p> <p>Matériel : Colonne vertébrale, jeux de vertèbres, maquettes diverses, articulations, Vidéo TMS par lien dans ressources sur OGELI.</p> <p>Valise fonctionnement et limite du corps humain = ensemble « d'outils » mis à disposition par lien dans ressources sur OGELI</p>	
<p>4. Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé</p> <p>4.1- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité</p> <p>4.2- Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique</p>	<p>Le travail peut comporter trois activités : physique, mentale et émotionnelle.</p> <p>La situation de travail : Qui, Quoi et avec quoi, Où, Quand, Comment.</p>  <p><i>Grille d'observation et d'analyse de la situation de travail (IBC / 2S)</i></p> <p>Valise Situation de travail = ensemble « d'outils » mis à disposition par lien dans ressources sur OGELI.</p> <p>L'analyse :</p> <p>Les éléments qui déterminent l'activité physique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nature de la tâche, • Aménagement du poste, • Environnement (physique, chimique et biologique), 	<p>L'utilisation de la grille d'évaluation est indispensable. Ainsi les apprenants pourront s'approprier cet outil, de manière formative.</p> <p>Accompagner le travail qui peut se concevoir en petits groupes ou individuellement.</p> <p>L'appropriation de la grille d'observation et d'analyse doit être faite de manière interactive, au fur et à mesure du travail.</p> <p>Utiliser des outils de type films/photos : témoignages ... pour permettre la maîtrise de l'observation. (Certains outils sont disponibles via OGELI)</p> <p>L'utilisation des acquis relatifs au fonctionnement du corps humain est indispensable à ce stade du travail.</p> <p>Prévoir la totalité des attendus (éléments de corrections) avant de faire travailler les apprenants.</p>

4.3- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

- Durée et contraintes de temps,
- Relations professionnelles,
- Caractéristiques et capacités de l'opérateur,
- Vie hors travail,
- Charge mentale et émotionnelle.

Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (cocher ou souligner les éléments influant, positifs ou négatifs)

Parmi ces éléments, quels sont ceux susceptibles de conduire à une situation de travail délicate ? (à souligner en rouge) **○**

Quels sont les éléments susceptibles de conduire à une situation de travail délicate ?

Environnement : Éclairage, bruit, température, humidité, météo, pollution, caractéristiques spatiales, espace confiné, ambiance visuelle, hauteur, autres : ...
Nature de la tâche : Activité de précision, activité de force, travail de chaîne, travail en double poste, travail à l'échelle, action répétitive, position statique, activité de flexion, équilibre, travail interactif, posture, autres : ...
Gestionnement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres : ...
Caractéristiques et capacités de l'opérateur : L'expérience professionnelle, l'âge, sexe, gaucher ou droitier, taille, habitude du geste, autres : ...
Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, les visiteurs, autres : ...
Ordonne et contraintes de temps : Carénage, défilé, organisation des pauses, horaires, autres : ...
Vie hors du travail : Durée du trajet, moyens de transports, préoccupations diverses, autres : ...
Charge mentale et émotionnelle : Trop ou pas assez d'informations, stress, délai, perfectionnisme, démotivation, violence au travail, isolement, autres : ...

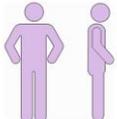
Identification et caractérisation des risques potentiels liés à l'activité physique

Quels sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? Cocher ou souligner au moins 2 atteintes à la santé.

Quelles sont les zones sensibles ? (entourer au moins 2 zones sur le schéma en respectant la codification de couleurs)

Autrement dit : cocher d'atteinte à la santé identifiée, et 2 zones identifiées.

Risques d'atteinte à la santé :
1. En lien avec l'activité physique : entorse, luxation, tendinite, fracture, lombago, hernie, déviation, sciatique, fatigue musculaire, autres : ...
2. Autres : lésion auditive, lésion oculaire, atteinte respiratoire, brûlures, autres : ...
Zones sensibles :
○ En rouge : de moindre importance
○ En orange : moyennement importante
○ En vert : de moindre importance



Grille d'observation et d'analyse de la situation de travail (IBC)

Les risques d'atteinte à la santé



Support (photo ou vidéo) en lien avec le secteur d'activité....

ED950 : cercle des trop (p.29)



DOMAINE DE COMPETENCES 3

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

Compétences visées	Contenus indicatifs / Ressources / Outils utilisés	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p>5. Proposer des améliorations de sa situation de travail</p> <p>5.1- A partir des causes identifiées au cours de son analyse</p> <p>5.2- En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail</p> <p>5.3- En prenant en compte les principes généraux de prévention</p>	<p>Les mesures de prévention permettant de limiter les risques liés à l'activité physique :</p> <p>Les quatre impératifs qui doivent guider la conception et l'aménagement des situations de travail :</p> <ul style="list-style-type: none"> • réduire la répétitivité des mouvements, • réduire l'amplitude des mouvements, • réduire l'importance des efforts, • réduire le travail en position maintenue. <p>Notions à aborder :</p> <p>Le travail assis, debout, assis-debout</p> <p>Hauteur du plan de travail, dégagement pour les pieds, les sièges, les zones de préhension, les plans inclinés, table à hauteur variable, le rangement des armoires, ...</p> <p>L'aménagement d'un poste informatique</p> <p>Les exosquelettes et leurs limites</p> <p>Les neuf principes généraux (L.4121-2 du Code du travail) (Légifrance)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1-Éviter les risques. 2-Évaluer les risques 3-Combattre les risques à la source, 4-Adapter le travail à l'Homme 5-Tenir compte de l'évolution de la technique 6-Remplacer ce qui est dangereux par ce qui l'est moins, 7-Planifier la prévention 8-Prendre des mesures de protection collective en leur donnant la priorité sur les mesures de protection individuelle. 9-Donner les instructions appropriées aux salariés. 	<p>Pour rendre cette séquence, la plus concrète possible, on peut suggérer de débiter par <u>un travail pratique</u> sur plusieurs postes de travail : objets à trier, à ranger etc....mettant en œuvre des postes debout et des postes assis.</p> <p>Les « fiches de poste » doivent indiquer le travail à faire de manière précise. La mise en place sur chaque poste doit être prévue de manière à placer l'opérateur dans une situation de travail inconfortable mais garantissant sa sécurité.</p> <p>L'expérimentation, pendant un temps suffisant, permet de faire émerger des « douleurs », des situations inconfortables.</p> <p>Puis, à partir des quatre impératifs, il sera proposé de rechercher des améliorations pour chaque poste de travail expérimenté et de tester les modifications proposées.</p> <p>L'utilisation d'affichettes (ou de tout autre support concret) énonçant, dans l'ordre, les neuf principes généraux, doivent permettre de guider la réflexion à partir d'un travail pratique réalisé. Ainsi, il sera mis en évidence la priorité d'éviter les risques en premier principe.</p> <p>Les résultats de ces améliorations expérimentées et raisonnées permettent d'introduire :</p> <p>Le poste de travail debout (caractéristiques et inconvénients)</p> <p>Le poste de travail assis (caractéristiques et inconvénients)</p> <p>Le poste de travail assis-debout (intérêt de l'alternance des postures)</p> <p>Le travail musculaire statique et dynamique (déjà travaillé dans la compétence 3) peut être « réactivé » ici pour expliciter la nécessité d'alternance des postures par exemple.</p>

<p>7. Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</p> <p>7.1- Connaitre et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail</p> <p>7.2- Connaitre et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention</p>	<p>Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Travailler près du corps diminue les efforts • Stabiliser ses appuis améliore l'équilibre. • Fixer la colonne vertébrale protège le dos. • Utiliser prioritairement la force des jambes diminue les efforts du dos et des membres supérieurs. <p>Les aides techniques associées à l'activité du secteur professionnel pour tout déplacement d'objets.</p> <p>Valise Information = ensemble « d'outils » mis à disposition par lien dans ressources sur OGELI</p>	<p>Développer de préférence cette partie sur un plateau technique, de façon <u>expérimentale</u>.</p> <p>Mettre en évidence les possibilités et les limites fonctionnelles du corps humain au travers de situations pratiques afin de rationaliser le mouvement.</p> <p>Alterner chez les participants les phases d'observation, de réflexion et d'expérimentation durant ce temps.</p> <p>« Réfléchir avant d'agir » pour respecter les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.</p> <p>Présenter les différents équipements mécaniques et aides à la manutention et faire les liens avec les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.</p> <p>Faire utiliser les aides techniques (chariots, diable, brouette...) de manière systématique lors des déplacements d'objets.</p> <p>La présence de ces outils est indispensable pendant la formation.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

