

The logo for APTE, featuring a stylized green 'A' followed by the letters 'PTE' in white. The background is a solid blue color with a diagonal green stripe on the right side.

APTE

Formations  
& prévention.

[www.apte66.fr](http://www.apte66.fr)





# Sommaire.

## ■ FORMATIONS CERTIFIANTES

*Initiale (FI) et Maintien et Actualisation des Compétences (MAC)*

- **Sauveteur Secouriste du Travail SST** ..... p. 6
- **Acteur en Prévention Secours**
  - Secteur de l'Aide et du Soins à Domicile **APS-ASD ALM** ..... p. 8
- **Prévention des Risques liés à l'Activité Physique**
  - Secteur Sanitaire et Médico-Social **PRAP-2S ALM** ..... p. 10
  - Tous secteurs d'activité **PRAP** ..... p. 12

## ■ FORMATIONS ET SENSIBILISATIONS

- Équipier de 1ère intervention ..... p. 14
- Risque incendie feu numérique ..... p. 15

## ■ ACTIONS EN ENTREPRISE

- Élaboration du **Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels DUERP** ..... p. 16
- **Mise à Jour Annuelle du Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels MAJ DUERP** ..... p. 17

## ■ LES MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

### • Formation INTRA :

Nos formations INTRA sont accessibles à tous, à titre individuel ou pour les besoins des entreprises via les directions et/ou services RH.

Pour accéder à nos formations, nous vous invitons à prendre contact via notre formulaire. Nous aurons alors un échange sur vos besoins afin d'adapter au mieux la formation à vos objectifs. A l'issue de cet entretien nous vous proposerons une action de formation que nous pourrions envisager dans un délai minimum de trois semaines. La convention de formation devra être signée a minima 15 jours avant l'entrée en formation. Elles se font en présentiel et/ ou en distanciel synchrone.

### • Formations INTER :

Nos formations INTER sont accessibles à tous, à titre individuel ou pour les besoins des entreprises via les directions et/ou services RH.

Pour accéder à nos formations, nous vous invitons à prendre contact via notre formulaire et/ ou via nos liens LinkedIn.

Nous aurons alors un échange sur vos besoins afin de confirmer l'adéquation de vos objectifs avec le programme proposé de l'Inter. A l'issue de cet entretien nous vous proposerons l'action de formation que nous pourrions envisager en fonction du calendrier et des places disponibles (nous limitons les INTER à 12 personnes). La convention de formation devra être signée a minima 15 jours avant l'entrée en formation. Elles se font en présentiel partout en France et/ ou en distanciel synchrone.

## ■ MODALITÉS D'ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nos formations sont accessibles à tous. Nous compensons le handicap en formation en apportant des réponses individualisées et adaptées afin de rendre la prestation de formation « accessible » aux personnes handicapées. Notre correspondante Handicap (Mme SATORI) est à votre disposition et procèdera à l'adaptation des cursus, des méthodes et des outils pédagogiques pour répondre à chaque situation particulière.

