

**EXAMEN PROFESSIONNEL D'AVANCEMENT DE GRADE  
D'AGENT SOCIAL TERRITORIAL PRINCIPAL DE 2<sup>ème</sup> CLASSE  
SESSION 2022**

Numéro d'ordre  
de remise de copie

.....  
(attribué par le  
CDG)

**ÉPREUVE ÉCRITE**

Une épreuve écrite à caractère professionnel portant sur les missions incombant aux membres du cadre d'emplois. Cette épreuve consiste, à partir de documents succincts remis au candidat, en trois à cinq questions appelant des réponses brèves ou sous forme de tableaux, et destinées à vérifier les capacités de compréhension du candidat et son aptitude à retranscrire les idées principales des documents.

Durée : 1 heure 30

Coefficient : 2

**À LIRE ATTENTIVEMENT AVANT DE TRAITER LE SUJET :**

- Vous composerez directement sur le présent sujet qui sera agrafé à l'intérieur de la copie. **Aucune réponse ne sera portée sur la copie.**
- Il ne vous sera remis qu'un seul exemplaire du sujet.
- Vous ne devez faire apparaître aucun signe distinctif sur le sujet ni sur votre copie, ni votre nom ou un nom fictif, ni initiales, ni votre numéro de convocation, ni le nom de votre collectivité employeur, de la commune où vous résidez ou du lieu de la salle d'examen où vous composez, ni nom de collectivité fictif non indiqué dans le sujet, ni signature ou paraphe.
- Sauf consignes particulières figurant dans le sujet, vous devez impérativement utiliser une seule et même couleur non effaçable pour écrire et/ou souligner. Seule l'encre noire ou l'encre bleue est autorisée. L'utilisation de plus d'une couleur, d'une couleur non autorisée, d'un surligneur pourra être considérée comme un signe distinctif.
- L'utilisation d'une calculatrice n'est pas autorisée.
- Les feuilles de brouillon ne seront en aucun cas prises en compte.
- Le non-respect des règles ci-dessus peut entraîner l'annulation de la copie par le jury.

**Ce document comprend 11 pages (y compris celle-ci)**

**Il appartient au candidat de vérifier que le document comprend le nombre de pages indiqué  
S'il est incomplet, en avertir le surveillant**



**Documents en annexes :**

Document 1 : « Une qualité de vie à préserver » (page 5)

Document 2 : « Les aides techniques : nettoyer ou désinfecter » (pages 6 et 7)

Document 3 : « Le temps des tâches quotidiennes ! » (pages 8 et 9)

Document 4 : « Livret de recettes Mix'âge ou garder le plaisir de manger mixé » (pages 10 et 11)

**Question 1 :**

**A partir du document n°1, au sujet du programme « aidants-aidés », cochez uniquement la ou les propositions qui vous semblent justes. (6.75 points)**

a) En Seine-Maritime, le programme propose un diagnostic décliné en plusieurs axes :

- l'organisation de la santé et la sécurité
- l'utilisation d'aides techniques
- l'accueil des nouveaux embauchés
- la formation et gestion des compétences
- le repérage de situations difficiles

b) Le programme a permis de :

- diminuer la qualité de vie des bénéficiaires
- diminuer l'incidence de fréquence des accidents du travail
- diminuer le nombre de licenciements pour inaptitudes médicales
- diminuer les contrôles de sécurité de la Carsat Aquitaine
- diminuer les partenariats avec les structures publiques ou associatives

c) L'objectif de ce programme est de :

- maximiser la charge de travail des conseils départementaux
- prévenir les risques au domicile pour trois publics
- réduire le nombre de plaintes déposées pour non-qualité de prise en charge
- augmenter les financements de structures qui participent au programme
- diminuer les accidents des salariés et des personnes accompagnées à domicile

d) Les départements dans lesquels le programme a été testé en premier sont :

- Dordogne et Pyrénées-Atlantiques
- Landes et Lot
- Gironde et Landes
- Dordogne et Landes
- Lot et Pyrénées-Atlantiques



e) Dès lors qu'un service d'aide ou un établissement participe au programme, il est accompagné pendant :