DOMAINE DE COMPETENCES 4

Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi

Compétences visées	Contenus indicatifs/ Supports	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p>8. Identifier les enjeux d'un accompagnement</p> <p>8.1- Argumenter les enjeux pour la personne aidée et sa famille</p> <p>8.2- Identifier les enjeux pour l'accompagnant</p> <p>8.3- Identifier les enjeux pour l'établissement</p>	<p>- Les notions d'accompagnement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - maintien de l'autonomie de la personne aidée, - respect de l'estime de soi, de la dignité et des besoins de la personne aidée. <p>- La diminution de la charge physique lors des déplacements.</p> <p>- Les liens entre la stimulation des capacités de la personne aidée et le maintien de l'autonomie dans une perspective de qualité des soins.</p> <p>- Les AT/MP du secteur professionnel.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La continuité du service. - La qualité du service augmentée. - La prévention des TMS dans le cadre de la démarche globale de prévention. - Le lien avec le projet d'établissement. - L'intégration dans la logique métier. - L'intégration dans les indicateurs de qualité de soin (guide méthodologique de diffusion publique des indicateurs de qualité des soins) <p>Document « contexte et enjeux » Sinistralité du secteur</p>	<p>Lien avec la compétence 1.1</p> <p>Mise en évidence des enjeux tout de long des différentes séquences sur l'ALM.</p> <p>Définir l'accompagnant : « celui qui est à côté mais qui ne fait pas à la place de... ».</p> <p>La démarche ALM est bénéfique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour la personne aidée, qui préserve au maximum sa capacité à se mouvoir dans chacun de ses déplacements, ce qui contribue au maintien de son autonomie et de son bien-être, - pour l'aidant ou le soignant, qui ne s'expose pas à des contraintes physiques portant atteinte à sa santé. <p>Nécessité d'accompagner les participants dans le changement de paradigme du rôle d'aidant ou de soignant.</p>

9. Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir

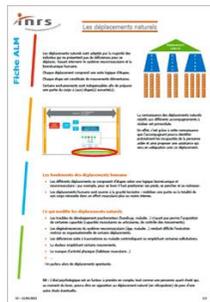
9.1- Repérer les étapes nécessaires aux déplacements naturels

- Les fondements des déplacements humains et ce qui les modifie
 - Les déplacements naturels pour : se lever, marcher, s'asseoir, se mouvoir assis, se déplacer latéralement dans le lit, se tourner dans le lit, s'asseoir au bord du lit, se coucher, se remonter dans le lit, se relever.
- Le séquençage des déplacements naturels en étapes. Leurs éléments constitutifs et les enchainements indispensables (appuis, charges et décharges). Déplacements naturels/déplacements spontanés.

Tableau des déplacements naturels acteur et formateur



Fiche ALM : Déplacements naturels



Matériel : 2 lits médicalisés, 1 fauteuil roulant manuel
1 fauteuil de repos

9.2- Déterminer les capacités nécessaires à la réalisation des déplacements

- Les capacités nécessaires pour chaque étape des déplacements naturels.
 - Capacité à se mouvoir en fonction des caractéristiques de la personne.
- Les principes fondamentaux des mouvements élémentaires.

Liens avec les compétences 3 sur le fonctionnement et les limites du corps humain ainsi que 7.1 sur les PSPEE.

La connaissance des déplacements naturels est indispensable pour réaliser des accompagnements dans le respect de l'autre et de soi (permet d'évaluer les capacités de manière précise, de guider, de se positionner pour ne pas faire obstacle, de choisir une aide technique...).

Mettre en évidence la différence entre déplacements naturels et spontanés en s'appuyant sur leurs mises en situation.

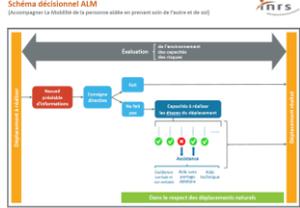
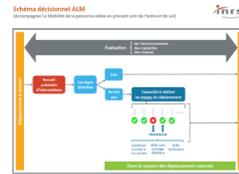
	<p>Schéma décisionnel :</p>  <p>Matériel : 2 lits médicalisés, 1 fauteuil roulant manuel 1 fauteuil de repos</p>	<p>Le schéma décisionnel peut être utilisé lors du développement de cette compétence pour aider les apprenants à se resituer.</p>
<p>10. Analyser la situation d'un accompagnement</p> <p>10.1-S'assurer des possibilités de la personne aidée à réaliser seule son déplacement</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le recueil d'informations. - Les capacités cognitives, sensorielles et physiques. - Les divers supports accessibles aux accompagnants : projet individualisé, fiches individuelles, fiche de transmission, contexte (service, unité de soins), cahier de transmission ou de liaison, dossier de la personne aidée et/ou équipe de soins si autorisé... <p>Les éventuelles contre-indications et habitudes de la personne aidée.</p> <p>Les tests prédictifs selon les déplacements.</p> <p>La consigne directive, si pas de risque identifié.</p> <p>Fiche ALM « L'évaluation des capacités »</p> 	<p>Tous ces éléments font partie du schéma décisionnel.</p> <p>Lien avec les enjeux de l'ALM pour la personne aidée et pour l'accompagnant pendant les échanges et les pratiques.</p>

Schéma décisionnel



Vidéos INRS : « prévention des TMS centrée sur le soin ».

Le tableau des déplacements naturels est un document de référence qui liste les capacités physiques nécessaires pour réaliser différents types de déplacements (marche, marche à l'arrêt, marche à l'éclaircie, etc.). Il inclut également des illustrations de mouvements et des conseils pratiques pour accompagner les personnes.

Tableau des déplacements naturels acteur et formateur

10.2 Identifier les capacités de la personne aidée à réaliser les étapes du déplacement naturel

10.3 Identifier les déterminants liés à l'environnement qui facilitent ou limitent le déplacement

- Les écarts entre les capacités nécessaires et celles de la personne aidée au regard du déplacement à réaliser.
- Les stratégies de compensation et d'adaptation.

- L'environnement :
 - milieu : pièce, revêtement de sol, température, luminosité...
 - matériels et équipements : individuels (lunettes, appareillage auditif, chaussage, vêtements...) et collectifs (lit, fauteuil...)
 - organisation du travail

- Organisation :
L'influence des capacités de l'individu et des éléments de l'environnement sur le déplacement.
L'évaluation de l'environnement au regard des capacités de la personne aidée.

Évaluation au plus juste des capacités pour :

- compenser de manière appropriée et non délétère, ni pour l'un ni pour l'autre ;
- préserver et stimuler les capacités restantes ;
- éviter ou réduire les risques liés à l'accompagnement.

Les éléments de l'environnement peuvent limiter les possibilités de déplacements de la personne compte tenu de ses capacités.

- Les accompagnements sont transcrits sous une forme pronominal pour insister sur la prise en compte des capacités de la personne aidée : accompagner à se remonter, se tourner...

Fiche ALM « l'évaluation de l'environnement »



Matériel : 2 lits médicalisés, 1 fauteuil roulant mobile
1 fauteuil de repos

Fiches équipements

Photos de diverses situations

ED 6099 « Conception et rénovation en EHPAD



10.4- Prendre en compte les risques pour la personne aidée et l'accompagnant

- Rappels DC2
- Les différents risques pour la personne aidée et l'accompagnant : chute, risque infectieux, TMS (membres supérieurs et inférieurs) ...

L'évaluation des risques pendant la situation d'accompagnement pour la personne aidée et pour l'accompagnant.

Fiche ALM « l'évaluation des risques »



<p>11. Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement</p> <p>11.1- Identifier les aides techniques au regard des contraintes environnementales</p> <p>11.2-Déterminer les aides techniques en fonction des caractéristiques des personnes aidées</p>	<p>Les fonctionnalités et caractéristiques attendues des aides techniques.</p> <p>Les modalités de mise en œuvre des aides techniques et leurs limites d'utilisation liées à la personne et à l'environnement.</p> <p>Matériel : 2 draps de glisse,1 lève personne, 1 verticalisateur Autre....</p> <p>Fiches « équipements »</p>  <p>Les fonctionnalités et caractéristiques attendues des aides techniques en lien avec la personne aidée (compensation du frottement par soulèvement, par glissement...).</p> <p>Les ressources pour le choix des aides techniques : Fiche ALM : « Les modalités d'assistance »</p>  <p>Plaquette ALM ED 6414. Recommandations R471</p>  	<p>S'appuyer les connaissances des participants pour présenter les différentes aides techniques et mobiliser les compétences sur les connaissances des capacités nécessaires aux déplacements naturels pour justifier l'intégration et le choix d'une aide technique.</p> <p>Le formateur veillera à faire émerger par les participants, un regard critique constructif sur les aides techniques.</p> <p>Attention, la formation d'acteur prap 2S est une formation à l'intérêt et à l'intégration des aides techniques dans les situations d'accompagnement. Cette formation ne remplace pas la formation fournisseur ou pas un intervenant spécialisé, qui elle reste obligatoire et légalement reconnue.</p> <p>Le formateur veillera toujours à signifier : « se conformer aux recommandations du fabricant »</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

12.3- Compenser les incapacités par une assistance sans portage délétère en intégrant si nécessaire une aide technique



Le positionnement de l'accompagnant au regard du déplacement à réaliser sans porter ni s'exposer à des postures contraignantes.