# CONTACTS

Pour toute information  
ou inscription

### Gestionnaire formation

Laetitia SATORI

[l.satori@pst66.fr](mailto:l.satori@pst66.fr) | 04 68 68 15 18

### Secrétaire de direction, comptabilité

Stéphanie BORDES

[s.bordes@pst66.fr](mailto:s.bordes@pst66.fr) | 04 68 84 69 92

Formations		Tarifs
<b>N°1</b>	<b>SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL</b> <i>Formation initiale</i>	<b>Intra</b> : 170€ HT / pers. <b>Intra</b> : 190€ HT / pers.
<b>N°2</b>	<b>SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL</b> <i>Maintien et Actualisation des Compétences</i>	<b>Intra</b> : 90€ HT / pers. <b>Intra</b> : 100€ HT / pers.
<b>N°3</b>	<b>ACTEUR PRÉVENTION SECOURS</b> Secteur de l'Aide et du Soins à Domicile (APS-ASD) AML (32H) <i>Formation initiale</i>	<b>Intra</b> : 2 700€ HT (4 à 8 pers.) <i>hors location matériel</i>
<b>N°4</b>	<b>ACTEUR PRÉVENTION SECOURS</b> Secteur de l'Aide et du Soins à Domicile (MAC-APS-ASD) AML (21H) <i>Maintien et Actualisation des Compétences</i>	<b>Intra</b> : 1 800€ HT (4 à 8 pers.)
<b>N°5</b>	<b>PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE</b> Secteur Sanitaire et Médico-Social (PRAP-2S) AML (28H) <i>Formation initiale</i>	<b>Intra</b> : 2 400€ HT (4 à 8 pers.) <i>hors location matériel</i>
<b>N°6</b>	<b>PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE</b> Secteur Sanitaire et Médico-Social (MAC-PRAP-2S) (14H) <i>Maintien et Actualisation des Compétences</i>	<b>Intra</b> : 1200€ HT (4 à 8 pers.)
<b>N°7</b>	<b>PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE</b> Tous secteurs d'activité (PRAP) (14H) <i>Formation initiale</i>	<b>Intra</b> : 1 200€ HT (4 à 8 pers.)
<b>N°8</b>	<b>PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE</b> Tous secteurs d'activité (MAC-PRAP) (7H) <i>Maintien et Actualisation des Compétences</i>	<b>Intra</b> : 600€ HT (4 à 8 pers.)
<b>N°9</b>	<b>ÉQUIPIER DE 1ère INTERVENTION</b>	<b>Intra</b> : 700€ HT / groupe
<b>N°10</b>	<b>RISQUE D'INCENDIE FEU NUMÉRIQUE</b> <i>Bac à feux : nous contacter</i>	<b>Intra 3H</b> : 350€ HT / groupe <b>Intra 4H</b> : 450€ HT / groupe
<b>N°11</b>	<b>ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS ET ÉLABORATION DU DOCUMENT UNIQUE (DUERP)</b>	Tarif nous consulter
<b>N°12</b>	<b>MISE A JOUR ANNUELLE DU DOCUMENT UNIQUE D'ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS (MAJ DUERP)</b>	Tarif nous consulter

Tarifs valables pour Perpignan et ses alentours (rayon de 30 kms)

# SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Formation initiale

## ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié d'entreprise.
- Pas de prérequis.

## ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### • Domaine de compétence 1 : PREVENTION

Etre capable d' :

- Etre acteur de la prévention des risques professionnels liés à son métier et se situer en tant que SST dans la structure,
- Observer et analyser une situation de travail pour identifier ce qui peut nuire à la santé et participer à la maîtrise des risques dans sa structure.

### • Domaine de compétence 2 : SECOURS

Etre capable d'intervenir face à une situation d'accident du travail.

## ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels / l'INRS). Formateur SST certifié par l'INRS.

## ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe :** 4 à 10 pers.

(4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation :** 2 jours soit 14 heures en présentiel

(il convient d'ajouter le temps nécessaire pour traiter les risques spécifiques de l'entreprise).

**Lieux :** dans nos locaux, ou sur site.

## ▲ RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

- Articles R4141-3-1 et R4224-15 du Code du Travail.
- Documents de référence de l'INRS.

## CONTENU DE LA FORMATION

### Situer le cadre réglementaire de son intervention

- Le rôle du Sauveteur Secouriste du Travail ses responsabilités
- Indicateurs de santé au travail
- Le cadre juridique

### Prévention des risques professionnels dans l'entreprise

- Participer et adhérer à la démarche de prévention.
- Connaître les acteurs en prévention internes, externes en matière de prévention

### Participer à l'évaluation des risques professionnels

- Evaluer, identifier les risques professionnels dans son secteur d'activité
- Description d'une situation dangereuse
- Les mesures de prévention et de protection

### Réaliser une protection adaptée

- L'alerte à la population
- Réagir en cas d'attaque terroriste
- Identifier et supprimer le danger
- Les différents dégagements d'urgence.

