

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)

La formation **PRAP** a pour objectif de diminuer les risques :

- ▶ D'accident du Travail (AT)
- ▶ De Maladie Professionnelle (MP)
- ▶ De Troubles Musculo squelettiques (TMS)
liés aux manutentions manuelles
- ▶ Et participer à l'amélioration des conditions de travail des salariés.

C'est une action collective qui s'intègre dans la démarche de prévention des risques professionnels de l'entreprise à inscrire dans le Document Unique.

A l'issue de cette formation, le salarié va acquérir des compétences lui permettant d'être ACTEUR de sa PROPRE PREVENTION dans son entreprise.

Après avoir suivi la totalité de la formation, et sous réserve de validation des compétences du stagiaire par le formateur PRAP, un « Certificat Acteur PRAP » est délivré par l'INRS d'une validité de 2 ans, et soumis à un recyclage d'une journée tous les 2 ans.

Public visé : tous les salariés de l'entreprise concernés par les risques liés à l'activité physique dans les secteurs Industrie, Bâtiment et Commerce.

Durée : 14 heures minimum de face à face pédagogique cumulé à des actions sur les postes de travail, sur plusieurs semaines non consécutives, à adapter aux contraintes de l'entreprise.

Nombre de participants : groupe de 6 à 10 participants (possibilité de formations en interentreprises si l'activité est similaire).

Compétences à acquérir : au terme de la formation, le salarié est capable de :

- ▶ **Situer** l'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques,
- ▶ **Caractériser** l'activité physique dans sa situation de travail,
- ▶ **Comprendre** le fonctionnement du corps humain et les risques potentiels liés à l'activité physique,
- ▶ **Détecter** les risques d'atteinte à la santé et les mettre en lien avec les éléments déterminants de l'activité physique,
- ▶ **Proposer** des améliorations des situations de travail et **participer** à leur mise en œuvre et à leur évaluation.

PROGRAMME DE FORMATION

1^{ère} demi-journée	2^{ème} demi-journée
<ul style="list-style-type: none"> ‣Présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise ‣Notions de danger, risque, dommage, AT/MP ‣Identification de la nature et de l'importance des AT/MP liés à l'activité physique professionnelle, études des statistiques ‣Analyse des enjeux humains et économiques pour l'entreprise ‣Appréhension de la notion de « situation de travail » et repérage de situations néfastes pour la santé ‣Analyse d'une situation de travail, étude de cas (QCM). 	<ul style="list-style-type: none"> ‣Principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur ‣Etude des différentes atteintes de l'appareil locomoteur et de leurs conséquences sur la santé ‣ Facteurs de risque d'origine biomécanique ou liés à l'environnement physique ‣ Facteurs psychosociaux ‣ Fonctionnement de l'œil ; les sources de la fatigue visuelle. <p style="text-align: center;">👉 EPREUVE CERTIFICATIVE N°1</p>
3^{ème} demi-journée	4^{ème} demi-journée
<ul style="list-style-type: none"> ‣Repérage et méthodologie pour analyser sa situation de travail ‣Analyse des sollicitations dans son activité par l'observation d'un poste de travail ‣Identification des déterminants dans son activité <p style="text-align: center;">👉 EPREUVE CERTIFICATIVE N°2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ‣Etablissement du lien entre les dommages potentiels liés aux sollicitations et leurs déterminants ‣Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail. ‣Principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail ‣Aides techniques à la manutention ‣Principes de sécurité physique et d'économie d'effort (gestes et postures). <p style="text-align: center;">👉 EPREUVE CERTIFICATIVE N°3</p>

*Formateur PRAP, agréé par l'INRS (n°1F11 243) : **Nathalie Daugreilh***

Coordonnées : Tél : 06.24.57.63.96 - Fax – 05.61.51.57.69 - mail : contact07@sst-muret.fr