Les modalités d'assistance : guidance, assistance sans portage délétère, aides techniques (utilisation en sécurité et limites).

3 Intégration de la formation PRAP dans les enseignements et livret de suivi associé

Cette **organisation**, mise à disposition par l'INRS à destination du formateur, ne constitue en aucun cas un déroulé pédagogique. Elle **devra** être aménagée et/ou adaptée en fonction des publics, des secteurs d'activité concernés.

Autant que faire se peut, le formateur devra intégrer cette formation PRAP 2S au sein de son enseignement professionnel **en lien avec la PSE.**

Le formateur reste libre du choix de son itinéraire pédagogique dans la mesure où celui-ci respecte une cohérence dans l'articulation des apprentissages. Toutefois, il devra prendre en compte l'élément incontournable ci-dessous :

Incontournable : la **sous compétence 5.3** concernant les 9 principes généraux de prévention doit être impérativement abordée avant la **sous compétence 7.1**, « **Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail** ».

Justification : L'application des **Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Efforts (PSPEE)** relève du principe numéro 9 des principes généraux de prévention, c'est donc la dernière action à mettre en place.

Une proposition de livret de suivi qui permet au formateur :

- ✚ De contrôler, avec précision et pas à pas, que toutes les compétences ont bien été abordées au cours de la formation et par qui (le (ou les) formateur(s) ou l'aide formateur).
- ✚ De construire son déroulé en tenant compte des horaires indicatifs affectés à chaque compétence (**a minima**), sans oublier de respecter les éléments incontournables **sous compétence 5.3** avant la **sous compétence 7.1** et le respect de l'attribution de la prise en charge de la formation par le formateur)
- ✚ De **s'assurer d'une bonne continuité de l'ensemble de la formation.** (Absences éventuelles des participants)



Livret de suivi de la formation ACTEUR PRAP 2S

Il est recommandé de débiter la formation PRAP dès la première année de formation initiale avant la première Période de Formation en Milieu Professionnel.

Signification des éléments surlignés en vert : indique que la compétence visée, est traitée en tout ou partie, par les programmes de PSE.

Compétences	Contenus	Durées Minimales indicatives de la formation PRAP	Correspondance entre les compétences PRAP et les programmes de PSE		Nom de l'intervenant, date et contrôle des absences éventuelles Exemple : Durand absent
			CAP	BAC PRO	
1. Comprendre l'intérêt de la prévention 1.1 - Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement 1.2. Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention 1.3- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles	Introduction de la formation par mise en situation. Objectifs de la formation PRAP et modalités de validation. Les enjeux de la prévention. AT/MP définition et importance. Les différents acteurs de la prévention et leurs rôles	120 min	Module C2 Module C2 Module C6	Module C1 Module C1 Module C3	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
2. Connaître les risques de son métier 2.1- Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage 2.2- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits 2.3. Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé.	Les notions et définition du danger, de la situation dangereuse et de l'atteinte à la santé (dommage) Représentation schématique d'un mécanisme d'apparition d'un dommage Les notions et définitions de la prévention, de la protection, de la réparation	80 min	Module C3 Module C3 Module C2	Module C2 Module C2 Module C8	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>

	Les composantes de l'homme au travail		Module C5	Modules C5, C6	
3. Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain 3.1- Connaître le fonctionnement du corps humain 3.2- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain 3.3- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé	Le fonctionnement des articulations mobile /semi mobile La commande articulaire (centre de commande : les nerfs et le cerveau) Définitions des TMS Les facteurs biomécaniques et aggravants	30 min	Modules C4, C5	Modules C6, C10	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
4. Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé 4.1- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité 4.2- Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique	Le travail peut comporter trois activités : physique, mentale et émotionnelle. L'observation et la description d'une activité de travail. (QQOQC) Appropriation partielle N°1 formative de la grille certificative	80 min	Module C3	Module C5	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
4.3- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels	Les éléments qui déterminent l'activité physique. Identification et caractérisation des risques potentiels liés à l'activité physique Appropriation partielle N°1 formative de la grille certificative	80 min	Module C3 Module C3	Module C11 Module C11	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
5 Proposer des améliorations de sa situation de travail 5.1- A partir des causes identifiées au cours de son analyse 5.2- En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail	Expérimentation de situations de travail à risque Aménagement de situations de travail (principes de base d'aménagement dimensionnel, ...)	110 min			<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>

5.3- En prenant en compte les principes généraux de prévention	Analyse d'une situation de travail à risque : Recherche de pistes d'amélioration Appropriation partielle N°1 formative de la grille certificative	30 min	Modules C3, C4, C5	Module C5	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
	Les 9 principes généraux de prévention et les mesures de Prévention des Risques liés à l'Activité Physique	30 min	Module C3	Module C10	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
4. Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé 5. Proposer des améliorations de sa situation de travail	Observation, description d'une activité de travail et analyse d'une situation de travail à risques Appropriation N°2 formative de la grille certificative à partir d'un support	60 min	Modules C3, C4, C5	Modules C5, C11	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
6. Faire remonter l'information aux personnes concernées 6.1- Identifier les personnes concernées 6.2-Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement	Remontée des résultats de l'analyse, identification des personnes concernées et mode de remontée des informations.	30 min	Module C6	Module C1	<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>
7. Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort 7.1- Connaitre et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail	Les Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort (PSPEE)	30 min			<u>Par :</u> <u>Fait le :</u> <u>Absence(s) :</u>

<p>7.2- Connaitre et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention</p>					
	<p>Les aides techniques associées à l'activité du secteur professionnel pour tout déplacement d'objet.</p>	<p>30 min</p>			<p><u>Par :</u></p> <p><u>Fait le :</u></p> <p><u>Absence(s) :</u></p>
<p>4. Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé</p> <p>5. Proposer des améliorations de sa situation de travail</p>	<p>Observation, description d'une activité de travail et analyse d'une situation de travail à risque</p> <p>EVALUATION CERTIFICATIVE impérativement animée et évaluée par le Formateur PRAP</p>	<p>60 min</p>			<p><u>Par :</u></p> <p><u>Fait le :</u></p> <p><u>Absence(s) :</u></p>
<p>Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi</p> <p>8. Identifier les enjeux d'un accompagnement</p> <p>9. Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir</p> <p>10. Analyser la situation d'un accompagnement</p>	<p>Mise en place de l'ALM en plusieurs séances</p>	<p>600 min</p>			<p><u>Par :</u></p> <p><u>Fait le :</u></p> <p><u>Absence(s) :</u></p>

<p>11. Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement</p> <p>12. Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi</p>			
<p>Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi</p>	<p>Compétences 8, 9, 10, 11 et 12</p> <p><i>EVALUATION CERTIFICATIVE impérativement animée et évaluée par le Formateur PRAP 2S</i></p>	<p>360 min</p>	<p><u>Par :</u></p> <p><u>Fait le :</u></p> <p><u>Absence(s) :</u></p>

Le recensement des absences doit permettre d'améliorer le suivi, mais ne doit pas être un frein à la certification.

Nota : Les cases grisées correspondent à des compétences répertoriées plusieurs fois.

4 Validation de la formation PRAP

Cette partie présente au formateur :

✚ Les grilles de certification qu'il utilisera pour certifier les acteurs PRAP en formation :

Les épreuves certificatives ne dispensent pas le formateur de mettre en place des évaluations formatives tout au long de la formation.

Une évaluation formative constitue une étape essentielle en formation. Elle permet, à l'issue de chaque séquence, de s'assurer des acquis des apprenants, permettant ainsi d'avancer dans la progression des apprentissages.

Elle peut revêtir des formes diverses, laissées au libre choix du formateur (QCM, étude de cas, interrogation orale ...)

1 - Observer et analyser une situation de travail :

Cette évaluation constitue une synthèse des connaissances acquises au travers des domaines de compétences **1, 2, 3**.

En s'appuyant sur :

- des documents vidéos et/ou photos montrant des situations de travail,
- en situation pratique dans l'établissement scolaire et/ou en milieu professionnel.

Le formateur devra mesurer les acquis permettant aux candidats de formuler des hypothèses d'améliorations, susceptibles de supprimer ou de réduire les risques liés à l'activité physique.

Le formateur évaluera que le candidat est capable :

- De décrire la situation de travail (Q, Q, O, Q, C)
- D'analyser la situation de travail :
 - ⇒ De renseigner les déterminants de la situation de travail
 - ⇒ D'identifier les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail
 - ⇒ De proposer des améliorations qui permettraient de supprimer ou de réduire les risques liés à l'activité physique

Proposition de déroulement de cette évaluation.

Lorsque toutes les compétences auront été abordées, le formateur proposera cette évaluation soit sous forme écrite, soit sous forme orale individuelle **en utilisant la grille certificative proposée**.

