



Formations
& prévention.

www.apte66.fr



Sommaire.

■ FORMATIONS CERTIFIANTES *CARSAT *Initiale (FI) et Maintien et Actualisation des Compétences*

- Sauveteur Secouriste du Travail **SST**
- Prévention des Risques liés à l'Activité Physique
 - Secteur Sanitaire et Médico-Social **PRAP-2S ALM**
 - Tous secteurs d'activité **PRAP**

■ FORMATIONS

- Prévention des Troubles Musculo Squelettiques & Gestes et Postures avec analyse du poste de travail **TMS**
- Incendie Équipier de Première Intervention **E.P.I**

■ ACTIONS EN ENTREPRISE

- Élaboration du Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels **DUERP**
- Mise à jour annuelle du Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels **MAJ DUERP**

Formations

Tarifs*

*Perpignan et ses alentours
proches (rayon de 30 kms)*

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Formation initiale (14H)

Inter : 170€ HT / pers.

Intra : 190€ HT / pers.

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Maintien et Actualisation des Compétences (07H)

Inter : 90€ HT / pers.

Intra : 100€ HT / pers.

PREVENTION DES TMS

Gestes & Postures (04H)

Intra : 700€ HT / groupe
(3 à 8 pers.)

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

*Secteur Sanitaire et Médico-Social (PRAP-2S) AML (28H)
Formation initiale*

Intra : 2 800€ HT / groupe
(4 à 8 pers.)
hors location matériel

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

*Secteur Sanitaire et Médico-Social (MAC-PRAP-2S) (14H)
Maintien et Actualisation des Compétences*

Intra : 1 400€ HT / groupe
(4 à 8 pers.)
hors location matériel

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

*Tous secteurs d'activité (PRAP) (14H)
Formation initiale*

Intra : 1 400€ HT / groupe
(4 à 8 pers.)

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

*Tous secteurs d'activité (MAC-PRAP) (07H)
Maintien et Actualisation des Compétences*

Intra : 700€ HT / groupe
(4 à 8 pers.)

INCENDIE

Equipier de 1ère Intervention (EPI) (04H)

Intra : 700€ HT / groupe
(3 à 10 pers.)

DOCUMENT UNIQUE D'ÉVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Elaboration et/ou Mise à Jour (DUERP)

Tarif nous consulter

■ LES MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

• Formation INTRA et INTER :

Nos formations 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 par courriel ou téléphone. 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.

■ 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 référente 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

Formations

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

Comptabilité

Stéphanie BORDES
s.bordes@pst66.fr | 04 68 84 69 92

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Formation initiale

Références Règlementaires

Code du travail - Article R4224-15 : relatifs à l'obligation de secouristes formés dans l'entreprise; Article R4224-16 : Cet article impose à l'employeur d'organiser les secours dans l'entreprise; Article L4121-1 : il fixe l'obligation générale de sécurité de l'employeur

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur certifié SST avec le certificat valide et certifié de l'INRS.

Public : Tout public.

Prérequis : être apte à participer aux mises en situation pratiques, comprendre les consignes en français, appartenir ou non à une entreprise (la formation est ouverte aux salariés, apprentis, intérimaires, demandeurs d'emploi, etc.).

Durée : 14 heures (2 jours) en présentiel

Effectif : de 04 à 08 participants

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 190 euros HT par personne.

Tarif inter (dans nos locaux de Cabestany) : 170 euros HT par personne.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCA.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail
- Mettre en application ses compétences de secouriste au service de la prévention des risques professionnels
- Protéger la victime et les témoins
- Examiner la victime et alerter les secours adaptés
- Réaliser les gestes de premiers secours adaptés à la situation
- Participer à la prévention des risques dans l'entreprise

Compétences visées

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- Analyser une situation d'accident et identifier les dangers persistants
- Protéger la victime, soi-même et les témoins
- Examiner l'état de la victime pour déterminer les gestes à réaliser
- Alerter ou faire alerter les secours de manière efficace et structurée
- Réaliser les gestes de premiers secours adaptés (hémorragie, inconscience, arrêt cardiaque, étouffement, etc.)
- Utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE)
- Contribuer à la prévention des risques professionnels dans son entreprise en repérant les situations dangereuses et en proposant des actions

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 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
- 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
- Certification
- Echanges d'informations utiles, documents
- Evaluation de la formation
- Conclusion

Méthodes pédagogiques :

Formation en présentiel basée sur une pédagogie active et participative, basée sur l'alternance entre apports théoriques et mises en pratique.

