



## **Kiné Ouest Prévention**

1 Allée du Puits Julien - BP 112 - 22590 PORDIC

Tel : 02.96.58.09.02. - Fax : 02.96.58.09.03.

E-mail : kine.ouest.prevention@wanadoo.fr

### **Fiche Formation 8**

#### **Formation KAPAPP® (Kiné Action pour la Prévention des Accidents de Plain Pied)**

##### **Contexte :**

- Les accidents de plain pied représentent la 2<sup>ème</sup> cause d'accident du travail en France avec  $\frac{1}{4}$  des incapacités de travail temporaires constatées, tous secteurs d'activité confondus.
- Ils touchent les hommes plus que les femmes, plus fréquemment les travailleurs jeunes, plus gravement les travailleurs âgés.
- Les salariés du BTP, de la production et de la logistique sont les plus touchés, mais tous les secteurs d'activités sont concernés.
- Toutes les parties du corps peuvent être touchées avec toutefois une majorité d'entorses des membres inférieurs (chevilles et genoux)
- La prévention doit s'attacher à réduire les facteurs de risque environnementaux (sols accidentés, obstacles, défaut d'éclairage...) et personnels (évaluation et renforcement des capacités d'équilibration, de force, d'endurance et de flexibilité de l'appareil locomoteur)
- Cette action ne peut se faire qu'en concertation avec tous les acteurs de prévention de l'entreprise (Direction, CHSCT, médecin du travail..)

##### **Objectifs :**

- Sensibiliser les participants aux risques et aux moyens de prévention des accidents de plain pied
- Evaluer et renforcer les capacités des appareils neurosensoriel et locomoteur concourant à la prévention des accidents de plain pied.
- Participer à la démarche globale de prévention des accidents de plain pied (port des EPI, identification et correction des causes environnementales).

**Participants :** groupe de 8 à 12 salariés confrontés à des risques d'accidents de plain pied.

##### **Programme :**

###### **1/ Présentation en CHSCT (1H)**

**2/ Entretien avec un responsable de l'unité concernée (1H) :** Présentation de l'unité, de l'action KAPAPP, établissement du calendrier et des moyens (salles...) de l'action.

**3/ Réunion d'information des participants (1H) :** présentation de la formation et du contexte, réponse aux questions

###### **4/ Visite préparatoire (2 à 6H selon le contexte) :**

- Observation des postes, véhicules, équipements, matériels, modes opératoires
- Entretien et questionnaire d'évaluation des risques « accidents de plain pied » avec quelques opérateurs
- Prises de vues avec l'accord des intéressés

## **5/ Bilan individuel KAPAPP® (1/2 H par participant)**

- Questionnaire (antécédents, facteurs de risque)
- Tests physiques (capacités cardiorespiratoires, neuromusculaires et fonctionnelles)
- Bilan morpho statique et ostéo-articulaire

## **6/ Module KAPAPP® (3H par groupe) :**

- Notions sur les accidents de plain pied et les principes de prévention
- Notion sur le fonctionnement de l'appareil locomoteur (équilibre, force, souplesse, endurance...)
- Projection des séquences vidéo réalisées lors de la visite préparatoire : observation des situations, repérage et analyse des risques, proposition de modification des modes opératoires et de l'organisation, utilisation des équipements...
- Pratique des mouvements KAPAPP - correction individuelle
- Remise des livrets

## **7/ Cinq séances d'entraînement KAPAPP® (1H par séance)**

- Débriefing de l'inter séance.
- Renforcement de la force et de la flexibilité des membres inférieurs.
- Réactions pare-chute.
- Renforcement proprioceptif chevilles et genoux.
- Travail de la coordination et de la programmation neuro-motrice.
- Objectifs personnels et collectifs pour l'inter séance.

## **8/ Séance de synthèse (2H par groupe en présence d'un responsable) :**

- Bilan de la formation
- Questionnaire d'évaluation
- Remise des bilans individuels avec recommandation du kinésithérapeute
- Validation des recommandations concernant les équipements, l'organisation, les modes opératoires

**9/ Rédaction d'un rapport (1H)** comprenant le dépouillement des questionnaires d'évaluation, le compte rendu de la formation et les recommandations à l'employeur.

## **Méthodes pédagogiques :**

- Pour l'acquisition de connaissances : échanges interactifs autour des supports pédagogiques multimédias
- Pour l'acquisition des savoir-faire : pratique en groupe avec corrections

## **Supports pédagogiques utilisés par l'intervenant :**

- Diaporama et livret « KAPAPP® »
- Séquences vidéo réalisées pendant la visite préparatoire.

## **Supports pédagogiques remis aux participants :**

- Livret du stagiaire « KAPAPP® »
- Affiches de réactivation « KAPAPP® » à mettre sur les lieux de travail