- 2 ans
- 4 ans
- 6 ans
- 8 ans

**Question 2 :**

**A partir du document n°2, répondez aux questions suivantes :**

a) Nommez les facteurs combinés impliqués dans l'opération de nettoyage (1 point)

.....  
.....  
.....  
.....

b) Listez tous les risques professionnels liés aux opérations de nettoyage et de désinfection (produit chimiques et vapeur d'eau) (1.25 point)

.....  
.....  
.....  
.....

c) Complétez le tableau suivant (4 points)

	VRAI	FAUX
Le simple fait de respecter les consignes du fabricant permet d'éviter de se brûler		
Pour la désinfection, les produits chimiques doivent être préférés à la vapeur d'eau		
La désinfection des aides techniques est systématique		
Stocker les bidons de produits chimiques entre 75 et 110 cm prévient les troubles musculo-squelettiques		
Le nettoyage précède toujours la désinfection		
Tirer sur le câble électrique pour débrancher l'appareil vapeur augmente les risques électriques		
Le nettoyage consiste à appliquer un produit désinfectant en frottant la surface, puis à rincer si besoin		
Prévenir les risques chimiques passe aussi bien par le respect des règles d'utilisation que par le port de gants épais		



**Question 3 :**

**En vous appuyant sur le document n°3, répondez aux questions suivantes :**

- a) Combien d'objets peuvent accompagner de manière simple et sécurisée l'ensemble des gestes des personnes autonomes ? (0.25 point)

.....

- b) Considérant les prix les plus hauts du chariot de courses, de la pince de préhension, du balai essoreur et du kit Balayette long manche, classez les objets, selon leurs prix, par ordre croissant. (3 points)

.....

.....

.....

.....

- c) Quelle est la seule aide préconisée pour les personnes dépendantes ? (0.25 point)

.....

**Question 4 :**

**A partir du document n°4, répondez aux questions suivantes :**

- a) Expliquez pourquoi plus une préparation est mixée, plus le risque de contamination par des microorganismes augmente. (2.50 points)

.....

.....

.....

.....

- b) En matière d'aide au repas, décrivez deux actions que vous pouvez conduire. (1 point)

.....

.....

.....

.....

.....



# Une qualité de vie à préserver

Le programme « Aidants-aidés, une qualité de vie à préserver » a vu le jour en 2012 en Aquitaine. Son objectif est de diminuer les accidents à la fois chez les salariés de l'aide à domicile et chez les personnes qu'ils accompagnent.

**Le programme « Aidants-aidés, une qualité de vie à préserver » a été créé en 2012 par la Carsat Aquitaine. En quoi consiste-t-il ?**

**Sandrine Paradis, ingénieur-conseil à la Carsat Aquitaine et pilote du programme.** Ce programme a pour objectif de prévenir les risques au domicile de trois publics : les personnes aidées, leurs proches et les professionnels de l'aide et du soin à domicile. Le logement, qui est un lieu de vie pour les uns et de travail pour les autres, peut présenter des situations à risques d'accidents pour tous, de chutes par exemple. Par ailleurs, plus la personne accompagnée est valide et autonome, moins l'aidant effectue de manutentions, ce qui réduit les accidents du travail associés : c'est en quelque sorte un cercle vertueux. Le dispositif propose un accompagnement technique, méthodologique et financier aux structures d'aide et de soins à domicile, que ce soit des établissements publics, des entreprises privées ou des associations. L'idée est que les solutions choisies soient avantageuses tant pour les bénéficiaires que pour les aides à domicile, pour préserver la qualité de vie de chacun.

**Concrètement, qu'est-ce que ça donne ?**

**S. P.** Les contrôleurs de sécurité

de la Carsat Aquitaine, en association depuis 2019 avec des cabinets d'ergonomie, accompagnent pendant deux ans les établissements qui participent au programme. Plusieurs actions sont menées dans chacun d'entre eux. Tout d'abord, afin d'animer, de cadrer et d'organiser la démarche de prévention des risques professionnels, un référent est nommé au sein de la structure. La formation de l'ensemble des salariés va alors les aider à repérer des risques au domicile, afin de mettre en place des solutions d'aménagement de l'habitat ou des aides techniques selon les besoins identifiés. Dans les cas les plus complexes, le programme prévoit un accompagnement par un spécialiste (ergonome ou ergothérapeute).