Approche pédagogique :

Approche pédagogique active, basée sur l'apprentissage par l'expérience, les mises en situation et le développement de compétences opérationnelles en secourisme et prévention.

Moyens pédagogiques :

Salle de formation adaptée à l'accueil des stagiaires
 Supports pédagogiques (diaporamas, supports papier, vidéos)
 Mannequins de secourisme (adulte, enfant, nourrisson)
 Défibrillateur automatisé externe (DAE) de formation
 Matériel de simulation d'accidents (trousses de secours, maquillage pédagogique, accessoires)
 Équipements de protection individuelle (EPI) si nécessaire selon les scénarios
 Livret ou aide-mémoire remis aux stagiaires

Modalités d'évaluation :

Évaluation continue et certificative en situation pratique selon le référentiel INRS SST.

Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 07 heures est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

Attribution finale :

Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Maintien et Actualisation des Compétences

Références Règlementaires

Code du travail - Article R4224-15 : relatifs à l'obligation de secouristes formés dans l'entreprise; Article R4224-16 : Cet article impose à l'employeur d'organiser les secours dans l'entreprise; Article L4121-1 : il fixe l'obligation générale de sécurité de l'employeur

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur certifié SST avec le certificat valide et certifié de l'INRS.

Public : Tout public.

Prérequis : Etre titulaire du certificat de SST valide délivré par l'INRS, être apte à participer aux mises en situation pratiques, comprendre les consignes en français, appartenir ou non à une entreprise (la formation est ouverte aux salariés, apprentis, intérimaires, demandeurs d'emploi, etc.).

Durée : 07 heures (1 jour) en présentiel

Effectif : de 04 à 08 participants

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 100 euros HT par personne.

Tarif inter (dans nos locaux de Cabestany) : 90 euros HT par personne.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Actualiser ses connaissances en matière de prévention des risques professionnels
- Réviser et renforcer ses gestes de premiers secours conformément au référentiel de l'INRS
- Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail
- Adapter son comportement en fonction de l'évolution des situations et des techniques de secours
- Contribuer activement à la prévention des risques dans son environnement professionnel
- Maintenir sa certification SST en validant les compétences exigées

Compétences visées

- Mettre à jour ses connaissances en prévention des risques professionnels et repérer les situations dangereuses
- Analyser une situation d'accident du travail et adapter sa conduite à tenir
- Assurer la protection immédiate de la victime, de soi-même et des témoins
- Examiner la victime de manière méthodique pour identifier les signes d'urgence
- Alerter ou faire alerter les secours de façon efficace et structurée
- Réaliser les gestes de premiers secours adaptés (hémorragies, inconscience, arrêt cardiaque, étouffement, etc.)
- Utiliser un défibrillateur automatisé externe (DAE)
- Contribuer à la démarche de prévention des risques professionnels dans l'entreprise.

Contenu de la formation

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
- 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 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

Certification

Elle est délivrée si le stagiaire :

- participe activement à l'ensemble de la formation
- démontre la maîtrise des compétences en situation simulée
- réussit les évaluations pratiques selon la grille INRS
- est capable d'intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail

Méthodes pédagogiques :

Formation en présentiel basée sur une pédagogie active et participative, basée sur l'alternance entre apports théoriques et mises en pratique.

Approche pédagogique :

Approche pédagogique active, basée sur l'apprentissage par l'expérience, les mises en situation et le développement de compétences opérationnelles en secourisme et prévention.