L'évaluation est aussi un élément de formation, elle devra servir de synthèse pour renforcer les acquis.

2 - Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi

L'épreuve certificative est centrée sur la compétence **12** en s'appuyant sur les autres compétences.

- Le candidat tirera au sort un cas pratique visant à accompagner la mobilité d'une personne aidée. Il lui est demandé de mettre en œuvre une réponse adaptée, avec ou sans aide technique, sécurisante pour l'accompagnant et la personne aidée. Il devra justifier ses choix.
- Les cas pratiques seront scénarisés par le formateur en faisant varier l'autonomie de la personne aidée, l'environnement et les déplacements naturels (se lever, marcher, s'asseoir, se mouvoir assis, se déplacer latéralement dans le lit, se tourner dans le lit, s'asseoir au bord du lit, se coucher, se remonter dans le lit, se relever).
- Le candidat disposera de 10 minutes de mise en situation d'accompagnement et de justifications, puis 5 minutes seront consacrées aux échanges avec l'auditoire.

Lorsque toutes les compétences auront été abordées, le formateur proposera cette évaluation pratique **en utilisant la grille certificative de l'INRS.**

Validation du candidat :

Le candidat ne pourra être présenté aux épreuves certificatives qu'à la condition d'avoir participé activement à la formation (présence et comportement adapté vis-à-vis de la formation)

1 - Le candidat ne pourra être validé et obtenir la certification "Acteur PRAP" que s'il renseigne correctement la grille d'évaluation certificative INRS.

Critères d'évaluation :

- au moins 3 cases validées sur 5 (partie "J'observe la situation de travail")
- les 3 cases validées (parties "J'analyse la situation de travail")

ET

2 - S'il réalise la mise en œuvre d'un accompagnement permettant de valider la grille spécifique.

Les candidats ayant réussi les 2 épreuves certificatives seront enregistrés sur OGELI et recevront le certificat Acteur PRAP 2S de l'INRS.

SITUATION DE TRAVAIL :

(À renseigner par le formateur)

Nom :

Prénom :

Né le :

Date :

J' OBSERVE LA SITUATION DE TRAVAIL

QUI ? Qui est l'opérateur-trice ?
(Âge / qualification / formation ...)

Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

Q

QUOI ? Que fait l'opérateur-trice ?
Avec quel matériel, matériaux ?

Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

Q

OÙ ? Dans quel environnement ?

(Env. physique, biologique, climatique) **Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.**

.....
.....
.....
.....

O

QUAND ? Quels sont ses délais, ses horaires ?

Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

Q

COMMENT ? De quelle façon fait-il-elle son activité ? Avec qui ? (Gestes, postures, déplacements ...)

Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

C

V NV*

V NV*

V NV*

V NV*

V NV*

* V = Case validée, NV = Case non validée

QQOQC acquis si 3 cases sur 5 validées

J' ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL

Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (cocher ou souligner les éléments influant, positifs ou négatifs). Parmi ces éléments, quels sont ceux susceptibles de conduire à une situation de travail délétère ? (les entourer en rouge)

Au minimum 8 éléments repérés, dont 2 susceptibles de conduire à une situation de travail délétère.

Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, météo, poussières, émanations toxiques, espace confiné, ambiance humide, hauteur, autres :

Nature de la tâche : Activité de précision, activité de force, travail à la chaîne, travail en équipe, geste répétitif, action répétée, position statique, activité de réflexion, déplacements, travail intensif, posture, autres :

Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres :

Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Expérience professionnelle, âge, sexe, gaucher ou droitier, taille, habitude du geste, autres :

Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, les usagers, autres :

Durée et contrainte de temps : Cadence, délais, organisation des pauses, horaires, autres :

Vie hors du travail : Durée du trajet, moyens de transports, préoccupations diverses, autres :

Charge mentale et émotionnelle : Trop ou pas assez d'informations, stress, aléas, dysfonctionnements, démotivation, violence au travail, non reconnaissance, autres :

Quels sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? (entourer ou cocher au moins 2 atteintes à la santé).

Quelles sont les zones sollicitées ? (entourer au moins 2 zones sur le schéma en respectant la codification de couleurs)

Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés et 2 zones identifiées.

Risques d'atteinte à la santé :

1- En lien avec l'activité physique : entorse, luxation, tendinite, fracture, lumbago, lombalgie, dorsalgie, sciatique, fatigue musculaire, autres :

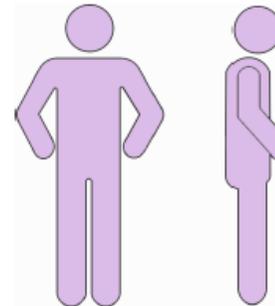
2- Autres : lésion auditive, lésion oculaire, atteinte respiratoire, brûlures, autres :

Zones sollicitées :

 **En rouge :**
De manière importante.

 **En orange :**
De manière moyennement importante.

 **En vert :**
De manière peu importante.



Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques principalement liés à cette activité physique ?

Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées dont une dans la case « que peut-on changer » et la question sur la place des PSPEE correctement renseignée.

Que peut-on changer, modifier ou réparer à ce poste de travail ?

Comment peut-on protéger la ou les personnes ? Comment pourraient-elles se protéger ?

Quelles instructions, informations ou formations pourrait-on lui donner en complément ?

Les propositions d'améliorations ont-elles permis de régler tous les problèmes ? OUI NON

Subsiste-t-il la nécessité d'utiliser l'application des principes de sécurité physiques et d'économie d'effort (PSPEE)? OUI À quel moment ? NON Pourquoi?

Épreuve certificative ALM Acteur prap 2S/APS ASD



Formation initiale, formation complémentaire et MAC

Nom : Prénom :

Entreprise / établissement :

Dates formation : Lieu :

Domaine de compétences 4 : Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi					
	Objectifs	Critères de réussite	Acquis	Non acquis	Conditions d'acquisition
Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi	Déterminer si la personne aidée peut réaliser seule son déplacement dans sa situation	<ul style="list-style-type: none"> - Sécurise le déplacement en prévention des risques de chute en tenant compte de l'environnement (mobilier, chaussures, lunettes de vue, état du sol...) - Vérifie si la personne aidée peut réaliser seule le déplacement (recueil d'informations : questionnement, observation, consultation du cahier de transmission ou du dossier si autorisé...) 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2 critères acquis
	Prendre en compte la situation d'accompagnement	<ul style="list-style-type: none"> - Évalue les capacités de la personne aidée au regard du déplacement naturel - Prend en compte les appuis et les prises de la personne aidée - Prépare le matériel si nécessaire - Organise l'espace de travail 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Guider la personne aidée à partir des évaluations en respectant les étapes du déplacement naturel	<ul style="list-style-type: none"> - Mobilise les capacités de la personne aidée - Conduit étape par étape le déplacement dans le respect des déplacements naturels - Adapte les consignes verbales et gestuelles (claires, concises) au regard des caractéristiques de la personne aidée - S'assure de leur bonne compréhension 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Au moins 3 critères acquis dont 2 incontournables (surlignés)
	Compenser les incapacités par une assistance sans portage délétère	<ul style="list-style-type: none"> - Se positionne au regard du déplacement à réaliser : <ul style="list-style-type: none"> • sans portage délétère • sans exposition à des postures contraignantes • sans faire obstacle au déplacement - Apporte une assistance uniquement pour les capacités abolies - Prend en compte la réponse donnée et s'adapte si l'objectif du déplacement n'est pas atteint 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		<i>Si le choix est fait d'utiliser une aide technique :</i> <ul style="list-style-type: none"> - choisit l'aide technique adéquate - respecte les modalités d'utilisation 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2 critères acquis ou non évalués
Analyser la situation d'accompagnement	Justifier oralement l'accompagnement mis en œuvre	<ul style="list-style-type: none"> - Cite les principales incapacités de déplacement repérées - Argumente les intérêts pour la personne aidée et l'accompagnant - Identifie le cas échéant des pistes d'amélioration et à qui les remonter 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2 critères acquis
Validation du domaine de compétences			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Nom et signature du formateur :					
Date : <input type="checkbox"/> Avis favorable <input type="checkbox"/> Avis défavorable					
Commentaires circonstanciés motivant l'avis :					

L'épreuve certificative est centrée sur la compétence « Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi » en s'appuyant sur les autres compétences.

- Le candidat tirera au sort un cas pratique visant à accompagner la mobilité d'une personne aidée. Il lui est demandé de mettre en œuvre une réponse adaptée, avec ou sans aide technique, sécurisante pour l'accompagnant et la personne aidée. Il devra justifier ses choix.
- Les cas pratiques seront scénarisés par le formateur en faisant varier l'autonomie de la personne aidée, l'environnement et les déplacements naturels (se lever, marcher, s'asseoir, se mouvoir assis, se déplacer latéralement dans le lit, se tourner dans le lit, s'asseoir au bord du lit, se coucher, se remonter dans le lit, se relever).
- Le candidat disposera de 10 minutes de mise en situation d'accompagnement et de justifications, puis 5 minutes seront consacrées aux échanges avec l'auditoire.