**La Carsat travaille avec des partenaires extérieurs sur ce programme ?**

**Pierrick Chaussée, directeur adjoint Maladie, action sociale, risques professionnels de la Carsat Aquitaine de 2010 à 2020.** Le secteur de l'aide à domicile est atypique. Il est essentiellement financé par des fonds publics ou sociaux, notamment par les conseils départementaux. Ce sont eux qui pilotent la politique d'accompagnement des personnes âgées et des personnes handicapées. Ils ont donc un rôle

essentiel dans le fonctionnement et le financement du programme. Nous les avons associés très tôt à ce projet. Le secteur se distingue aussi par la structure des entreprises, essentiellement associatives ou publiques. La mobilisation des partenariats engagés par la Carsat au titre de la politique d'action sociale en faveur des retraités a permis aux préventeurs de rencontrer les bons interlocuteurs et de mieux appréhender l'organisation et les enjeux de ce secteur professionnel.

**Quels résultats avez-vous obtenus avec ce programme ?**

**S. P.** Nous avons testé le programme en 2012, en Dordogne et dans les Landes, puis nous l'avons étendu en 2015 à la Gironde, au Lot et aux Pyrénées-Atlantiques. Environ 450 structures d'aide à domicile sont présentes sur ce territoire et nous en avons accompagné 170 depuis la mise en place du programme. En 2016, l'indice de fréquence des accidents du travail dans les structures que la Carsat Aquitaine a accompagnées était de 82, puis de 76 en 2018. Les services de santé au travail des structures que nous avons suivies nous ont également signalé qu'il n'y avait plus autant de licenciements pour inaptitudes médicales. ■

Propos recueillis par K. D.

## LE PROGRAMME « AIDANTS-AIDÉS » EN SEINE-MARITIME

Trois structures de Seine-Maritime – une association et deux entreprises – participent au programme « Aidants-aidés ». « Il débute par une journée de formation pour les dirigeants aux risques professionnels », explique Thierry Gantois, ingénieur-conseil à la Carsat Normandie et pilote de l'expérimentation. Puis, nous réalisons un diagnostic dans chaque structure qui leur sert de base pour établir un plan d'action. Il porte sur trois axes : l'organisation de la santé et la sécurité, l'accueil des nouveaux embauchés

et la formation et la gestion des compétences. » Des formations spécifiques pour les salariés du terrain sont proposées : le repérage de situations dangereuses et l'utilisation d'aides techniques. Le service Action sociale-retraite et le service Prévention des risques professionnels de la Carsat animent un comité technique auquel les trois structures participent, afin d'échanger sur leurs avancées et les difficultés rencontrées.

## Nettoyer : dans tous les cas !

Le nettoyage d'une surface recouvre l'ensemble des opérations qui permettent d'en assurer la propreté. Pour ce faire, le nettoyage implique, dans des proportions variables, les facteurs combinés suivants : action chimique ou action de la vapeur, action mécanique, température, temps d'action.

### Le nettoyage consiste :

- soit à appliquer un produit détergent en frottant la surface, puis à rincer si besoin ;
- soit à nettoyer avec un équipement sous pression qui produit de la vapeur d'eau.

Une fois le nettoyage terminé, l'aide technique doit être visuellement propre.

Une aide technique est un matériel médical de soin à la vie quotidienne des personnes en perte d'autonomie (lévulbérateur, fauteuil roulant, lit médicalisé, etc.) ou un outil d'aide à la mobilisation utilisé par les aidants (damp de glisse, four-personne, etc.).

## Désinfecter : si nécessaire !

La désinfection a pour but de réduire le nombre de microbes.

### Elle répond à deux règles simples :

- 1 On ne désinfecte que si c'est nécessaire**, un nettoyage peut souvent suffire (par exemple, dans le cas d'un fauteuil dédié à un résident dans un Ehpad). Ainsi, la désinfection est nécessaire seulement :
  - en cas de remise en circuit d'une aide technique (à la sortie d'un patient d'un établissement, dans le cas de matériel de location, etc.),
  - dans le secteur du recyclage des aides techniques.
- 2 On ne désinfecte qu'après avoir préalablement nettoyé.** Désinfecter ce qui n'a pas été nettoyé n'est pas efficace car le produit se fixe sur les saillies et ne détruit pas les microbes.



