

## PRP: ACTIVITE PHYSIQUE EFFICIENCE ET SANTE(APES) DANS L'AIDE ET LA MOBILISATION DES PERSONNES

### PUBLIC VISÉ

Tout public

### DUREE

Durée de formation : 14 heures  
Durée hebdomadaire moyenne :  
14h / semaine

### DATES PREVISIONNELLES

Session ouverte toute l'année.

### LIEUX DE FORMATION

GRETA Val-de-Marne  
GRETA Val-de-Marne  
126 avenue Roger Salengro  
94500 Champigny-sur-Marne

### CONTACT

GRETA Val-de-Marne  
Pôle Accueil  
Tél : 01 45 16 19 19  
greta94@ac-creteil.fr  
Réfèrent handicap :  
Riadh Baghli  
greta94.referent.handicap@ac-creteil.fr - Tél : 01 45 16 19 19  
[Consulter notre Politique Handicap](#)

### TARIFS

Nous consulter  
Organisme non soumis à la TVA.  
[Voir nos conditions générales de ventes](#)

### FINANCEMENTS

Type de financement :  
Plan de développement des  
compétences

### CODES

NSF : 344  
Formacode : 42866  
Code Rome : N1105

### OBJECTIFS

- Comprendre comment être efficace physiquement (et mentalement), à l'aide de principes communs à toutes actions (principes organisateurs de l'action »).
- Développer, par la pratique, son efficacité et ses propres ressources dans les différents gestes et actions physiques de son métier en respectant le confort et la sécurité de la personne aidée
- Agir sur les causes des problèmes rencontrés dans son environnement de travail (objet, tâche, environnement, organisation), pour préserver sa santé physique et mentale.

### PRE-REQUIS

Pas de pré-requis  
Niveau d'entrée : sans niveau spécifique

### MODALITES D'ADMISSION ET DE RECRUTEMENT

Demande de devis  
Salariés des structures sanitaires et sociales et intervenants à domicile

### MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation action  
Prise en compte des situations professionnelles spécifiques  
Alternance entre apports théoriques et exercices pratiques  
Analyse sur supports vidéos  
Cours du jour

### CONTENUS

**Tour de table sur le vécu et les expériences professionnelles et sociales des participants.**

**Le nombre d'accidents et de maladies professionnelles: Importance de l'activité physique, en lien avec l'activité mentale, l'efficacité et la santé.**

**Découverte des principes organisateurs de l'action à partir d'exercices pratiques filmés.**

► Analyse par l'observation, de situations de travail spécifiques, et des causes d'atteintes à la santé physique.

Recherche de solutions matérielles (utilisation de matériels de transfert...), organisationnelles et humaines nécessaires.

**Mises en situation pratiques à partir d'exercices expliquant chaque principe organisateurs, les liens entre eux et comment être efficace.**

**Explications physiologiques et anatomiques et pathologies liées à l'activité physique.**

**Les critères d'évaluation qualitatifs et quantitatifs de l'efficacité, et/ou des risques liés à l'activité physique dans le travail.**

**Mises en situation pratiques pour appliquer les principes organisateurs: Analyse des actions physiques spécifiques en lien avec les gestes naturels (relever dans un fauteuil, aide à la marche, transferts...)**

**Les éléments de la situation de travail ou sociale qui influencent l'activité : l'individu, l'objet, la tâche, l'environnement et le contexte socio-organisationnel.**

**Mises en situation pratiques pour développer ses propres ressources, par l'activité professionnelle et l'apprentissage**

VALIDATION

► Attestation    niveau : sans