5. Cas particulier

Les enseignants titulaires de la certification Acteur PRAP 2S (mais non formateur) peuvent participer à la formation PRAP 2S des élèves à deux conditions :

- Avoir suivi un Maintien et Actualisation des Compétences niveau acteur PRAP 2S lors de toute évolution significative du document de référence
- Avoir suivi le module 1 : Compétences en Prévention du dispositif Enseigner la santé et la sécurité au travail

Le formateur PRAP 2S sera, quant à lui, en charge de l'animation de certaines compétences et garant de toutes les épreuves certificatives des élèves.

PROPOSITION de déroulement

Situations de travail susceptibles de nuire à la santé

Éléments déterminants de l'activité physique

Les principes généraux et mesures de Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

Aménagement des situations de travail

Analyse d'une situation de travail

EVALUATIONS certificatives :

- analyse d'une situation de travail et proposition d'amélioration
- mise en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi (ALM)

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

Le formateur PRAP 2S identifiera les besoins spécifiques de l'enseignant titulaire de la certification Acteur PRAP 2S et adaptera le contenu du MAC en fonction de ceux-ci. A l'issue du MAC, le formateur procédera à l'enregistrement sur OGELI.

6. Annexes

Présentation des supports et du matériel spécifiques préconisés pour la formation

Acteur PRAP 2S
OGELI sur : http://www.esst-inrs.fr/gestion
Manuel du formateur PRAP version 2022 - OGELI
DVD : Situations de travail dans le BTP-Construire la prévention, INRS DV 0305. Situations de travail dans l'industrie - Construire la prévention INRS DV 0375 TMS : comprendre et agir, INRS DM 0300 Le stress au travail, le démasquer pour le prévenir, INRS DV0365 Banque de données vidéos (ressources OGELI) NAPO « alléger la charge » INRS. DV 0376
Matériel conseillé : Colonne vertébrale complète Montage de vertèbres lombaires Articulations plastique (genou, épaule) Mannequin de démonstration (type Bébert si disponible dans l'établissement ou équivalent).

A NOTER : Le formateur sélectionne les supports qui lui sont nécessaires, sachant que certains ne sont accessibles que sur YouTube : <https://www.youtube.com/user/INRSFrance>.

MATERIEL de BASE
2 petites caisses avec poignées, dimensions préconisées : longueur 0,40m x largeur 0,25m x hauteur des poignées 0,30 m (Maxi) non lestées
2 petites caisses sans poignées, dimensions préconisées : longueur 0,40m x largeur 0,25m x hauteur des poignées 0,30 m (Maxi) non lestées
Équipements mécaniques et aides à la manutention spécifiques au secteur d'activité

Équipements mécaniques et aides à la manutention spécifiques au secteur d'activité :

Matériel	Obligatoire	Conseillé	nombre	Caractéristiques minimales	Caractéristiques préconisées
	Pour la formation et l'évaluation	Pour la formation			
Lit médicalisé	X		1 pour 5 stagiaires maximum	<ul style="list-style-type: none"> - Réglable électriquement (hauteur, relève-buste) - Potence et poignée réglables (point d'ancrage et en hauteur) - Barrières escamotables 	<ul style="list-style-type: none"> - Plicature du relève-buste au niveau du bassin - Plicature du genou - Hauteur permettant de descendre à 29 cm - Remise à plat d'urgence - Demi-barrières - Barres de redressement
Fauteuil roulant manuel	X		1	<ul style="list-style-type: none"> - Accoudoirs escamotables - Repose-pieds 	<ul style="list-style-type: none"> - Réglable à différentes tailles
Fauteuil	X		1	<ul style="list-style-type: none"> - Accoudoirs réglables en hauteur 	<ul style="list-style-type: none"> - Inclinaison - Roulettes - Repose-pieds amovible - Accoudoirs réglables en profondeur - Assise réglable en hauteur
Lève-personne électrique roulant	X		1	<ul style="list-style-type: none"> - 3 tailles différentes minimum de harnais de type universel (en U) - Possibilité de prendre en charge une personne au sol 	<ul style="list-style-type: none"> - Différents types de harnais
Lève-personne électrique suspendu sur rail		X	1	<ul style="list-style-type: none"> - 3 tailles différentes minimum de harnais de type universel (en U) 	<ul style="list-style-type: none"> - Différents types de harnais
Verticalisateur électrique	X		1	<ul style="list-style-type: none"> - 3 tailles différentes minimum de harnais adaptés au modèle 	<ul style="list-style-type: none"> - Possibilité d'écartement des fourches
Draps de glisse	X		2	<ul style="list-style-type: none"> - 90 cm X 90 cm minimum - Glissant sur les 2 faces - Sans poignées 	
Rollbord®		X	1	<ul style="list-style-type: none"> - 40 cm X 165 cm minimum 	
Déambulateur		X	1	<ul style="list-style-type: none"> - Réglable en hauteur 	
Cannes		X	2	<ul style="list-style-type: none"> - Canne simple - Cannes anglaises 	
Coussin unidirectionnel		X	1		

DEMONSTRATIONS ET JUSTIFICATIONS DES PRINCIPES DE SECURITE PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT

Cette partie permettra de faire émerger les principes de sécurité physique et d'économie d'effort transposables à toutes manutentions de charges occasionnelles.

La méthodologie adaptée à cette partie DOIT permettre de découvrir au travers d'exercices simples les principes.

Ces principes devront être mis en évidence au travers de la mise en œuvre des démonstrations décrites ci-après.

La première mise en application de ces principes se fera à partir du lever, transporter et reposer au sol d'une caisse avec ou sans poignées et ce, pour tous les participants.

PRINCIPES DE SECURITE PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT	
<i>PRINCIPES A RESPECTER</i>	<i>POURQUOI LES RESPECTER</i>
<ul style="list-style-type: none">• Travailler près du corps	<ul style="list-style-type: none">- Pour diminuer les efforts au niveau des vertèbres lombaires.
<ul style="list-style-type: none">• Stabiliser ses appuis	<ul style="list-style-type: none">- Pour améliorer l'équilibre, rester stable et effectuer des gestes sûrs.
<ul style="list-style-type: none">• Fixer la colonne vertébrale	<ul style="list-style-type: none">- Pour protéger le dos et maintenir les courbures naturelles de la colonne vertébrale.
<ul style="list-style-type: none">• Utiliser prioritairement la force des jambes	<ul style="list-style-type: none">- Pour diminuer les efforts du dos et des membres supérieurs, car les muscles des membres inférieurs sont les plus puissants.

PSPEE 1 : Travailler près du corps diminue les efforts

EXERCICE 1

MATERIEL : Un manche à balai, un seau lourd (ou équivalent) lesté (environ 5kg), une ficelle solide et un crochet pour attacher le seau au manche.

ETAPES	CONCLUSIONS	ILLUSTRATIONS
Apprendre à tenir un manche qui va servir de levier pour maintenir puis soulever une charge. Se placer coudes verrouillés, le manche à balai parallèle au thorax.	<i>Pour assurer l'expérimentation, le/la participant(e) doit tenir le manche :</i> -main côté de la charge en supination -main inférieure en pronation , rapprochées .	 
Placer un seau lourd à l'extrémité du manche. Faire positionner un/une participant(e) loin du seau. Question : « Pouvez-vous soulever le seau en appliquant ce qui vient d'être conclu ? »	<i>Le seau est impossible à soulever en position éloignée (1)</i> <i>Le seau est possible à soulever en position rapprochée (2)</i>	 1  2

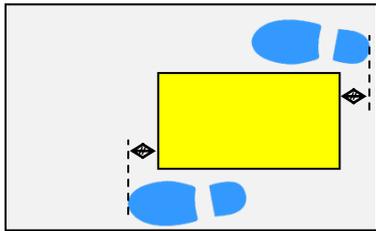
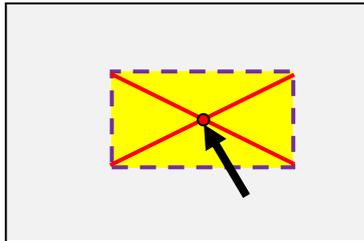
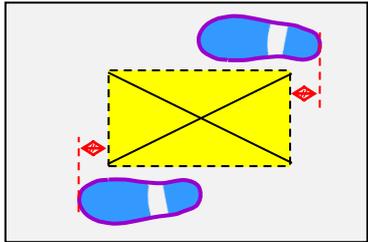
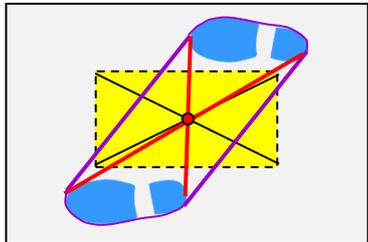
L'EXERCICE PERMET de FAIRE EMERGER la notion :

Plus la charge de travail est éloignée, plus la force nécessaire pour la soulever est importante. (Attention : la masse de l'objet ne varie pas !)