## Protéger les salariés

Comme dans toute situation de travail, il convient de limiter l'exposition aux risques professionnels des salariés chargés des opérations de nettoyage et de désinfection.

### Lors de l'utilisation de produits chimiques

#### Pour prévenir les risques chimiques :

- **choisir les désinfectants** les moins dangereux et en fonction des normes en vigueur, selon les microbes que l'on souhaite éliminer. En règle générale, il suffit de choisir un produit qui tue à la fois les bactéries et les levures (2)(3) ;
- **pour limiter l'exposition** de l'utilisateur aux produits concentrés et assurer la bonne concentration des produits, utiliser une centrale de dilution ou des produits prêts à l'emploi ;
- **travailler dans un local** correctement ventilé ;
- **respecter les règles d'utilisation** des produits : une mauvaise application peut rendre l'opération inefficace, voire créer des microbes résistants ;

- **ne pas mélanger des produits** si ce n'est pas prévu : certains sont incompatibles et leur mélange dangereux (c'est le cas, par exemple, du dégagement de gaz provoqué par le contact de l'eau de Javel et du détartrant) ;



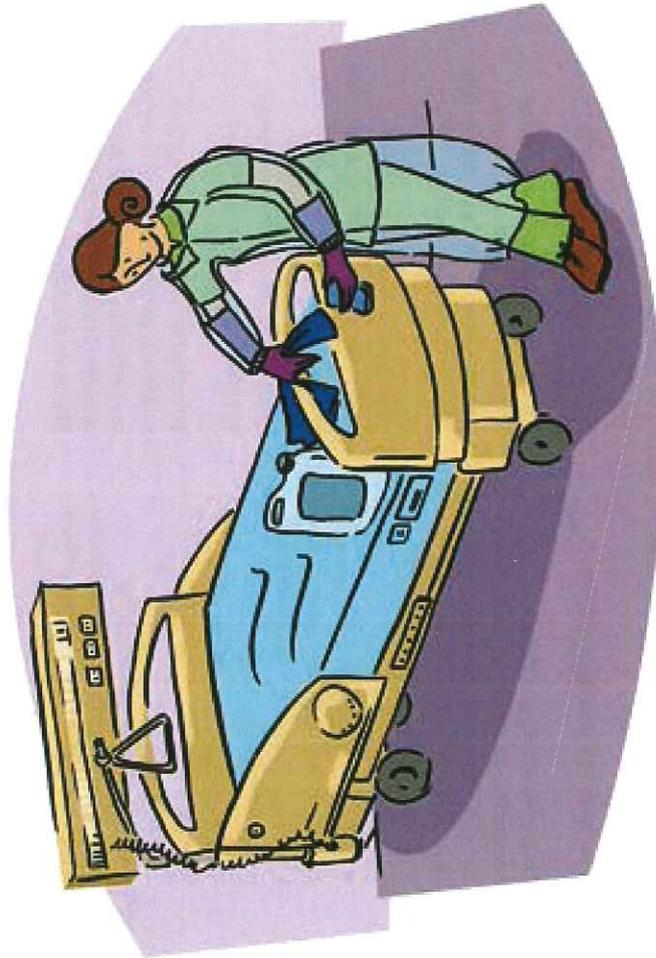
- **appliquer les produits** sur les chiffonnettes, sans pulvérisation, pour éviter l'inhalation et l'apparition de maladies telles que l'asthme ;
  - **porter des gants épais** à manchettes longues (de type néoprène ou nitrile par exemple) adaptés au produit utilisé, pour se protéger des risques d'irritations et d'allergies cutanées ;
  - **prescrire l'utilisation** des dispositifs de désinfection des surfaces par voie aérienne (DSVA) : ils ne sont pas adaptés à la désinfection des aides techniques ;
  - **conserver les produits** en respectant les préconisations d'usage sur l'organisation, la conception et l'aménagement du lieu de stockage.
- Pour prévenir les risques de troubles musculosquelettiques (TMS) et les chutes :**
- **éviter tout stockage** à une hauteur trop élevée ou au niveau du sol afin de limiter les contraintes posturales ;
  - **stocker les contenants** (bidons, etc.) les plus lourds et les plus encombrants à une hauteur comprise entre 0,75 m et 1,10 m.

