

Renouvellement PRAP 2S

Le 07/10/2026

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- Réviser les principes de prévention des risques.
- Adapter les gestes et postures professionnels.
- Améliorer l'ergonomie des postes de travail.
- Élaborer des plans d'action préventifs.
- Impliquer les équipes dans la prévention continue.

CONTENU

AVANT LA FORMATION

- Entretien téléphonique avec le formateur afin de personnaliser votre formation.
- Le programme de formation ci-dessous pourra donc être modifié gratuitement en fonction de vos

Jour 1 : Révision des fondamentaux PRAP 2S

Matin : Principes de prévention des risques

- Rappel des bases de la prévention des risques liés à l'activité physique.
- Identification des situations à risque dans le secteur sanitaire et social.
- Analyse des accidents et incidents liés à l'activité physique.

Après-midi : Techniques et gestes professionnels

- Révision des techniques de manutention sécurisée.
- Pratique des gestes et postures adaptés.
- Évaluation des pratiques actuelles et ajustements nécessaires.

Jour 2 : Approfondissement et mise en pratique

Matin : Ergonomie et aménagement des postes de travail

- Principes d'ergonomie pour améliorer les conditions de travail.
- Aménagement des espaces de travail pour réduire les risques.
- Utilisation des équipements et aides techniques.

Après-midi : Plan d'action et prévention durable

- Élaboration de plans d'action pour une prévention continue.
- Implication des équipes dans la démarche de prévention.
- Suivi et évaluation des actions mises en place.

FIN DE LA FORMATION

- Débrief de la formation avec le formateur pour consolider vos connaissances.

**CONTACTEZ
NOUS**



Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité :
76820087382

Aucun

PUBLIC VISE

Les DRH, RRH en prise de fonction, Les cadres RH qui souhaitent comprendre le rôle attendu et adopter les bonnes postures pour réussir dans la fonction RH

- Formation individuelle ou collective (garantie à partir du premier inscrit)
- Formation assurée au sein de vos locaux ou dans une salle de formation dans la ville de votre choix
- Dates de votre choix sans surcoût
- Entretien téléphonique préalable avec notre formateur afin de personnaliser votre formation
- Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation
- Horaires : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
- Nombre de participants : de 1 à 20 participants (au delà nous consulter)
- **Formation accessible à toutes personnes porteuses de handicap. Locaux adaptés.**

DUREE

14 heures

PEDAGOGIE**Déroulé pédagogique adapté : Formation MAC PRAP 2S Niveau 1 (2 jours)****Jour 1 : Actualisation des connaissances et sensibilisation à la prévention des risques****Matin : Présentation et introduction à la prévention des risques**

- **Accueil et présentation :**
 - Présentation de l'INRS et du cadre de la formation PRAP 2S.
 - Définition des objectifs de la formation et explication du sigle PRAP.
 - Informations sur la certification INRS (Maintien et Actualisation des Compétences).
- **Objectif pédagogique :** Comprendre les notions clés liées aux risques professionnels et à la prévention.
- **Contenus :**
 - Notions de danger, risque, dommage, accident du travail (AT) et maladie professionnelle (MP).
 - Statistiques nationales et sectorielles sur les accidents et maladies liés à l'activité physique.
 - Enjeux humains et économiques pour les soignants et les établissements.
- **Méthodes pédagogiques :**
 - Échanges interactifs avec le groupe (brainstorming).
 - Présentation PowerPoint et vidéos explicatives.
 - Étude de cas concrets pour illustrer les notions.

Après-midi : Analyse des situations de travail et identification des risques

- **Objectif pédagogique :** Être capable d'observer une situation de travail et d'en identifier les risques.
- **Contenus :**
 - Définition de la situation de travail et de ses déterminants (individu, tâche, environnement).
 - Analyse des activités physiques combinées aux activités perceptives et mentales.
 - Identification des facteurs de risques biomécaniques, psychosociaux et environnementaux.
- **Méthodes pédagogiques :**
 - Utilisation de grilles d'observation pour analyser des situations de travail.
 - Travail en binômes sur des cas pratiques ou vidéos.
 - Restitution en groupe et discussion des observations.

CONTACTEZ
NOUS

Du Lundi au Vendredi

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : serviceclient@formasuite.fr

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

Jour 2 : Consolidation des compétences pratiques et mise en œuvre des acquis**Matin : Techniques de prévention et de manutention**

- **Objectif pédagogique** : Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort.
- **Contenus** :
 - Principes généraux de prévention et d'aménagement des postes de travail.
 - Techniques de manutention adaptées aux charges inertes et aux personnes à mobilité réduite.
 - Notions d'autonomie et d'évaluation du potentiel des personnes aidées.
- **Méthodes pédagogiques** :
 - Démonstration des techniques par le formateur.
 - Exercices pratiques en binômes (manipulation de charges et mobilisation de personnes).
 - Feedback personnalisé pour ajuster les gestes et postures.

Après-midi : Mise en situation, évaluation et plan d'action

- **Objectif pédagogique** : Valider les compétences acquises et proposer des améliorations concrètes.
- **Contenus** :
 - Mise en situation réelle pour appliquer les principes PRAP dans son contexte professionnel.
 - Élaboration d'un plan d'amélioration individuel ou collectif.
 - Évaluation des acquis à travers des exercices pratiques et des échanges.
- **Méthodes pédagogiques** :
 - Jeux de rôle et scénarios réalistes.
 - Utilisation de fiches d'évaluation pour valider les compétences.
 - Discussion en groupe pour partager les bonnes pratiques et les pistes d'amélioration.

Moyens et supports pédagogiques :

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Remise d'un support pédagogique
- Echanges interactifs
- Intervention d'un formateur expert dans son domaine

Modalités d'évaluation et de suivi :

- Grille d'évaluation (test de positionnement)
- Entretien téléphonique avec le formateur avant la formation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Echange avec le formateur par visioconférence (webinar), téléphone et mail
- Exercices corrigés, études de cas réels, mise en application concrète et utile
- Évaluation pour valider vos acquis en fin de formation

Profil du formateur :

- Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation.

 **CONTACTEZ
NOUS****Du Lundi au Vendredi**

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**Par email : serviceclient@formasuite.fr

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

- Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.
- Formateur référent : M.Lacave Téléphone : 05 31 60 07 07

Une attestation de formation sera délivrée au stagiaire.

**CONTACTEZ
NOUS**

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité :
76820087382