Objectifs principaux	Permettre aux personnels du secteur sanitaire et médico-social déjà certifiés PRAP 2S de maintenir et actualiser leurs compétences pour prévenir les risques liés à l'activité physique, améliorer leurs pratiques d'accompagnement à la mobilité des personnes aidées, et rester acteurs de la prévention dans leur structure
Objectifs pédagogiques	À l'issue de la formation, les participants seront capables de : **Comprendre** l'évolution des risques liés à l'activité physique dans leur environnement **Identifier** les situations à risque et les atteintes potentielles à la santé **Observer et analyser** leurs gestes professionnels et les déplacements des personnes aidées **Proposer** des actions d'amélioration concrètes, réalistes et adaptées **Appliquer** les principes de sécurité physique et d'économie d'effort dans toutes les situations de travail **Participer** activement à la prévention et au maintien de la qualité d'accompagnement dans leur établissement
Public	Professionnels du secteur sanitaire ou médico-social certifiés PRAP 2S en cours de validité, exerçant en établissement ou à domicile
Durée de la formation	14 heures consécutives soit 2 jours
Séquence synchrone ou asynchrone	Synchrone
Prérequis	Être titulaire d'un certificat PRAP 2S en cours de validité (moins de 24 mois), délivré par un organisme habilité par l'INRS
Moyens Pédagogiques	La formation combine des apports théoriques, des échanges de pratiques, des démonstrations et des mises en situation. Les outils utilisés comprennent : lit médicalisé, fauteuil roulant, verticalisateur, lève-personne, draps de glisse, objets à manutentionner, fiches ALM, schéma décisionnel, supports INRS (ED 7202, ED 1582, ED 6415), grille d'analyse officielle, squelette pédagogique, vidéos de cas pratiques, et livret pédagogique.
Critères de réussite et certification	Deux épreuves certificatives sont obligatoires : Une analyse d'une situation de travail à l'aide de la grille INRS Une mise en situation d'accompagnement à la mobilité (ALM) Pour obtenir la certification, le participant doit : Être présent sur l'ensemble de la formation Réaliser une analyse complète et cohérente Adopter des gestes sécurisés et utiliser correctement les aides techniques En cas de réussite, un certificat PRAP 2S ALM est délivré pour 24 mois. Une attestation de fin de formation est également remise.
Nombre de participants	Min 4 maximum 10 inter ou intra
Lieu	Présentiel ou en intra-établissement
Tarif INTER	390 € par personne
Tarif INTRA	1600 € tarif groupe à partir de 2 participants max 10

MENTORIEL

Objectifs spécifiques La formation permet aux professionnels de prendre du recul sur leurs pratiques quotidiennes et d'actualiser leurs connaissances en prévention des risques liés à l'activité physique et à l'accompagnement des personnes dépendantes.
Ils apprennent à observer leurs propres gestes, à mieux comprendre les limites du corps humain, à anticiper les risques liés aux postures et aux efforts physiques, et à faire évoluer leur posture d'aidant.
Ils renforcent également leur capacité à accompagner la mobilité des personnes aidées avec respect et sécurité, en limitant le portage, en analysant les contraintes environnementales, et en utilisant des aides techniques pertinentes.

Déroulé pédagogique 2 jours

Jour 1 – Matin (8h30 – 12h00)
Accueil et retour d'expérience des participants
Rappel des enjeux de la prévention dans le secteur sanitaire et médico-social
Révision des connaissances anatomiques et physiologiques
Observation des situations de travail et identification des risques

Jour 1 – Après-midi (13h00 – 16h30)
Analyse des déterminants des risques physiques
Révision des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
Mise en situation sur poste simulé ou réel
Préparation à l'évaluation certificative PRAP

Jour 2 – Matin (8h30 – 12h00)
Introduction à la démarche ALM : rappels et enjeux
Étapes des déplacements naturels
Identification des capacités de la personne aidée
Analyse de l'environnement et des contraintes

Jour 2 – Après-midi (13h00 – 16h30)
Mise en œuvre d'un accompagnement sécurisé et respectueux
Utilisation des aides techniques dans des cas concrets
Passage des deux épreuves certificatives : PRAP et ALM
Correction, bilan final, remise des certificats et attestations

---

Maintien et actualisation des compétences

Cette formation permet de renouveler la validité du certificat PRAP 2S ALM pour une durée de 24 mois, sous réserve de réussite aux deux évaluations.

Rappel réglementaire – Passeport de prévention

Instauré par la loi n°2021-1018 du 2 août 2021, le **Passeport de prévention** permet de centraliser les attestations, certificats et diplômes liés à la **santé et à la sécurité au travail**. Il facilite le suivi des formations obligatoires pour les **travailleurs**, les **employeurs** et les **organismes de formation**.
Calendrier de mise en œuvre

- **1er septembre 2025** : accès pour les **organismes de formation**
- **1er trimestre 2026** : accès pour les **employeurs**
- **4e trimestre 2026** : accès pour les **travailleurs et demandeurs d'emploi**

MENTORIEL