### Pour prévenir les risques de brûlures :

- respecter les consignes du fabricant, en particulier le niveau de remplissage d'eau, pour éviter la surchauffe ;
- ne pas diriger le jet de vapeur vers les personnes ;
- porter des gants de protection contre la chaleur (et non des gants de soin) ;
- procéder à une vérification périodique de l'appareil (équipement sous pression).

### Pour prévenir les risques électriques :

- procéder à une vérification périodique de l'appareil ;
- veiller au bon état des câbles (vapeur et électrique) ;
- ne pas tirer sur le câble électrique pour le débrancher.

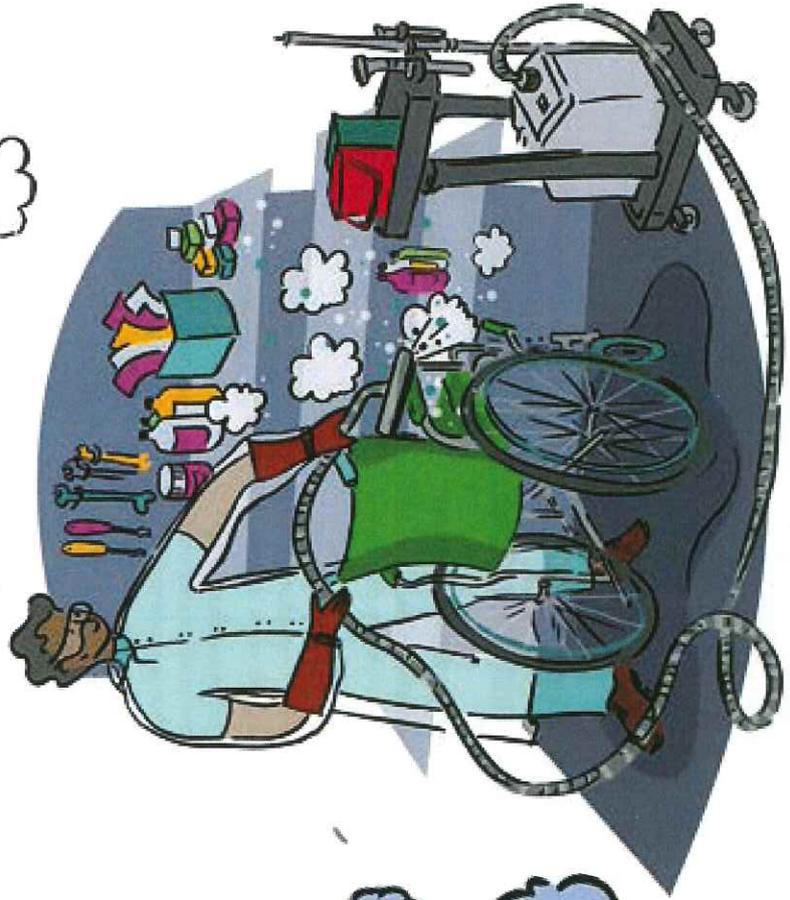


### Lors de l'utilisation d'un appareil vapeur

#### Pour prévenir les risques de troubles musculosquelettiques (TMS) et les chutes :

- utiliser les rallonges et accessoires fournis avec l'appareil pour éviter les amplitudes articulaires extrêmes (en particulier les bras au-dessus du niveau des épaules) ;

- utiliser les roulettes de l'appareil pour le déplacer ;
- ranger l'appareil dans un espace dédié au niveau du sol ;
- positionner l'appareil à hauteur du bassin afin d'éviter toute flexion du dos pendant son remplissage.





# Le temps des tâches quotidiennes !

Ne vous souciez plus du devenir des nombreuses tâches de la vie quotidienne à réaliser ! Equipez-vous d'objets qui accompagneront de manière simple et sécurisée, l'ensemble de vos gestes.

## • Allégez le poids des courses !

### LE CHARIOT DE COURSES



**Aide pratique pour faire ses courses et se soulager du poids à porter,** le chariot de courses permet de réduire ses efforts, d'offrir un appui stable et de sécuriser ses déplacements.