Moyens pédagogiques :

Salle de formation adaptée à l'accueil des stagiaires

Supports pédagogiques (diaporamas, supports papier, vidéos)

Mannequins de secourisme (adulte, enfant, nourrisson)

Défibrillateur automatisé externe (DAE) de formation

Matériel de simulation d'accidents (trousses de secours, maquillage pédagogique, accessoires)

Équipements de protection individuelle (EPI) si nécessaire selon les scénarios

Livret ou aide-mémoire remis aux stagiaires

Modalités d'évaluation :

Évaluation continue et certificative en situation pratique selon le référentiel INRS SST

Le certificat SST est revalidé pour 24 mois à compter de la réussite du MAC SST

Un nouveau MAC SST est obligatoire pour maintenir la certification active.

Attribution finale :

À l'issue de l'évaluation certificative, le stagiaire se voit attribuer :

- Le renouvellement du certificat de Sauveteur Secouriste du Travail, si l'ensemble des compétences est validé conformément au référentiel de l'INRS
- Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

PREVENTION DES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES

Gestes & Postures

Références Règlementaires

Code du travail - Article L4121-1 : obligation de sécurité de l'employeur; Code du travail - Article L4121-2 : principes généraux de prévention; Code du travail Article - R4141-2 : obligation de formation à la sécurité; Code du travail - Articles R4541-1 à R4541-9 : prévention des risques liés à la manutention manuelle

Informations générales

APTE est Certifié Qualiopi - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur PRAP avec le certificat valide et certifié de l'INRS.

Public : Tout salarié, manutentionnaires, personnel de bureau, agents logistiques.

Prérequis : Aucun prérequis.

Durée : 04 heures (0.5 jour).

Effectif : de 03 à 08 participants par groupe.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 700 euros HT par groupe.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les facteurs de risques de TMS liés à son activité professionnelle
- Comprendre les mécanismes d'apparition des troubles musculosquelettiques
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts
- Adopter des gestes et postures adaptés à ses situations de travail
- Proposer des pistes simples d'amélioration de ses situations de travail
- Mettre en œuvre des ajustements concrets sur son poste de travail

Contenu de la formation

Comprendre les TMS

- Définition des troubles musculosquelettiques
- Enjeux humains, économiques et réglementaires
- Mécanismes d'apparition (contraintes biomécaniques)
 - Identifier les risques
- Gestes répétitifs
- Postures contraignantes
- Manutention manuelle
- Facteurs aggravants (organisation, environnement)
 - Analyse du poste de travail
- Observation des situations réelles
- Identification des contraintes
- Analyse des pratiques existantes
 - Gestes et postures adaptés
- Principes de sécurité physique
- Economie d'efforts
- Techniques de manutention
- Adaptation aux situations spécifiques des participants
 - Amélioration des situations de travail
- Pistes d'amélioration simples et réalistes
- Ajustements immédiats du poste
- Bonnes pratiques à mettre en place au quotidien

Méthodes et approches pédagogiques :

Formation basée sur une approche terrain avec analyse réelle des postes de travail des participants avec alternance de :

Apports théoriques ciblés

Echanges d'expérience

Analyse de situation réelles

Mise en situation pratiques

Corrections en direct sur poste de travail

Objectif : impact immédiat et applicable dès le retour en poste

Moyens pédagogiques :

Vidéoprojecteur / supports visuels

Paperboard

Etudes de cas réels

Analyse sur poste de travail (intra entreprise)

Modalités d'évaluation :

L'évaluation des acquis est réalisée :

- De manière continue lors des échanges et mises en situation
- En fin de formation par une évaluation des connaissances et des pratiques

Attribution finale :

Une attestation des acquis de fin de formation est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

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

Formation initiale

Références Règlementaires

Code du travail -Articles L4121-1, L4121-2 R4541-1 à R4541-11 : relatifs à la protection de la santé des travailleurs, à la formation à la sécurité et à la prévention des risques liés aux manutentions manuelles.

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur PRAP 2S avec le module ALM certifié et valide de l'INRS.

Public : Tout salarié travaillant dans des établissements spécialisés (hôpitaux, cliniques, EPHAD, MAS...).

Prérequis : avoir une activité impliquant l'accompagnement de la mobilité de personnes.

