



PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

INDUSTRIE, TP, COMMERCE

2.A
FORMATION



Programme de formation en présentiel



• OBJECTIFS DE FORMATION

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

Contribuer à la mise en œuvre de la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles et en maîtrisant les risques sur lesquels il a possibilité d'agir.

Public visé et prérequis

• PUBLIC VISÉ :

Elle concerne les salariés dont l'activité professionnelle comporte une part importante de travail physique et qui souhaitent se former en matière de prévention des risques liés à l'activité physique

• PRÉREQUIS :

Aucun prérequis

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

• MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Remise d'un livret de cours couleurs.

• MOYENS TECHNIQUES :

salle équipée, ordinateur, vidéoprojecteur

• MOYENS D'ENCADREMENT :

Formateur PRAP IBC certifié par l'INRS

• EFFECTIFS :

4 à 10 participants.

Compétences développées

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de la 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.



PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

INDUSTRIE, TP, COMMERCE

2.A
FORMATION

Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats

• SUIVI DE L'EXÉCUTION :

Feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée et attestation de présence individuelle.
Évaluation théorique et pratique selon la grille d'évaluation PRAP IBC de l'INRS

• MODALITÉS D'ÉVALUATION :

A la fin de la formation, si les participants ont satisfait aux exigences des épreuves certificatives, l'Assurance maladie - Risques professionnels et l'INRS leur délivrent un certificat Acteur PRAP - industrie, bâtiment et commerce
Bilan de fin de formation adressé au client.
Questionnaire de satisfaction + questionnaire à froid 2 mois après la formation
Attestation de fin de formation individuelle.

• APPROCHE PÉDAGOGIQUE :

En amont de la formation analyse de la demande de l'entreprise
(Constats, attentes, interlocuteurs rencontrés, intégration à une éventuelle démarche prévention, ...),
Exposés interactifs, discussions-débat, démonstrations par le formateur, études de cas, mises en situation...

Organisation et fonctionnement de la formation

• **DURÉE TOTALE DE LA FORMATION** : 2 jours soit 14h

• **HORAIRES** : 9h00-12h00/13h00-17h00

• **RYTHME** : En continu

• **MODE D'ORGANISATION PÉDAGOGIQUE** : « Présentiel en intra-entreprise » (groupe d'apprenants d'une seule entreprise) ou « Présentiel en inter-entreprise » (groupe d'apprenants de plusieurs entreprises)

• **LIEU DE FORMATION** : « sur site client »

• **DÉLAI D'ACCÈS** : 15 jours

• **MODE D'INSCRIPTION** : Demande par mail à contact2aformation@gmail.com

• **DATES** : Nous contacter

• **DÉLAIS MOYEN DE RÉPONSE** : 48h

• ACCESSIBILITÉ POUR LE PUBLIC EN SITUATION DE HANDICAP :

L'accessibilité sera adaptée au cas par cas



• **TARIF** : En INTER : Nous consulter - En INTRA : Nous consulter



PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

INDUSTRIE, TP, COMMERCE



2.A
FORMATION

Programme détaillé

PARTIE THÉORIQUE 40%

Les enjeux de la démarche PRAP

- Contexte national
- Contexte d'entreprise
- Les enjeux humains, sociaux, économiques et juridiques

Se situer dans le dispositif PRAP

- La démarche de prévention dans l'entreprise
- Les différents acteurs de la prévention
- Le rôle de l'acteur PRAP

La place de l'activité physique dans l'activité de travail

- Notion de danger, de situation dangereuse, de dommage et de risque
- Accident de travail et maladie professionnelle
- L'homme en situation de travail
- Notion de charge de travail

Le fonctionnement du corps humain et ses limites

- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

- Les TMS des membres supérieurs
- Les atteintes au niveau du dos
- Les TMS des membres inférieurs

Les facteurs de risques et de sollicitation

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)
- Les sollicitations de l'appareil locomoteur
- La fatigue visuelle

L'analyse des déterminants

- Les différents éléments d'une situation de travail
- L'analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique

Amélioration des conditions de travail et principes de prévention

- Les principes généraux de prévention
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- La recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail

Les aides techniques à la manutention

- Les Équipements de Protection Individuelle
- Les outils de préhension
- Les moyens mécanisés de manutention

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- Rappel de la portée et des limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- La manutention manuelle de charges inertes et/ou le travail en situation statique
- Le travail en équipe



PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

INDUSTRIE, TP, COMMERCE

2.A
FORMATION

Programme détaillé

PARTIE PRATIQUE 60%

Retour d'expérience et partage d'informations

- Reconnaître et présenter les principaux risques de son métier et les effets induits.
- Échanges avec l'ensemble du groupe sur différents axes d'amélioration.

Analyse de situations de travail

- Observation de situations réelles de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain.
- Caractérisation des risques liés à l'activité physique et analyse des causes d'exposition.
- Utilisation des différents outils d'évaluation du manuel PRAP, pour décrire la situation, identifier les situations dangereuses et rechercher les déterminants.

Participation à la maîtrise du risque

- Propositions d'amélioration de situations de travail en agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail.
- Prise en compte des Principes Généraux de Prévention au cours de cas concrets.

Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités des opérateurs

- Application des règles de sécurité et d'économie d'effort lors de techniques de lever-porter-déplacer-déposer de charges inertes.
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et d'aides à la manutention

Les différents exercices pratiques mis en place seront spécifiques aux métiers exercés par les participants.

FORMATION CERTIFIANTE

Fiche(s) du Répertoire Spécifique correspondant à la formation

RS1037

Taux d'obtention 99.9%

Taux de participation 99.9%

Validation de blocs de compétences : Non

Passerelles et équivalences

Pas d'équivalence.

Suites de parcours et débouchés

Reconnaissance des compétences en prévention à travers son poste de travail.

Financement : cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge par un OPCO ou un autre financeur, sous réserve de l'éligibilité de l'entreprise et de l'accord du financeur. La demande de prise en charge reste à l'initiative du client.