



Objectifs
 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
 Connaître les risques de son métier
 Observer et analyser sa situation de travail
 Participer à la maîtrise du risque
 Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles

Prérequis
 Aucun

Public
 Toute personne concernée par la manipulation manuelle et les gestes répétitifs.

Durée
 14H

Coût
 - Intra-entreprise : 1 840€ HT/groupe
 - Inter-entreprises : 540€ HT/personne

Modalités d'accès
 Dans nos locaux en présentiel.

Dates
 Nous contacter.

Ouverture de la formation
 Présentation de l'animateur
 Présentation des objectifs, du programme, des méthodes pédagogiques et d'évaluations

Comprendre l'intérêt de la prévention
 La démarche de prévention
 La réglementation
 Les statistiques
 Les enjeux de la prévention
 Les acteurs de la prévention

Connaître les risques de son métier
 Mécanisme d'apparition du dommage
 Les différentes atteintes à la santé
 Définition de l'accident de travail
 Définition de la maladie professionnelle
 Les risques du secteur d'activité

Condition de réussite de la démarche PRAP
 Pour être efficace, la formation PRAP doit être soutenue par l'encadrement de l'entreprise.
 Un groupe Pilote et des groupes de travail doivent être mis en place à l'issus de la formation.

Méthodes & moyens pédagogiques :

Pédagogie ludique et applicative. Expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes : un travail d'analyse de vos situations de travail
 synthèses régulières complètent la méthodologie, pour ancrer les savoirs et valider les acquis.

Evaluation et validation :

Attestation de formation
 Epreuves certificatives et évaluations selon le référentiel INRS
 Auto évaluation préalable en amont de la formation
 Évaluation des acquis en fin de formation
 Evaluation de la qualité permettant d'exprimer leur ressenti vis-à-vis de la formation.

Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain

Anatomie / pathologie
 Les TMS : définition et biomécanique du trouble musculosquelettique

Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé

Analyse d'une situation de travail
 Travail prescrit/ travail réel
 Les déterminants de la situation de travail susceptibles de provoquer les atteintes à la santé
 Approche globale et systémique

Adapter et optimiser sa pratique professionnelle

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
 Simulation sensorielle des handicaps physiques dus au travail
 Les manutentions protectrices adaptées à son métier
 L'utilisation des aides techniques préventives