Durée : 28 heures (4 jours) en présentiel dont 14 heures consacrées à Accompagner la Mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi et environ qu'4 heures de travail intersession.

A répartir si possible sur 3 semaines, en tenant compte des contraintes de l'entreprise.

Effectif : de 04 à 08 participants.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 2 800 euros HT* par groupe.

* Hors location de matériel.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Créer et faire vivre un dispositif durable au sein de l'établissement salarié(e)s et direction.
- Déployer la prévention des risques liés à l'activité physique en mettant des compétences au service de l'entreprise.
- Compétences visées
- 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 en prenant soin de l'autre et de soi.

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 de soi.

Méthodes pédagogiques :

Formation en présentiel basée sur une pédagogie active alternant jeux de rôle, exposé interactif, questionnement, méthode démonstrative, travaux en sous-groupes, applicatives et certifiantes.

Approche pédagogique :

Les formations sont construites autour de mises en situation réalistes, directement inspirées du terrain. L'objectif est de rendre chaque participant acteur de sa sécurité en développant des réflexes concrets et applicables immédiatement en entreprise.

Moyens pédagogiques :

Supports visuels (vidéoprojecteur)

Diaporama, photos et vidéos

Documents et référentiels INRS

Matériel préconisé par l'INRS pour la manutention des personnes

Modalités d'évaluation :

Évaluation certificative dont seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives recevront le certificat « acteur PRAP 2S ».

Afin de conserver la validité du certificat, un Maintien et Actualisation des Compétences d'une durée de 14 heures (dont 7 heures consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

Attribution finale :

Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référé handicap : Laetitia Satori).

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

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

Maintien et Actualisation des Compétences

Références Règlementaires

Code du travail - Article L4121-1 :

Code du travail -Articles L4121-1, L4121-2, L4141-2 et R4541-1 à R4541-11 : relatifs à la protection de la santé des travailleurs, et à la formation à la sécurité et à la prévention des risques liés aux manutentions manuelles.

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur PRAP 2S avec le module ALM certifié et valide de l'INRS.

Public : Tout salarié travaillant dans des établissements spécialisés (hôpitaux, cliniques, EPHAD, MAS...).

Prérequis : avoir une activité impliquant l'accompagnement de la mobilité de personnes.

Etre titulaire du certificat d'Acteur PRAP 2S.

Durée : 14 heures (2 jours) en présentiel dont 07 heures consacrées à Accompagner la Mobilité de la personne aidée, en prenant soin de l'autre et de soi.

A répartir si possible sur 3 semaines, en tenant compte des contraintes de l'entreprise.

Effectif : de 04 à 08 participants.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 1 400 euros HT* par groupe.

* Hors location de matériel.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Réactiver et mettre à jour les compétences des acteurs PRAPS 2S afin de redynamiser et/ou pérenniser le déploiement des la prévention des risques liés à l'activité physique
- Se perfectionner et mettre en place la démarche ALM dans l'établissement.
- faire des retours d'expériences suite à la formation initiale sur la mise en place du dispositif PRAP au sein de l'établissement.
- Déployer la prévention des risques liés à l'activité physique en mettant des compétences au service de l'entreprise.
- Observer et analyser les situations de travail en s'appuyant sur les connaissances du fonctionnement du corps humain et des atteintes à a santé.

Compétences visées

- Maintenir et actualiser les compétences des professionnels du secteur sanitaire et médico-social dans la prévention des risques liés à l'activité physique
- 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 en prenant soin de l'autre et de soi.

Contenu de la formation

- Retour d'expérience

- Rappel de l'intérêt de la prévention
- Rappel des des risques de son métier, des dommages potentiels
- Observer son travail pour identifier ce que peut nuire à sa santé
- Proposer des améliorations de sa situation de travail
- Faire remonter l'information 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 de soi.

Méthodes pédagogiques :

Formation en présentiel basée sur une pédagogie active alternant jeux de rôle, exposé interactif, questionnement, méthode démonstrative, travaux en sous-groupes, applicatives et certifiantes.