### Examiner la victime

- Déceler une urgence vitale

### Alerter et faire alerter

- Connaître les numéros d'urgence.
- Connaître les acteurs des secours internes et externes à son entreprise.
- Délivrer un message d'alerte

### Secourir

- La victime saigne abondamment
- La victime s'étouffe
- La victime se plaint de malaise
- La victime se plaint de brûlures
- La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements
- La victime se plaint d'une plaie qui ne saigne pas abondamment
- La victime ne répond pas, mais elle respire
- La victime ne répond pas et ne respire pas
- La victime ne répond pas et ne respire pas
- Certification
- Echanges d'informations utiles, documents
- Evaluation de la formation
- Conclusion

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Enseignements théoriques et pratiques,
- Exposés interactifs, questionnement, démonstration, cas concrets,
- Méthodes participatives, applicatives et certificatives.

## ÉVALUATION / SUIVI

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquise où non acquises.
- Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et satisfait à l'épreuve certificative recevront le certificat « SST ».
- Afin de conserver la validité du certificat un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 7 heures est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

## OUTILS / SUPPORTS

- Documents INRS (livret aide mémoire, plans, grille d'évaluation et brochure...),
- Diaporama, Photos vidéos,
- Matériel secourisme.

# SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

## Maintien et Actualisation des Compétences

### COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

#### ■ PRÉVENTION

- Poursuivre son rôle d'acteur en prévention des risques professionnels liés à son métier.

#### ■ SECOURS

- Réaliser une protection adaptée,
- Examiner la(les) victime(s) avant/et pour la mise en œuvre de l'action choisie en vue du résultat à obtenir,
- Faire alerter ou alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise,
- Adopter un comportement adapté en cas d'accident, incident ou dysfonctionnement.

### CONTENU DE LA FORMATION

#### ■ RÉVISION DES DIFFÉRENTS MODULES :

##### Prévention des risques professionnels dans l'entreprise

- Retour d'expérience
- Rappel du rôle du SST dans la démarche globale de prévention
- Rappel du PAP
- Rappel de l'alerte et de la protection à la population

##### Protéger

- Repérer les situations dangereuses et supprimer le danger
- Les dégagements d'urgence

##### Examiner la victime

- Déceler une urgence vitale

##### Faire alerter ou alerter

- Les moyens d'alerte en entreprise

et hors entreprise

- Les numéros d'urgence
- Le message d'alerte

##### Secourir

- La victime saigne abondamment
- La victime s'étouffe
- La victime se plaint de malaise
- La victime se plaint de brûlures
- La victime se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements
- La victime ne répond pas, mais elle respire
- La victime ne répond pas et ne respire pas
- Certification
- Echanges d'informations utiles, documents
- Conclusion

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthodes découvertes, participatives, applicatives et certificatives.

### ÉVALUATION / SUIVI

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquise ou non acquises. Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et satisfait à l'épreuve certificative recevront le certificat « SST ».
- Afin de conserver la validité du certificat SST, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 7 heures est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation.

### OUTILS / SUPPORTS

- Documents INRS (livrets, plans, grilles d'évaluations, brochures...),
- Diaporama, photos, vidéos.

#### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié SST.
- Etre titulaire du certificat SST.

#### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maintenir ses compétences de SST pour : adopter un comportement adapté et intervenir efficacement face à une situation d'accident, conformément à l'éventuelle évolution des techniques et conduites à tenir.
- Contribuer à la mise en oeuvre d'actions au profit de la santé et sécurité au travail.

#### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels / l'INRS). Formateur SST certifié par l'INRS.

#### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe** : 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation** : 1 jour soit 7 heures en présentiel.