Le petit +

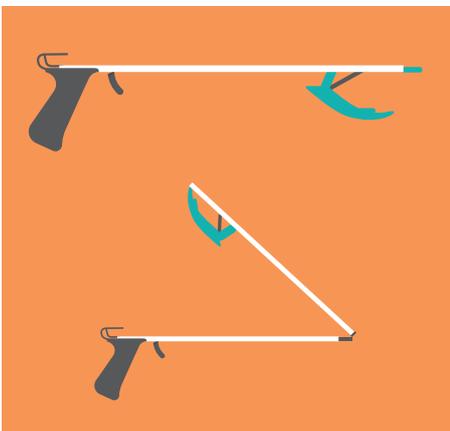
Le chariot de courses à 6 roues ou « chariot de courses monte escalier » permet de franchir aisément les marches ou de monter le trottoir sans effort. Pour égayer la vie au quotidien, un choix de coloris, pour tous les styles.

**Prix indicatif : 40 à 130€**

Assistance : 👍

## • Pour tout conserver à portée de mains, jouez malin !

### LA PINCE DE PRÉHENSION



Si vos lunettes sont tombées au sol, pas de problème avec la pince de préhension !

**De différentes longueurs et à mâchoires antidérapantes, les pinces de préhension permettent d'attraper les objets du quotidien.**

Vous n'aurez plus d'excuses ! Trop haut, non accessibles, ou tombés par terre, grâce à une simple pression de la poignée, n'importe quel objet sera désormais à vous.

**Prix indicatif : 15 à 35€**

Assistance : 👍👐

### LE ROULEAU ANTI-GLISSE



Matériel antidérapant, il s'agrippe sur des surfaces sèches, glissantes ou humides telles qu'un plateau, une table.

Pour éviter que les objets ne tombent (téléphone portable, télécommandes, lunettes...), pour faciliter la tenue des objets en mains : tester le rouleau anti-glisse, il s'adapte à vos besoins, se découpe facilement. Vous pouvez même choisir sa couleur !

**Prix indicatif : 10 à 20 € le mètre**

Assistance : 👍👐👐

## ● Pour en finir avec les scènes de ménage !

### LE BALAI ESSOREUR



**Pour un entretien des sols plus facile et sécurisé et même dans les coins difficiles d'accès !**

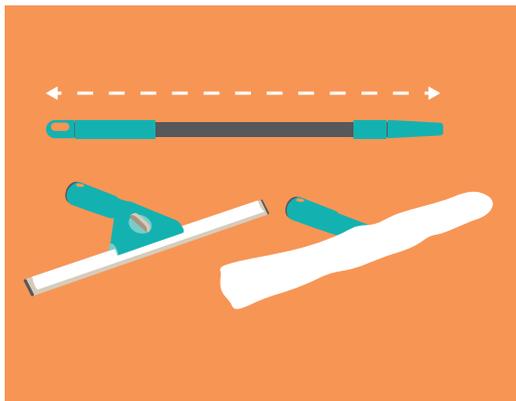
Avec son manche réglable à la bonne hauteur, sa tête pivotante à 360°, et en option son essorage au pied, vous respectez les postures naturelles du corps et le sol est sec plus rapidement.

Finis les moutons sous les tables !

**Prix indicatif : 40 à 55 €**

Assistance : 

### KIT DE NETOYAGE AVEC MANCHE TÉLESCOPIQUE



**Pour être toujours à la bonne hauteur et sans risques de chutes !**

Pensez à vous équiper de manches télescopiques, avec bras articulés et pinces pour adapter différents équipements : tête de loup, brosse, raclette à vitre... Allégez leur poids, privilégiez les équipements en aluminium.

Le  
petit  
+  
technologie

Passez au nettoyeur vapeur : efficace et sans produits !

**Prix indicatif : 40 à 55 €**

Assistance : 

## ● Quel subterfuge pour le balai ?

### LA BALAYETTE LONG MANCHE



Cette balayette ramasse poussière facilite le ménage.