Approche pédagogique :

Les formations sont construites autour de mises en situation réalistes, directement inspirées du terrain. L'objectif est de rendre chaque participant acteur de sa sécurité en développant des réflexes concrets et applicables immédiatement en entreprise.

Moyens pédagogiques :

Supports visuels (vidéoprojecteur)

Diaporama, photos et vidéos

Documents et référentiels INRS

Matériel préconiqué par l'INRS pour la manutention des personnes

Modalités d'évaluation :

Évaluation certificative dont 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 heures (dont 7 heures consacrées à l'ALM) est obligatoire dans les 24 mois qui suivent la formation initiale.

Attribution finale :

Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Tous secteurs d'activité (PRAP)

Formation initiale

Références Règlementaires

Code du travail -Articles L4121-1, L4121-2 R4541-1 à R4541-11 : relatifs à la protection de la santé des travailleurs, à la formation à la sécurité et à la prévention des risques liés aux manutentions manuelles.

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur PRAP avec le certificat valide et certifié de l'INRS.

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

Prérequis : Comprendre et parler le français.

Durée : 14 heures (2 jours) en présentiel sur site.

Effectif : de 04 à 08 participants.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 1 400 euros HT par groupe.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- Se situer comme acteur de prévention dans son entreprise ou son établissement.
- Identifier les risques liés à l'activité physique dans les situations de travail.
- Observer et analyser sa situation de travail afin de repérer les dangers et les facteurs de risque.
- Proposer des améliorations pour réduire les risques d'accidents du travail et de maladies professionnelles.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort lors des manutentions et déplacements.
- Adopter les bons gestes et postures adaptés à son activité professionnelle.
- Participer à la démarche de prévention des risques professionnels de l'entreprise.

Compétences visées

- contribuer à la suppression ou à la réduction des risques,
- alerter et faire remonter les situations dangereuses,
- accompagner l'amélioration des conditions de travail.

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 :

Apports théoriques interactifs

- réglementation, notions de prévention, risques liés à l'activité physique, TMS et accidents du travail.
Études de situations de travail réelles
- analyse des postes, observation des gestes professionnels, identification des risques.
Mises en situation pratiques
- exercices de manutention, gestes et postures adaptés, simulations liées au métier des participants.
Travaux en groupe et échanges d'expérience
- analyse collective, résolution de problèmes, partage des pratiques professionnelles.
Démonstrations par le formateur
- techniques de port de charges, principes d'économie d'effort, utilisation éventuelle d'aides à la manutention.
Évaluation continue
- questionnements, exercices pratiques, observation des acquis pendant la formation.

Approche pédagogique :

Les formations sont construites autour de mises en situation réalistes, directement inspirées du terrain. L'objectif est de rendre chaque participant acteur de sa sécurité en développant des réflexes concrets et applicables immédiatement en entreprise.

Moyens pédagogiques :

Supports visuels (vidéoprojecteur)
Diaporama, photos et vidéos
Documents et référentiels INRS
Cas pratique issu de l'entreprise
Matériel de manutention

Modalités d'évaluation :

Évaluation certificative dont seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives 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.

Attribution finale :

Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessible aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Tous secteurs d'activité (MAC-PRAP)

Maintien et Actualisation des Compétences

Références Règlementaires

Code du travail -Articles L4121-1, L4121-2 R4541-1 à R4541-11 : relatifs à la protection de la santé des travailleurs, à la formation à la sécurité et à la prévention des risques liés aux manutentions manuelles.

Informations générales

APTE est habilité par le réseau Prévention (assurance maladie risques professionnels / INRS) et **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Formateur PRAP avec le certificat valide et certifié de l'INRS.

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

Prérequis : Comprendre et parler le français.

Durée : 07 heures (1 jour) en présentiel sur site.