**Lieux** : dans nos locaux, ou sur site.

# ACTEUR PRÉVENTION SECOURS

## Secteur de l'Aide et du Soins à Domicile (APS-ASD)

Formation initiale

### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié travaillant dans le secteur du soins à domicile ou aidants familiaux.
- Pas de prérequis.

### ▲ OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- **Domaine de compétence 1 : PREVENTION**

Etre capable d' :

- Etre acteur de la prévention des risques professionnels liés à son métier et se situer en tant qu'APS dans la structure,
- Observer et analyser une situation de travail pour identifier ce qui peut nuire à la santé et participer à la maîtrise des risques dans sa structure,
- Accompagner la mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi.

- **Domaine de compétence 2 : SECOURS**

Etre capable d'intervenir face à une situation d'accident du travail.

### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie/ INRS).

Formateur APS-ASD avec le module ALM certifié par l'INRS.

### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe :** 4 à 10 pers.

(4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation :** 32h (22h prévention dont 14h pour l'ALM et 10h partie secours) en présentiel réparties sur 4.5 jours non consécutifs (+ travail intersession environ 4h).

**Horaires :** 8h00 - 12h00 / 13h30 - 16h30.

**Lieux :** sur site.

## CONTENU DE LA FORMATION

### ■ PREVENTION

- Se situer comme acteur de prévention pour soi, pour la structure,
- Identifier les risques de son secteur d'activité, de son métier, pour agir en prévention,
- Observer et analyser une situation de travail,
- Proposer des améliorations de la situation de travail,
- Remonter l'information aux personnes concernées,
- Identifier les enjeux d'un accompagnement,
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir,
- Analyser la situation d'un accompagnement,
- Caractériser les aides techniques des situations d'accompagnement,
- Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi.

### ■ SECOURS

- Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise,
- Protéger de façon adaptée,
- Examiner la victime,
- Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime,
- Secourir la victime de manière appropriée.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé interactif, questionnement, jeux de rôle, méthodes démonstratives, travaux en sous-groupes, applicatives, certifiantes.

## ÉVALUATION / SUIVI

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquises ou non acquises.
- Evaluation certificative : seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives recevront le certificat APS-ASD.
- Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 14 h (dont 7 consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

## OUTILS / SUPPORTS

- Documents et référentiels INRS.
- Diaporama, photos, vidéos.
- Matériel préconisé par l'INRS pour la manutention des personnes et pour la compétence secours.



# ACTEUR PRÉVENTION SECOURS

## Secteur de l'Aide et du Soins à Domicile (MAC-APS-ASD)

### Maintien et Actualisation des Compétences

#### CONTENU DE LA FORMATION

##### ■ PREVENTION ET SECOURS : 14 heures (dont 7 heures pour l'ALM)

- Se situer comme acteur de prévention pour soi, pour la structure,
- Identifier les risques de son secteur d'activité, de son métier, pour agir en prévention,
- Observer et analyser une situation de travail,
- Proposer des améliorations de la situation de travail,
- Remonter l'information aux personnes concernées,
- Situer le cadre juridique de son intervention,
- Réaliser une protection adaptée,
- Examiner la (les) victime(s) avant/et pour la mise en œuvre de l'action choisie en vue du résultat à atteindre,
- Faire alerter ou alerter en fonction de l'organisation des secours dans la structure,
- Secourir la (les) victime(s) de manière appropriée.

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé interactif, questionnement, jeux de rôle, méthodes démonstratives, travaux en sous-groupes, applicatives, certifiantes.

#### ÉVALUATION / SUIVI

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquises ou non acquises.
- Evaluation certificative : seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives recevront le certificat APS-ASD.
- Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 14 h (dont 7 consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

#### OUTILS / SUPPORTS

- Documents et référentiels INRS.
- Diaporama, photos, vidéos.
- Matériel préconisé par l'INRS pour la manutention des personnes et pour la compétence secours.

#### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié ou aidant dans le secteur de l'aide et du soins à domicile
- Etre titulaire du certificat APS ASD.

#### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

##### Domaine de compétence 1 :

##### ▲ PREVENTION

- Etre capable d' :
- Etre acteur de la prévention des risques professionnels liés à son métier et se situer en tant qu'APS dans la structure
  - Observer et analyser une situation de travail pour identifier ce qui peut nuire à la santé et participer à la maîtrise des risques dans sa structure
  - Accompagner la mobilité de la personne aidée en prenant soin de l'autre et de soi

##### • Domaine de compétence 2 : SECOURS

- Etre capable d'intervenir face à une situation d'accident du travail.

#### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels/INRS)  
Formateur APS-ASD avec le module ALM certifié par l'INRS.

#### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe** : 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation** : 21h (dont 14h pour l'ALM et 7h partie secours) en présentiel. **Horaires** : 8h-12h / 13h30-16h30.

**Lieux** : sur site.

# PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

## Secteur Sanitaire et Médico-Social (PRAP-2S)

*Formation initiale*

### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié travaillant dans des établissements spécialisés (hôpitaux, cliniques, EPHAD, MAS...).
- Pas de prérequis.

### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- 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.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention dont maîtriser les principes de mobilisation des personnes.
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels / l'INRS).  
Formateur PRAP 2S avec le module ALM certifié par l'INRS.

### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe :** 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation :** 28 h en présentiel (dont 14 heures consacrées à Accompagner La Mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi) réparties si possible sur trois semaines, en tenant compte des contraintes de l'entreprise. (+ travail intersession environ 4h). **Horaires :** 8h-12h / 13h30-16h30.

**Lieux :** sur site.

### CONTENU DE LA FORMATION

- Comprendre l'intérêt de la prévention
- Connaître les risques de son métier
- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
- Proposer des améliorations de sa situation de travail
- Faire remonter l'information aux personnes concernées
- Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Identifier les enjeux d'un accompagnement
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
- Analyser la situation d'un accompagnement
- Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement
- ☑ Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé interactif, questionnement, jeux de rôle, méthodes démonstratives, travaux en sous-groupes, applicatives, certifiantes.

### ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquises où non acquises.
- Evaluation certificative : seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives recevront le certificat PRAP 2S.
- Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 14 h (dont 7 consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

### OUTILS / SUPPORTS

- Documents et référentiels INRS.
- Diaporama, photos, vidéos.
- Matériel préconisé par l'INRS pour la manutention des personnes.

# PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

## Secteur Sanitaire et Médico-Social (MAC-PRAP-2S ALM)

### Maintien et Actualisation des Compétences

#### CONTENU DE LA FORMATION

- Retour d'expérience
- Rappel de l'intérêt de la prévention
- Rappel des risques de son métier, des dommages potentiels
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
- Proposer des améliorations de sa situation de travail
- Faire remonter l'information aux personnes concernées
- Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Identifier les enjeux d'un accompagnement
- Séquencer les déplacements naturels permettant de se mouvoir
- Analyser la situation d'un accompagnement
- Caractériser les aides techniques au regard des situations d'accompagnement
- Mettre en œuvre un accompagnement à partir de son analyse en prenant soin de la personne aidée et de soi

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé interactif, questionnement, jeux de rôle, méthodes démonstratives, travaux en sous-groupes, applicatives, certifiantes.

#### ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquises ou non acquises.
- Evaluation certificative : seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives recevront le certificat PRAP 2S ALM.
- Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 14 h (dont 7 consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

#### OUTILS / SUPPORTS

- Documents et référentiels INRS.
- Diaporama, photos, vidéos.
- Matériel préconisé par l'INRS pour la manutention des personnes.

#### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié travaillant dans des établissements spécialisés (hôpitaux, cliniques, EPHAD, MAS...).
- Etre titulaire du certificat Acteur PRAP-2S.

#### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- 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.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention dont maîtriser les principes de mobilisation des personnes.
- Accompagner la mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

#### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels/INRS) Formateur PRAP 2S avec le module ALM certifié par l'INRS.

#### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe** : 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).  
**Durée de la formation** : 14 h (dont 7h pour l'ALM) en présentiel.  
**Horaires** : 8h-12h / 13h30-16h30.  
**Lieux** : dans nos locaux, ou sur site.

# PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

## Tous secteurs d'activité (PRAP)

*Formation initiale*

### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié travaillant dans le secteur de :
  - l'industrie,
  - du BTP,
  - du commerce,
  - des activités de bureau,
  - de la petite enfance.
- Pas de prérequis.

### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement,
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues,
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention..

### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels / l'INRS).  
Formateur PRAP certifié par l'INRS.

### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe :** 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation :** 14 heures en présentiel réparties sur 2 jours non consécutifs (1 jour + travail intersession environ 4h + 1 jour).

**Horaires :** 8h00 - 12h00 / 13h30 - 16h30.

**Lieux :** sur site.

### CONTENU DE LA FORMATION

- Comprendre le dispositif PRAP
- Les différents acteurs, leurs rôles, l'intérêt de la démarche de prévention
- Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
- Reconnaître les principaux risques du secteur et les effets induits
- Repérer dans son métier les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé
- Notions d'anatomie, la biomécanique du corps humain : son fonctionnement, ses limites, ses atteintes physiques
- Les composantes de l'activité de l'homme au travail
- Observer et identifier les risques potentiels dans son travail
- Comment et à qui faire remonter les informations
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Utilisation de matériel technique disponible sur site
- Consigne pour le travail intersession
- Retour du travail intersession, présentation du travail observé et de la situation dangereuse, correction, et ajustements. Pistes de solution pour améliorer ses conditions de travail et préserver la santé
- Ajustements sur les techniques de manutention

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé, questionnaire, jeux de rôles. Travail en sous groupe.
- Méthodes participatives, applicatives, certificatives.

### ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquise où non acquises. Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et satisfait à l'épreuve certificative recevront le certificat « Acteur PRAP-IBC ».
- Afin de conserver la validité du certificat PRAP-IBC, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 7 heures est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

### OUTILS / SUPPORTS

- Documents INRS, documents du secteur,
- Diaporama, Photos vidéos.

# PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

## Tous secteurs d'activité (MAC-PRAP)

### Maintien et Actualisation des Compétences

#### CONTENU DE LA FORMATION

- Retour d'expérience,
- Rappel de la démarche PRAP dans l'entreprise,
- Les principes de prévention des risques professionnels,
- Les éléments déterminants de l'activité physique,
- Rappel sur les principes de sécurité physique et d'économie d'effort, faire le point sur le matériel mis à disposition dans l'entreprise,
- Observation et analyse d'une situation de travail, repérer les déterminants de l'activité physique, proposition de pistes d'améliorations humaines, techniques ou organisationnelles.

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé, questionnement, jeux de rôles.
- Méthodes participatives, applicatives, certificatives

#### ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Une attestation de formation est remise à chaque participant avec les compétences acquises ou non acquises.
- Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et satisfait à l'épreuve certificative recevront le certificat « Acteur PRAP-IBC.
- Afin de conserver la validité du certificat PRAP, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 7 heures est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation.

#### OUTILS / SUPPORTS

- Documents INRS,
- Diaporama, Photos vidéos,
- Matériel pour la manutention.

#### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Tout salarié travaillant dans le secteur de :

- l'industrie,
- du BTP,
- du commerce,
- des activités de bureau,
- de la petite enfance.

- Etre titulaire du certificat PRAP.

#### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Maintenir ses compétences afin de poursuivre sa mission d'acteur PRAP IBC.

Il propose de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles sur lesquelles il a possibilité d'agir.

Elle a pour objectif de permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles. Cette formation implique la poursuite de l'engagement de l'encadrement de la structure employeur.

#### ▲ APTE

Organisme habilité par le réseau Prévention (Assurance maladie risques professionnels / l'INRS).  
Formateur PRAP certifié par l'INRS.

#### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Effectif du groupe** : 4 à 10 pers. (4 participants minimum pour l'ouverture de la session).

**Durée de la formation** : 7 heures.

**Horaires** : 8h00 - 12h00 / 13h30 - 16h30.

**Lieux** : sur site.

# ÉQUIPIER DE 1<sup>ère</sup> INTERVENTION

## ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- La formation s'adresse aux salariés travaillant dans le secteur du transport routier de voyageurs (conducteurs, activités auxiliaires, logistique).
- Pas de prérequis.

## ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Devenir un acteur de prévention incendie dans son établissement,
- Intervenir efficacement sur un départ de feu,
- Alerter les services de secours adéquats,
- Déclencher l'alarme incendie, - Connaître les consignes de sécurité et d'évacuation inhérentes à l'établissement,
- Maîtriser les missions et rôles des guides et serres files et du responsable d'évacuation.

## ▲ INTERVENANT DE LA FORMATION

Technicien hygiène sécurité - IPRP - THS

## ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Visite préalable de l'établissement :** 4 à 12 personnes maximum. **Durée de la formation :** 7 heures. **Lieux :** sur site.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

### ■ RÉGLEMENTATION

- Code du travail,
- Règles de sécurité d'un établissement recevant du public,
- La prévention incendie dans son établissement.

### ■ NAISSANCE ET PROPAGATION D'UN INCENDIE

- Le triangle de feu,
- Les modes de propagation,
- Les différentes causes et conséquences d'un incendie.

### ■ LES MOYENS D'EXTINCTION

(suivant spécificités de l'établissement) :

- Les différentes classes de feu,
- Les différents extincteurs, RIA,
- Les autres moyens d'extinction,
- Les différents types de détection incendie,
- La consigne incendie,
- Les procédures internes (levée de doute).

### ■ L'ÉVACUATION

- Plan d'évacuation et d'intervention,
- Rôle et missions des guides et serres files,
- Rôle et missions du responsable d'évacuation,
- Visite de l'établissement.

## ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Évaluation des connaissances (quizz),
- Manipulation d'extincteurs (système numérique BullEye),
- Exercice d'évacuation.

## OUTILS / SUPPORTS

- Questionnaire de satisfaction,
- Supports remis aux participants : documentations et support visuel présenté,
- Attestation de formation,
- Conseils personnalisés et suivi des actions.

# RISQUE D'INCENDIE FEU NUMÉRIQUE

## Bac à feux : nous contacter

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

#### ■ PRINCIPES FONDAMENTAUX DE SÉCURITÉ

- Réglementation,
- Le triangle de feu,
- Les causes d'éclosions,
- Les différents modes de propagation,
- Les classes de feu.

#### ■ LES DIFFÉRENTS MOYENS DE LUTTE CONTRE L'INCENDIE

- Extincteurs présents dans l'entreprise,
- Les consignes d'incendie.

#### ■ EXERCICE MANIPULATION D'EXTINCTEURS

sur feu numérique avec le matériel laser « BULLSEYE ».

### ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Évaluation en adéquation avec les risques liés à l'entreprise,
- Quiz d'évaluation,
- Attestation de formation.

#### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Ensemble du personnel.
- Pas de prérequis.

#### ▲ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Devenir un acteur de prévention incendie dans son entreprise,
- Intervenir efficacement sur un départ de feu,
- Alerter les services de secours adéquats,
- Déclencher l'alarme incendie,
- Connaître les consignes de sécurité et d'évacuation inhérentes à l'établissement,
- Maîtriser les missions et rôles des guides et serres files et du responsable d'évacuation.

#### ▲ INTERVENANT DE LA FORMATION

- Technicien Hygiène et Sécurité, THS.
- IPRP

#### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Durée de la formation :** 3h ou 4h.  
**Lieux :** sur site.



# ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS ET ÉLABORATION DU DOCUMENT UNIQUE (DUERP)

## ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Chef d'entreprise(s) et/ou responsable(s).
- Pas de prérequis.

## ▲ OBJECTIFS

Être en mesure d'analyser les risques d'accidents de travail dans l'entreprise et de prendre les mesures nécessaires à la prévention, d'établir les consignes et les procédures de sécurité et la rédaction du document unique en incluant la pénibilité au travail.

## ▲ INTERVENANT DE LA FORMATION

Intervenant en Prévention des Risques Professionnels - IPRP.

## ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Durée de la formation :** à définir selon l'effectif de l'entreprise et les différents postes de travail.

**Lieux :** sur site.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

### ■ ASPECT RÉGLEMENTAIRE

- Présentation du décret 2001/1016,
- La démarche de prévention dans l'entreprise.

### ■ LE REPÉRAGE DES RISQUES

- Être capable de faire l'inventaire des risques,
- Savoir identifier et repérer les risques,
- Être en mesure d'évaluer chaque situation dangereuse,
- Étudier et retenir une méthode d'analyse des risques,
- Pour chaque risque identifié examiner une réorganisation de travail et les besoins en formations.

### ■ LA PÉNIBILITÉ

- Identifier les catégories de postes concernées par les facteurs de pénibilité,
- Évaluer et mesurer le niveau de contraintes des facteurs de pénibilité pour les postes concernés,
- Rédiger la fiche de suivi individuel du salarié exposé aux postes identifiés sur les critères de pénibilité,
- Mettre en oeuvre un plan de prévention adapté et négocié avec les partenaires sociaux.

### ■ RÉDACTION DU DOCUMENT UNIQUE

- Observation et analyse des différentes unités de travail :
  - Inventaire des unités de travail,
  - Identification des situations dangereuses,
  - Estimation pour chaque situation dangereuse,
  - Hiérarchisation des risques.
- Élaboration, rédaction du document unique et des fiches de prévention des expositions sous forme de base de données via le logiciel Excel avec filtres et tableaux croisés dynamiques (avec possibilité de faire des requêtes par site, par risques...),
- Restitution sous format papier et numérique (clé USB).



# MISE A JOUR ANNUELLE DU DOCUMENT UNIQUE D'ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS (MAJ DUERP)

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Savoir identifier les nouveaux risques,
- Être en mesure d'évaluer les nouveaux risques,
- Hiérarchiser vos actions en fonction de votre mise à jour,
- Savoir prioriser vos nouveaux axes d'amélioration,
- Cohérence et efficacité de vos actions correctives,
- Mesurer l'impact de vos actions correctives.

## ÉVALUATION DE LA FORMATION

- Questionnaire d'évaluation.

### ▲ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

- Chef(s) d'entreprise et/ou responsable(s).
- Pas de prérequis.

### ▲ OBJECTIFS

- Savoir détecter, évaluer et intégrer les risques spécifiques : risques psychosociaux, pénibilité, risque routier et addictions...
- Être en mesure d'actualiser vos actions de prévention en fonction des préconisations,
- Être capable de mettre en place des mesures de prévention en rapport avec les nouveaux risques identifiés.

### ▲ INTERVENANT DE LA FORMATION

Intervenant en Prévention des Risques Professionnels - IPRP.

### ▲ ORGANISATION DE LA FORMATION

**Durée** : à définir selon l'effectif de l'entreprise et les différents postes de travail.

**Lieux** : sur site.

## ■ NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

## ■ NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



Formations & prévention.

1-3 rue Ibn Sinâï Avicenne  
66330 Cabestany

**Gestionnaire formation** Laetitia SATORI  
l.satori@pst66.fr | 04 68 68 15 18

**Secrétaire de direction, comptabilité** Stéphanie BORDES  
s.bordes@pst66.fr | 04 68 84 69 92

N° déclaration d'existence : 91-66-01051-66

[www.apte66.fr](http://www.apte66.fr)