PSPEE 1 : Travailler près du corps diminue les efforts

EXERCICE 2

MATERIEL : Une grande feuille de papier « Paper board », au moins 2 feutres de couleurs différentes, une grande règle, un carton vide de surface au sol proche de la caisse avec poignée (les apprenants ne savent pas encore lever la caisse !!)

ETAPES	CONCLUSIONS	ILLUSTRATIONS
Positionner au sol, une feuille de papier et placer dessus un carton étroit (proche de la dimension de la caisse).		
Faire chercher, par un/une participant(e), le positionnement permettant de se rapprocher le plus possible du centre du carton. Question : « Est-il / elle le plus près possible du centre du carton ? »	<i>Le participant se place le plus près possible du carton.</i>	
Demander au/à la participant(e) de se mettre sur le côté. Faire identifier le centre du carton par un autre participant : - en faisant tracer le tour du carton avec un feutre, - en retirant le carton, - en faisant tracer les diagonales pour obtenir le point de croisement.	<i>Le centre du carton symbolise le centre de gravité de celui-ci. (Point de concentration des différentes forces qui permet à un corps de se tenir en équilibre)</i> Définition à l'intention du formateur.	
Demander au/à la premier(e) participant(e) de se replacer sur le papier. Faire tracer le contour de ses chaussures par l'autre participant. Demander au au/à la premier(e) participant(e) de se mettre sur le côté.	<i>(Vérifier le placement de la pointe du pied avancé et du talon du pied arrière : la distance par rapport au carton doit être identique).</i>	
Question : « Comment peut-on représenter le centre de gravité de la personne ? » Faire tracer : - la figure géométrique représentant l'espace entre les 2 pieds (polygone de sustentation) - les diagonales (talon/pointe et talon/pointe) Question : « Que peut-on observer ? »	<i>Le centre de gravité de la caisse et celui de la personne se trouvent au même endroit.</i>	

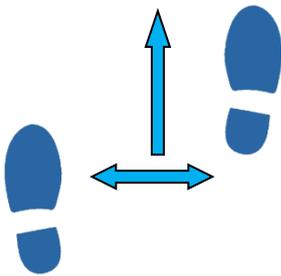
L'EXERCICE PERMET de FAIRE EMERGER la notion :

Le positionnement optimal vis à vis d'une caisse à soulever

Rapprochement au mieux des centres de gravité (celui de la charge et celui de l'opérateur).

PSPEE 2 : Stabiliser ses appuis améliore l'équilibre

MATERIEL : Aucun.

ETAPES	CONCLUSIONS	ILLUSTRATIONS	
Demander à un/une participant(e) de se positionner debout « normalement » et de résister lorsque le/la formateur(trice) tentera de le déséquilibrer.	<i>Le/la participant (e) se place spontanément (pieds+ ou-) écartés dans l'alignement du bassin.</i>		
Déséquilibrer le participant dans le plan latéral en le poussant légèrement. Faire observer. Question : « Qu'a-t-il / elle fait ? »	<i>Il/elle ne peut pas résister avec les pieds peu écartés. Spontanément, il/elle écarte franchement un pied. Lui demander de rester dans cette position</i>		
Déséquilibrer le participant dans le plan frontal en le poussant légèrement. Faire observer. Question : « Qu'a-t-il / elle fait ? »	<i>Il/elle ne peut pas résister avec les 2 pieds dans le même plan. Il/elle doit décaler un de ses pieds en avant. Lui demander de rester dans cette position.</i>		
Tenter de le/la déséquilibrer dans la position finale	<i>Il/elle peut résister au déséquilibre.</i>		

Faire réaliser les deux actions à tout le monde ATTENTION à la SECURITE

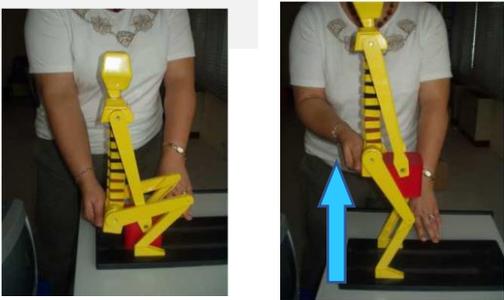
L'EXERCICE PERMET de FAIRE EMERGER la notion :

Appui des pieds au sol, en position écartés et légèrement décalés = plus d'équilibre

PSPEE 3 : Fixer la colonne vertébrale protège le dos

PSPEE 4 : Utiliser prioritairement la force des jambes diminue les efforts du dos et des membres supérieurs

MATERIEL : 1 mannequin type Bébert (ou équivalent)

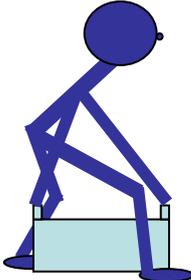
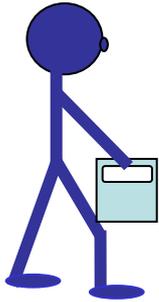
ETAPES	CONCLUSIONS	ILLUSTRATIONS
<p>Positionner les mains pour l'utilisation efficace de Bébert.</p> <p>(ATTENTION : bien lire les indications données sur le document livré avec Bébert)</p>	<p><i>Le formateur a une main en supination sous le bassin de Bébert.</i></p> <p><i>Il maintient le socle de l'autre main</i></p>	
<p>Positionner la charge éloignée du corps et les jambes tendues et soulever la charge.</p> <p>Question : « Que pouvez-vous constater sur la colonne vertébrale de Bébert ? »</p>	<p><i>La charge est difficile à soulever.</i></p> <p><i>La colonne est fléchie, les éléments qui représentent les disques inter-vertébraux sont pincés à l'avant</i></p>	
<p>Repositionner la charge de façon à garder la colonne droite et à éviter les pincements. Orienter le « regard de Bébert » à l'horizon. Puis soulever à nouveau la charge à l'aide des jambes.</p> <p>Question : « Quelles sont les différences ? »</p>	<p><i>Positionner la charge entre les jambes, fléchies, les disques ne sont plus pincés. Lorsque la charge est entre les jambes et que l'on utilise les cuisses, il faut moins de force pour soulever la charge. La colonne vertébrale reste fixée dans ses courbures naturelles grâce au regard dirigé en face de soi.</i></p>	

L'EXERCICE PERMET de FAIRE EMERGER la / les notions :

- Lorsque la charge est plus proche du corps, il faut moins de force pour la soulever.
- Lorsque les jambes sont dépliées en maintenant le regard à l'horizon lors du soulèvement de la charge, la colonne vertébrale reste dans ses courbures naturelles et les éléments qui représentent les disques inter-vertébraux ne sont plus pincés.
- Les muscles des jambes sont les plus puissants du corps. Il faut profiter de leur puissance.
- Lorsque les bras sont tendus lors du lever de la charge, les efforts dans les membres supérieurs sont réduits.

APPLICATION DES PRINCIPES 1, 2, 3 et 4 sur une caisse avec ou sans poignées

MATERIEL : Petites caisses + EPI adaptés

ETAPES	CONCLUSIONS	ILLUSTRATIONS
Le formateur est équipé d' EPI adaptés. Le formateur se positionne convenablement par rapport à une petite caisse : au-dessus de la caisse, pieds <u>écartés</u> et <u>décalés</u> .	<i>Le formateur a respecté tous les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</i>	
Il réalise une démonstration du soulèvement, du déplacement et de la dépose de la caisse.	<p><i>Il fléchit ses jambes.</i></p> <p><i>Il positionne ses mains de la façon suivante : main avant et pied avant du même côté, prise des mains au centre de la poignée, par la paume.</i></p> <p><i>Il relève la tête pour respecter les courbures naturelles de la colonne vertébrale.</i></p> <p><i>Il soulève avec la force des cuisses.</i></p> <p><i>Il soulève bras tendus en simple traction.</i></p> <p><i>Il déplace la caisse avec l'aide de l'élan de la cuisse.</i></p> <p><i>Il dépose la caisse en respectant les mêmes principes.</i></p>	 <p>Main et pied du même côté</p>
		 <p>Bras tendus</p> <p>Caisse en appui sur la cuisse</p>

Application par tous les participants.