Effectif : de 04 à 08 participants.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 700 euros HT par groupe.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCO.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Maintenir ses compétences afin de poursuivre sa mission d'acteur PRAP IBC
- Proposer de manière concertée des améliorations techniques et organisationnelles sur lesquelles il a possibilité d'agir
- 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
- Impliquer la poursuite de l'engagement de l'encadrement de la structure de l'employeur

Compétences visées

- contribuer à la suppression ou à la réduction des risques,
- alerter et faire remonter les situations dangereuses,
- accompagner l'amélioration des conditions de travail

Contenu de la formation

Retour d'expérience

Rappel de la démarche PRAP dans l'entreprise

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 des pistes d'améliorations humaines, techniques ou organisationnelles

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques interactifs

- réglementation, notions de prévention, risques liés à l'activité physique, TMS et accidents du travail.
Études de situations de travail réelles
- analyse des postes, observation des gestes professionnels, identification des risques.
Mises en situation pratiques
- exercices de manutention, gestes et postures adaptés, simulations liées au métier des participants.
Travaux en groupe et échanges d'expérience
- analyse collective, résolution de problèmes, partage des pratiques professionnelles.
Démonstrations par le formateur
- techniques de port de charges, principes d'économie d'effort, utilisation éventuelle d'aides à la manutention.
Évaluation continue
- questionnements, exercices pratiques, observation des acquis pendant la formation.

Approche pédagogique :

Les formations sont construites autour de mises en situation réalistes, directement inspirées du terrain. L'objectif est de rendre chaque participant acteur de sa sécurité en développant des réflexes concrets et applicables immédiatement en entreprise.

Moyens pédagogiques :

Supports visuels (vidéoprojecteur)
Diaporama, photos et vidéos
Documents et référentiels INRS
Cas pratique issu de l'entreprise
Matériel de manutention

Modalités d'évaluation :

Évaluation certificative dont seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux épreuves certificatives 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.

Attribution finale :

Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises ou non acquises est remise en fin de session.

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référé handicap : Laetitia Satori).

INCENDIE

Equipier de 1^{ère} Intervention EPI

Références Règlementaires

Code du travail - Articles R4227-28 à R4227-39 : obligation de prévention incendie en entreprise

Informations générales

APTE est **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Sapeur Pompier professionnel

Public : Tout salarié dans l'entreprise.

Prérequis : Aucun prérequis technique n'est exigé. Le stagiaire doit être en capacité de comprendre les consignes de sécurité et de participer aux exercices pratiques d'extinction et d'évacuation.

Durée : 04 heures (0.5 jour).

Effectif : de 03 à 10 participants.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : 700 euros HT par groupe.

Grille tarifaire à jour sur www.apte66.fr ou sur demande.

Cette formation peut être éligible à une prise en charge, rapprochez-vous de votre OPCA.

Preuve de diffusion publique : ce programme est disponible sur le site www.apte66.fr et/ou sur demande à l.satori@pst66.fr.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les risques d'incendie dans son environnement de travail
- Comprendre le mécanisme du feu et ses modes de propagation
- Choisir et utiliser le moyen d'extinction adapté à la situation rencontrée
- Appliquer les consignes de sécurité incendie dans l'entreprise
- Réaliser une intervention efficace face à un départ de feu en toute sécurité
- Adopter un comportement adapté lors d'une évacuation

Contenu de la formation

1. Comprendre le feu et ses dangers
 - le triangle du feu
 - Les causes de départ de feu en entreprise
 - Les modes de propagation
 - Les effets sur l'homme et l'environnement
2. Identifier les moyens de lutte contre l'incendie
 - Les classes de feu
 - Les agents extincteurs
 - Les différents types d'extincteurs
 - Les règles de sécurité lors de l'intervention
3. Organisation de la sécurité incendie en entreprise
 - L'alerte et l'alarme
 - Les consignes de sécurité incendie
 - Les rôles des équipiers de première intervention
 - Les principes d'évacuation
4. Mise en pratique opérationnelle
 - Manipulation d'extincteurs sur feu réel ou simulé
 - Exercices d'intervention

- Mise en situation adaptée à l'environnement de travail

Méthodes et approches pédagogiques :

Formation basée sur des mises en situation réalistes inspirées d'interventions terrain, avec scénarios évolutifs, gestion du stress et prise de décision en conditions proches du réel avec alternance de :

