

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS A L'ACTIVITÉ PHYSIQUE PRAP



PRÉSENTIEL

INTRA entreprise :
1 840€ HT/groupe

INTER entreprise :
540€ HT/personne

DURÉE : 14H

CONTACT

FORE ENTREPRISE

Moudong Sud
97122 Baie-Mahault

0590 38 00 40

fore.entreprise@fore.fr

www.fore.fr/entreprise



www.fore.fr



PUBLIC

Toute personne souhaitant acquérir les bons réflexes permettant de prévenir tout risque lié à l'activité physique en contexte professionnel.

PRE-REQUIS

Aucun



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à l'activité physique.
- Identifier et caractériser les risques liés à la manipulation, au transport manuel des charges, aux postures de travail et aux gestes répétitifs, en utilisant des connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain
- Identifier les éléments déterminant des gestes et des postures de travail. Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques identifiés.
- Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie, d'efforts pertinents, en fonction de la situation de travail



CONTENU ET THÈMES ABORDÉS

Analyser sa fiche de poste et ses obligations techniques et réglementaires

- Appréhender la notion de situation de travail
- Repérer les phases chronologiques de son activité de travail
- Caractériser la place de l'activité physique (gestes, postures, effort, déplacements avec ou sans charge) dans sa situation de travail combinée aux activités perceptives et mentales

Identifier les risques encourus liés à l'activité physique et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'organisation (entreprise ou établissement)

- Appréhender les notions de danger, situation dangereuse, dommage, risque, accident du travail (AT) et maladie professionnelle (MP)
- Identifier la nature et l'importance des AT et MP liés à l'activité physique dans l'organisation, la branche et/ou au plan national
- Identifier les préjudices humains et économiques pour l'organisation et son personnel

Connaître le corps humain pour mieux caractériser les dommages liés à l'activité physique

- Énoncer et situer les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
- Identifier les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

- Identifier les principaux facteurs de risque : biomécaniques, psychosociaux et ceux liés à l'environnement physique (vibrations, froid, bruit, éclairage)
- Énoncer les principaux éléments du mécanisme de la vision et identifier ses atteintes (fatigue visuelle)

Détecter les risques d'atteintes à sa santé et les mettre en lien avec les éléments déterminants son activité physique

- Décrire les sollicitations de l'appareil locomoteur dans son activité
- Identifier les déterminants de son activité physique
- Faire le lien entre les atteintes à sa santé et les déterminants de son activité physique

Proposer des améliorations de sa situation de travail

- S'appuyer sur les principes généraux de prévention pour améliorer sa situation de travail
- S'appuyer sur les principes de base d'aménagement des postes de travail pour proposer des améliorations techniques ou organisationnelles
- Appréhender la portée et les limites des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle de charges inerte

Recyclage conseillé tous les 2 ans.

VALIDATION :

Attestation de formation.
Certificat « Acteur PRAP IBC ».



METHODES & OUTILS PEDAGOGIQUES :

Pédagogie active et participative. Vidéoprojecteur, Livret stagiaire. Exercices pratiques sur l'analyse des déterminants, analyse des risques encourus se déroulent sur les postes de travail. Manutention en salle ou à l'extérieur. Possibilité de mise en situation sur poste de travail

EVALUATION :

Diagnostic : QUIZZ
Évaluation formative : grille d'évaluation par compétence.
Évaluation de la qualité permettant d'exprimer leur ressenti vis-à-vis de la formation.