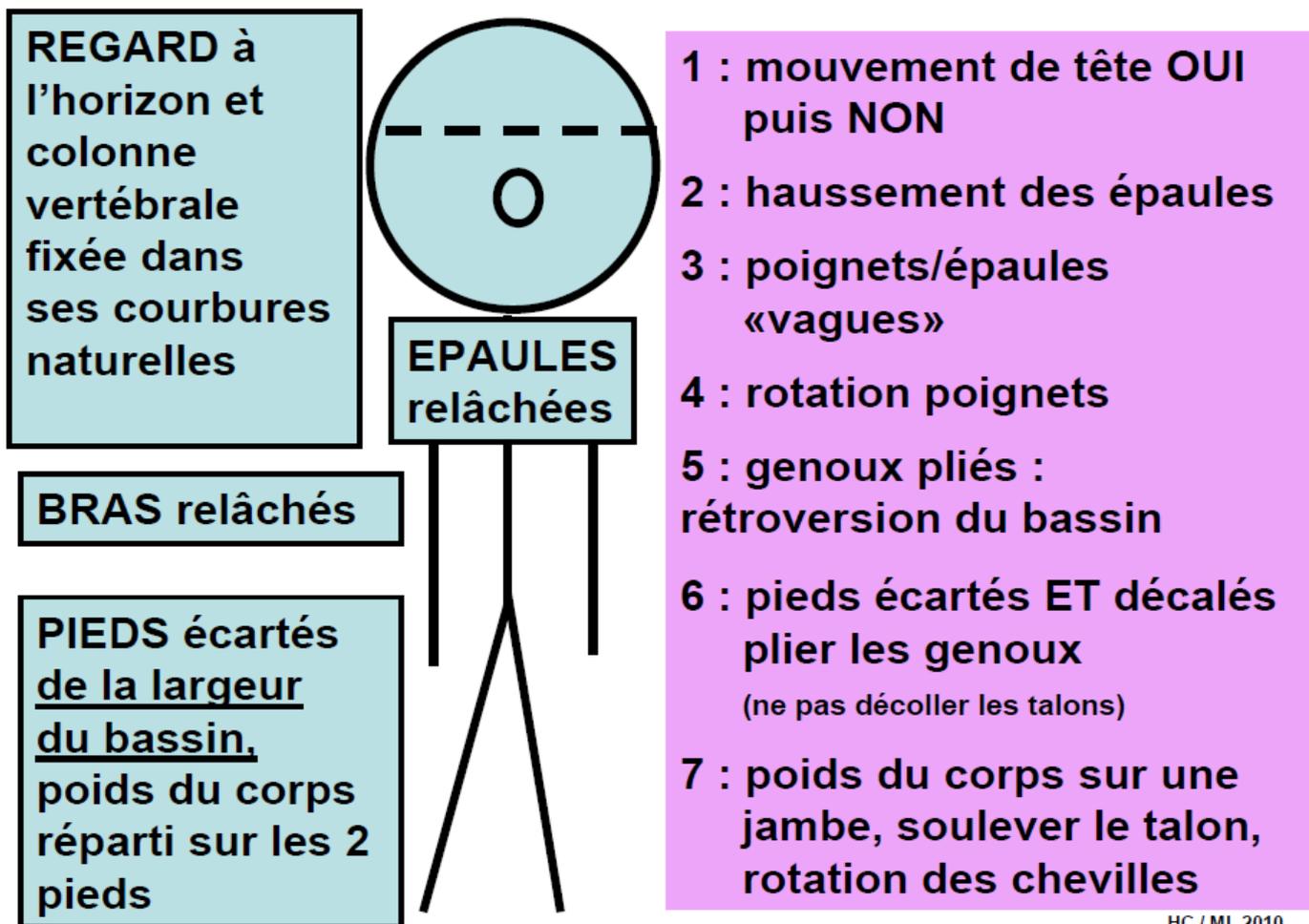
L'EXERCICE PERMET de FAIRE EMERGER la / les notions :

- application des principes précédents,
- utilisation de l'élan pour déplacer la caisse,
- utilisation des mêmes principes pour la dépose,

Préparation à l'activité physique

Une préparation à l'activité physique est essentielle pour contribuer à la diminution des atteintes à la santé.

Proposition de préparation à l'activité physique :



HC / ML 2010

La mise en condition et les manutentions manuelles occasionnelles nécessitent de travailler en aérobie.

Guide d'utilisation pour les évaluations de l'Acteur PRAP à l'intention des formateurs PRAP 2S de la formation initiale



De la formation à l'évaluation ...

Ce guide a pour objectif d'expliquer chaque étape du travail à faire réaliser aux acteurs PRAP en formation pour utiliser la grille d'analyse de la situation de travail et proposition d'amélioration (évaluation certificative).

Descriptif de la situation d'évaluation : le candidat devra décrire la situation de travail, rechercher les déterminants, repérer les risques d'atteinte à la santé et proposer des améliorations.

Epreuve validée si : au moins 3 cases sur 5 sur l'observation de la situation de travail sont complétées suivant les exigences énoncées, et les 3 cases de l'analyse sont complétées suivant les exigences énoncées.

Support : Photo Vidéo Autre

Nom : Prénom :
Né le : Date :

SITUATION DE TRAVAIL :
(À renseigner par le formateur)

J' OBSERVE LA SITUATION DE TRAVAIL	QUI ? Qui est l'opérateur-trice ? (Âge / qualification / formation ...) <u>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</u>	QUOI ? Que fait l'opérateur-trice ? Avec quel matériel, matériaux ? <u>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</u>	OÙ ? Dans quel environnement ? (Env. physique, biologique, climatique) <u>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</u>	QUAND ? Quels sont ses délais, ses horaires ? <u>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</u>	COMMENT ? De quelle façon fait-il-elle son activité ? Avec qui ? (Gestes, postures, déplacements ...) <u>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</u>
	V <input type="checkbox"/> NV <input type="checkbox"/>	V <input type="checkbox"/> NV <input type="checkbox"/>	V <input type="checkbox"/> NV <input type="checkbox"/>	V <input type="checkbox"/> NV <input type="checkbox"/>	V <input type="checkbox"/> NV <input type="checkbox"/>
	* V = Case validée, NV = Case non validée				
	QQQC acquis si 3 cases sur 5 validées				

J' ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL	Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (cocher ou souligner les éléments influant, positifs ou négatifs). Parmi ces éléments, quels sont ceux susceptibles de conduire à une situation de travail délétère ? (les entourer en rouge) <u>Au minimum 8 éléments repérés, dont 2 susceptibles de conduire à une situation de travail délétère.</u>	Quels sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? (entourer ou cocher au moins 2 atteintes à la santé). Quelles sont les zones sollicitées ? (entourer au moins 2 zones sur le schéma en respectant la codification de couleurs) <u>Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés et 2 zones identifiées.</u>	Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques principalement liés à cette activité physique ? <u>Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées dont une dans la case « que peut-on changer » et la question sur la place des PSPEE correctement renseignée.</u>
	Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, météo, poussières, émanations toxiques, espace confiné, ambiance humide, hauteur, autres :	Risques d'atteinte à la santé : 1- En lien avec l'activité physique : entorse, luxation, tendinite, fracture, lumbago, lombalgie, dorsalgie, sciatique, fatigue musculaire, autres : 2- Autres : lésion auditive, lésion oculaire, atteinte respiratoire, brûlures, autres :	Que peut-on changer, modifier ou réparer à ce poste de travail ? Comment peut-on protéger la ou les personnes ? Comment pourraient-elles se protéger ?
	Nature de la tâche : Activité de précision, activité de force, travail à la chaîne, travail en équipe, geste répétitif, action répétée, position statique, activité de réflexion, déplacements, travail intensif, posture, autres :	Zones sollicitées : 	Quelles instructions, informations ou formations pourrait-on lui donner en complément ?
	Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres :	En rouge : De manière importante.	Les propositions d'améliorations ont-elles permis de régler tous les problèmes ? OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>
	Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Expérience professionnelle, âge, sexe, gaucher ou droitier, taille, habitude du geste, autres :	En orange : De manière moyennement importante.	Subsiste-t-il la nécessité d'utiliser l'application des principes de sécurité physiques et d'économie d'effort (PSPEE) ? OUI <input type="checkbox"/> À quel moment ? NON <input type="checkbox"/> Pourquoi?
Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, les usagers, autres :	En vert : De manière peu importante.		
Durée et contrainte de temps : Cadence, délais, organisation des pauses, horaires, autres :			
Vie hors du travail : Durée du trajet, moyens de transports, préoccupations diverses, autres :			
Charge mentale et émotionnelle : Trop ou pas assez d'informations, stress, aléas, dysfonctionnements, démotivation, violence au travail, non reconnaissance, autres :			

Support : Photo Vidéo Autre



On cochera le format du support de l'évaluation :

Le support de travail peut être :

- un film court (ou un extrait)
- une mise en situation « réelle » (en PFMP) ou simulée (en « atelier ») individuelle
- une observation d'une mise en situation « Jouée »
- un document avec photos et texte explicatif apportant les informations complémentaires



Dans tous les cas, le support doit permettre d'avoir tous les éléments indispensables au travail attendu.

Le formateur renseignera cette case avant de distribuer le travail.

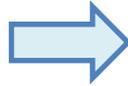
Elle permet de présenter en quelques mots la situation de travail, afin de délimiter son étude.