**Son manche télescopique permet de ramasser les saletés sans se pencher, ni se faire mal au dos !**

Et attendez ! Le manche télescopique se fixe également sur le balai serpillière, alors renseignez-vous vite !

Le  
petit  
+  
technologie

**Les robots sont nos amis :** testez les robots aspirateurs, il n'y a pas que votre chat qui va l'adopter ! Un large choix de modèle et de prix en fonction de son autonomie, de la capacité du réservoir, de la taille de brosse...

**Prix indicatif : 15-30 euros pour le balai, à partir de 200 euros pour les robots aspirateurs**

Assistance : 



robots  
aspirateurs



#### **Le petit + malin :**

Pour tous les produits proposés, comparez-les : renseignez-vous sur UFC Que choisir par exemple (dossier sur les aspirateurs robots, les nettoyeurs vapeur, les produits d'entretien...)

#### **Le petit + info :**

Les aides techniques proposées sont adaptées aux personnes autonomes. Cependant, selon les cas et l'aide technique, certaines peuvent être utilisées par des personnes jeunes handicapées.

Aide préconisée pour :  Personne autonome  Personne en perte d'autonomie  Personne dépendante

### Financement & autres aides possibles

Vous avez choisi le modèle adapté et souhaitez savoir quelles aides vous pouvez solliciter pour financer cet achat ?

Retrouvez les contacts et les différents dispositifs dans votre boîte à outils sur votre espace dédié sur [aidantsaides.carsat-aquitaine.fr](http://aidantsaides.carsat-aquitaine.fr)

Avant d'acheter, testez le matériel, pensez à la location, et au recyclage de vos aides techniques pour un geste écocitoyen !



# Mix'âge

ou garder le plaisir de manger mixé

## La conservation des plats

Plus une préparation est mixée, plus on augmente la surface de contact entre les aliments et le matériel, l'air, éventuellement les mains de celui qui cuisine  
Cela augmente les risques de contaminer l'aliment par des micro-organismes

- ✎ Il faut veiller à préparer les repas avec des mains propres, du matériel parfaitement nettoyé (en particulier les lames du mixeur)
- ✎ La préparation ne doit pas être laissée à température ambiante
- ✎ Elle se conserve au réfrigérateur et doit être consommée dans la journée
- ✎ Les produits crus mixés perdent leurs vitamines au-delà de 2 heures de conservation
- ✎ Le mixage doit être réalisé le plus proche possible du moment de consommation

# L'aide au repas

permettant d'éviter les fausses-routes

## Position de la personne

- ▶ Assise, buste droit ou légèrement vers l'arrière, menton fléchi sur la poitrine
- ▶ Si vous aidez la personne à manger, se placer à son niveau pour lui éviter de lever la tête

## Environnement

- ▶ Cadre plaisant
- ▶ Respecter le temps nécessaire au repas
- ▶ Calme et absence de distraction

## Adaptation textures et aliments

- ▶ Privilégier les aliments et les boissons stimulant la sensibilité endo-buccale : sel, poivre, acide, boissons pétillantes ou aromatisées, températures fraîches (éviter les plats tièdes)
- ▶ Éviter certains aliments fibreux (salade), en grains (couscous) ou à texture collante
- ▶ Si besoin enrichir les préparations nutritionnellement avec les ingrédients suivants (jaune d'œuf, crème, beurre, lait en poudre, fromage,...)

## Autres matériels

- ▶ Utiliser des petites cuillères, cuillères à café
- ▶ Éviter les verres canard, verres à petite ouverture, cuillères à soupe

## Mode d'alimentation

- ▶ Faire de petites bouchées et attendre 5 à 10 secondes entre chacune d'elles, vérifier que la personne ait bien avalé
- ▶ Positionner les aliments au milieu de la langue ou sur le côté sain si hémiplegie
- ▶ Éviter de coucher la personne avant 30 mn

## Références

- ▶ « Les repas en établissements de santé et médico sociaux : les textures modifiées » ANAP
- ▶ « Alimentation et Alzheimer : s'adapter au quotidien » C. Rio, C. Jeannier, H. Lejeune, Presse de l'EHESP
- ▶ « Saveurs partagées : la gastronomie adaptée aux troubles de la déglutition » P. Sidobre et C. Chevallier, Ed SOLAL