- Apports théoriques ciblés
- Démonstrations
- Exercices pratiques
- Retours d'expériences opérationnels (sapeur-pompier)

Moyens pédagogiques :

Supports visuels (PowerPoint, vidéoprojecteur)

Paperboard

Extincteurs (eau, additif, poudre)

Bac à feu (selon site)

Générateur de flammes et fumées

Matériel conforme aux normes en vigueur

Modalités d'évaluation :

L'Évaluation des acquis est réalisée à travers :

- Une évaluation continue lors des exercices pratiques
- Une mise en situation finale permettant de valider la capacité à intervenir face à un départ de feu
- Un QCM ou un échange oral permettant de valider les connaissances théoriques

Attribution finale :

Remise d'une attestation des acquis de fin de formation mentionnant les compétences acquises

Grille d'évaluation individuelle complétée par le formateur

Modalités et délais d'accès :

Inscription par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Formation et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter la formation (référénte handicap : Laetitia Satori).

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

Références Règlementaires

Code du travail - Article R4121-1 : Oblige l'employeur à transcrire et mettre à jour dans un document unique les résultats de l'évaluation des risques pour la santé et la sécurité des travailleurs ; Article R4121-2 : Précise que la mise à jour du DUERP doit être réalisée : au moins une fois par an lors de toute décision d'aménagement important, lorsqu'une information supplémentaire sur un risque est connue ; Article R4121-3 : Définit les modalités de mise à disposition du DUERP (salariés, CSE, inspection du travail, etc.); Article L4121-3 du Code du travail : Pose le principe général : l'employeur doit évaluer les risques et mettre en œuvre des actions de prévention. Présentation du décret 2001/1016

Informations générales

APTE est **Certifié Qualiopi** - La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION.

Intervenant : Intervenant en Prévention des Risques Professionnels – IPRP.

Public : Chef d'entreprise(s) et/ou responsable(s).

Prérequis : Aucun prérequis technique n'est exigé. Une connaissance générale de l'environnement de travail et des situations professionnelles est recommandée. La compréhension du français est nécessaire.

Tarif intra (Perpignan et ses alentours proches) : tarif sur devis.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de l'intervention :

- 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,
- Examiner une réorganisation de travail et les besoins en formations pour chaque risque identifié.
- 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 œuvre un plan de prévention adapté et négocié avec les partenaires sociaux.

Contenu de l'intervention

- La démarche de prévention dans l'entreprise.
- 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...),

Méthode pédagogique participative :

C'est la méthode la plus utilisée.

L'IPRP implique :

- les salariés,
- les encadrants,
- les représentants du personnel,
- parfois le CSE.

Objectif

Faire remonter :

- les situations dangereuses,
- les difficultés réelles du terrain,
- les habitudes de travail,
- les accidents ou presque-accidents

Outils utilisés

- échanges collectifs,
- groupes de travail,
- brainstorming,
- entretiens individuels,
- questionnaires.

Avantages

- meilleure adhésion,
- informations plus fiables,
- culture prévention renforcée.

Méthode pédagogique active

L'IPRP va directement observer les postes de travail.

Il analyse :

- les gestes,
- les déplacements,
- l'utilisation des machines,
- les produits chimiques,
- les postures,
- l'organisation du travail,
- le bruit,
- les ambiances thermiques,
- les risques psychosociaux éventuels.

Méthodes associées

- visite de site,
- analyse des situations de travail,
- prise de photos (avec accord),
- relevés techniques.

Restitution :

Présentation du DUERP et restitution sous format papier et numérique (clé USB)

Modalités et délais d'accès :

Demande par courriel ou téléphone.

Délai d'accès variable selon analyse de la demande, disponibilité et contraintes du client (généralement entre 7 et 30 jours).

Accessibilité :

Intervention et locaux accessibles aux personnes en situation de handicap.

Une analyse des besoins spécifiques est réalisée afin d'adapter l'intervention (référénte handicap : Laetitia Satori).

NOTES



Formations & prévention.

1-3 rue Ibn Sinaï 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