SITUATION DE TRAVAIL :

(à renseigner par le formateur)

J'OBSERVE LA SITUATION
DE TRAVAIL



Dans cette 1ère partie, le questionnement QQQQC permettra de réaliser une observation de la situation de travail, nécessaire à une analyse cohérente.

Entourer la case correspondante en fonction des critères d'évaluation de la case :
V = validé
NV = Non validé

QUI ? Qui est l'opérateur-trice ?
(Âge / qualification / formation ...)
Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

Q

V NV*

Age
Caractéristiques : *taille...*
Qualification professionnelle : *diplôme...*
Certifications spécifiques ...
Formations suivies
Ancienneté à ce poste de travail

Entourer la case correspondante en fonction des critères d'évaluation de la case :
V = validé
NV = Non validé

QUOI ? Que fait l'opérateur-trice ?
Avec quel matériel, matériaux ?
Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....

Q

V NV*

Tâches(s) : *enchaînement d'opérations*
Délais
Exigences : *gestuelles / posturales...*
Matériel / matériaux (quantités)
Moyens de communication : *parole, gestes, support écrit...*

Entourer la case correspondante en fonction des critères d'évaluation de la case :

V = validé

NV = Non validé

OÙ ? Dans quel environnement ?
(Env. physique, biologique, climatique) **Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.**

.....
.....
.....
.....
.....

V NV*

Zone de travail (*qualifier / quantifier*)
Espace de travail / zone de circulation (*qualifier / quantifier*)
Température (*qualifier / quantifier*)
Eclairage : naturel / artificiel (*qualifier / quantifier*)
Bruit (*qualifier / quantifier*)
Hygrométrie (*qualifier / quantifier*)

QUAND ? Quels sont ses délais, ses horaires ?
Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.

.....
.....
.....
.....
.....

V NV*

Horaires de travail
Durée du travail
Pauses

COMMENT ? De quelle façon fait-il son activité ? Avec qui ? (Gestes, postures, déplacements ...)
Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....
.....
.....
.....
.....

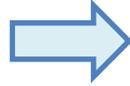
V NV*

Gestes, postures, déplacements (*qualifier / quantifier*)
Personne(s) intervenant dans ce travail (*collègue / supérieur hiérarchique / client ou usager*)

QUI ? Qui est l'opérateur-trice ? (Âge / qualification / formation ...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>	QUOI ? Que fait l'opérateur-trice ? Avec quel matériel, matériaux ? <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>	OÙ ? Dans quel environnement ? (Env. physique, biologique, climatique) <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i>	QUAND ? Quels sont ses délais, ses horaires ? <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i>	COMMENT ? De quelle façon fait-il-elle son activité ? Avec qui ? (Gestes, postures, déplacements ...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>
<p>.....</p>	<p>.....</p>	<p>.....</p>	<p>.....</p>	<p>.....</p>
<p>Q</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p>Q</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p>O</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p>Q</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p>C</p> <p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>
<p>* V = Case validée, NV = Case non validée</p>				
<p>QQOQC acquis si 3 cases sur 5 validées</p>				

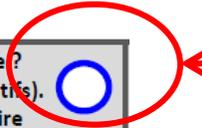
Pour valider l'observation de la situation de travail, cocher ce cercle si au minimum 3 cases (QQOQC) sur 5 ont été validées

J'ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL

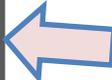


La 2ème partie doit amener l'acteur PRAP à proposer des améliorations au poste de travail. L'analyse de la situation de travail de l'opérateur permettra d'identifier ce qui détermine son activité physique, et entraîne des sollicitations biomécaniques.

<p>Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (cocher ou souligner les éléments influant, positifs ou négatifs). Parmi ces éléments, quels sont ceux susceptibles de conduire à une situation de travail délétère ? (les entourer en rouge)</p> <p><i>Au minimum 8 éléments repérés, dont 2 susceptibles de conduire à une situation de travail délétère.</i></p>
<p>Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, météo, poussières, émanations toxiques, espace confiné, ambiance humide, hauteur, autres :</p>
<p>Nature de la tâche : Activité de précision, activité de force, travail à la chaîne, travail en équipe, geste répétitif, action répétée, position statique, activité de réflexion, déplacements, travail intensif, posture, autres :</p>
<p>Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres :</p>
<p>Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Expérience professionnelle, âge, sexe, gaucher ou droitier, taille, habitude du geste, autres :</p>
<p>Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, les usagers, autres :</p>
<p>Durée et contrainte de temps : Cadence, délais, organisation des pauses, horaires, autres :</p>
<p>Vie hors du travail : Durée du trajet, moyens de transports, préoccupations diverses, autres :</p>
<p>Charge mentale et émotionnelle : Trop ou pas assez d'informations, stress, aléas, dysfonctionnements, démotivation, violence au travail, non reconnaissance, autres :</p>



Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 8 éléments repérés, dont 2 pouvant entraîner des problèmes à la santé



Repérer en soulignant ou cochant les éléments qui déterminent l'activité physique de l'opérateur. Ces éléments peuvent avoir une influence négative mais aussi positive sur l'opérateur. Dans un deuxième temps, parmi les déterminants repérés précédemment, il est demandé d'en entourer en rouge au minimum deux qui pourraient entraîner une situation de travail dangereuse pour la santé de l'opérateur.

A partir des sollicitations repérées, l'acteur PRAP note les risques d'atteintes à la santé susceptibles d'apparaître.

Localiser les zones sollicitées en les entourant sur la / les silhouette(s).

L'acteur PRAP doit être capable de repérer « l'intensité » des sollicitations musculaires et / ou articulaires, générées lors de l'activité physique, au poste de travail, selon 3 niveaux. Cette graduation lui permettra de prioriser ses recherches dans l'amélioration du poste observé.

Nota :

- ce code de couleurs n'est qu'une proposition.
- il est possible de codifier les cercles :
rouge = 3 / orange = 2 / vert = 1

Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 2 risques d'atteinte à la santé ont été identifiés.

Quels sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? (entourer ou cocher au moins 2 atteintes à la santé).
Quelles sont les zones sollicitées ? (entourer au moins 2 zones sur le schéma en respectant la codification de couleurs)
Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés et 2 zones identifiées.

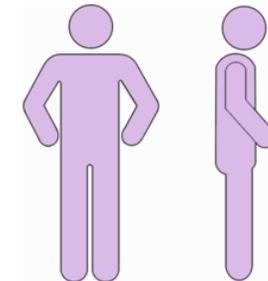
Risques d'atteinte à la santé :

1- En lien avec l'activité physique : entorse, luxation, tendinite, fracture, lumbago, lombalgie, dorsalgie, sciatique, fatigue musculaire, autres :

2- Autres : lésion auditive, lésion oculaire, atteinte respiratoire, brûlures, autres :

Zones sollicitées :

-  **En rouge :**
De manière importante.
-  **En orange :**
De manière moyennement importante.
-  **En vert :**
De manière peu importante.



Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées et la question sur la place des PSPEE correctement renseignée

Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques principalement liés à cette activité physique ?

Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées dont une dans la case « que peut-on changer » et la question sur la place des PSPEE correctement renseignée.

Que peut-on changer, modifier ou réparer à ce poste de travail ?

Comment peut-on protéger la ou les personnes ? Comment pourraient-elles se protéger ?

Quelles instructions, informations ou formations pourrait-on lui donner en complément ?

Les propositions d'améliorations ont-elles permis de régler tous les problèmes ?
OUI NON

Subsiste-t-il la nécessité d'utiliser l'application des principes de sécurité physiques et d'économie d'effort (PSPEE) ? OUI À quel moment ? NON Pourquoi ?

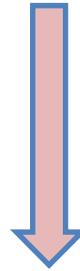
Au vu du résultat de l'évaluation des risques, le candidat devra proposer des améliorations au poste (= mesures de prévention intrinsèques, voir les Principes Généraux de Prévention – loi du 31/12/1991).

Hierarchisation des pistes d'améliorations en répondant aux questions suivantes :

- En prévention : « *Que peut-on changer, modifier ou réparer à ce poste de travail ?* »
- En protection : « *Comment peut-on protéger la ou les personnes ? Comment pourraient-elles se protéger ?* »
- En information / formation : « *Quelles instructions, informations ou formations pourrait-on lui donner en complément ?* »

S'il s'avère que ces 3 niveaux de mesures de préventions ne suffisent pas, cocher « **NON** », cela permettra d'identifier si les PSPEE doivent être inévitablement mis en œuvre, afin de manipuler ou manutentionner sans aide mécanisée une ou plusieurs charge(s).
En n'oubliant pas de justifier dans tous les cas.

Epreuve validée si : au moins 3 cases sur 5 sur l'observation de la situation de travail sont complétées suivant les exigences énoncées, et les 3 cases de l'analyse sont complétées suivant les exigences énoncées.



L'épreuve 2 est validée si les 4 parties sont validées suivant les exigences définies ci-dessus (les 4 cercles cochés)

Les éléments qui DETERMINENT l'activité physique

