



#### Public concerné

Personnel ayant une activité physique au travail

#### Renseignements Pratiques

**Durée** : 14 heures (2 jours)

**Stagiaires** : de 2 à 10 stagiaires

**Certificat** : Certificat d'Acteur PRAP

**Matériel** : Salle spacieuse, chaises et mur permettant la vidéo projection.

#### Moyens pédagogiques

Apports théoriques, échanges, partage d'expériences, démonstrations par le formateur PRAP, exercices d'apprentissage en groupe, mises en situation de cas liés aux risques propres à l'entreprise.

**Matériel Pédagogique** : Fiche INRS, grilles d'analyse de l'activité physique...

**Intervenant** : Formateur PRAP Certifié par l'INRS.

**Moyens de l'évaluation** : Fiche individuelle d'évaluation de l'acteur PRAP.

**Validation de la formation** : délivrance d'un Certificat d'Acteur PRAP.

#### Planification

**Intra-Entreprise** : Aux dates que vous souhaitez, dans vos locaux, prévoir une salle dégagée pour les exercices pratiques.

#### Documentation P.R.A.P.

Chaque stagiaire reçoit :

1 Mémento de l'Acteur PRAP (INRS)

1 Certificat d'Acteur PRAP

#### Actualisation

Tous les 24 mois minimum

#### Règlementation P.R.A.P.

**R.4541-3** : L'employeur prend les mesures d'organisation appropriées ou utilise les moyens appropriés, et notamment les équipements mécaniques, afin d'éviter le recours à la manutention manuelle de charges par les travailleurs.

**R.4541-5** : Lorsque la manutention manuelle ne peut pas être évitée, l'employeur :

1. Évalue les risques que font encourir les opérations de manutention pour la santé et la sécurité des travailleurs.

2. Organise les postes de travail de façon à éviter ou à réduire les risques, notamment dorsolombaires, en mettant en particulier à la disposition des travailleurs des aides mécaniques ou, à défaut de pouvoir les mettre en œuvre, les accessoires de préhension propres à rendre leur tâche plus sûre et moins pénible.

#### Objectifs

- ✓ Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activités physique dans son entreprise ou son établissement.
- ✓ Observer et 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.
- ✓ Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

#### Progression Pédagogique

##### 1ère demi-journée

Présentation de la formation-action dans la démarche de prévention de l'entreprise.

L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise.

Les différents acteurs de la prévention de l'entreprise.

Les risques de son métier.

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

Le fonctionnement du corps humain et ses limites.

##### 2ème demi-journée :

Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leur conséquence sur la santé.

Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique.

Dans sa situation de travail, description de son activité et repérage des situations pouvant nuire à sa santé.

Identification des risques potentiels.

Les différentes causes d'exposition.

##### 3ème demi-journée :

Retour d'expériences (si c'est le cas).

Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail:

1. A partir des causes identifiées.

2. En agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail.

En prenant en compte les Principes Généraux de Prévention.

Epreuve certificative n°1.

##### 4ème demi-journée :

Les aides techniques à la manutention.

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

Epreuve certificative n°2.

Bilan.

#### Nous contacter



09.88.99.99.59

contact@innoprev.com

## La Démarche PRAP

1. **Mobiliser** : s'accorder pour agir ensemble en organisant la concertation
2. **Évaluer les risques** : repérer les situations à risque, analyser l'activité physique dans la situation de travail
3. **Maîtriser le risque** : élaborer un plan d'actions pour transformer les situations de travail
4. **Évaluer les résultats**

### Condition de réussite de la démarche PRAP

**Engagement de l'entreprise** : Pour être efficace, la formation PRAP doit être soutenue par l'encadrement

Un groupe Pilote et des groupes de travail doivent être mis en place à l'issus de la formation

#### INNOPREV SAS

6, rue du Parc 74100 Annemasse

[www.innoprev.com](http://www.innoprev.com) - Tel.: 09.88.99.99.59

"enregistré sous le numéro 82740290274

"Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'ETAT"

N° de TVA Intracommunautaire: FR73799842976

Siret : 79984297600018 - SAS au Capital variable de 10000 €