

PROGRAMME DE FORMATION

FORMATION PRAP

PREVENTION des RISQUES LIES à L'ACTIVITE

PHYSIQUE



PUBLIC VISÉ :

Tout types de salarié

PRÉ-REQUIS :

- Maîtriser le français (oral et écrit)
- Expérience professionnelle requise : NON

DURÉE/TARIF/DATES/LIEU/HORAIRE :

Cf. convention ou contrat de formation joint,
durée 14 heures-2 jours

MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS :

- Inscription préalable au minimum 48h avant le début du stage par retour de convention ou contrat signé
-  Accessibilité aux personnes en situation de handicap : nous consulter.

MODALITÉ D'ORGANISATION :

Formation en groupe de 4 à 10 personnes
En présentiel
Dans l'entreprise ou notre centre

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :

- Livret stagiaire individuel
- 1 salle de formation équipée avec vidéoprojecteur, PC, paperboard
- Charges spécifiques adaptées à l'activité des stagiaires

RÉFÉRENCES :

Articles R 4541-8 du code du travail

Portant sur l'information et la formation à l'accomplissement en sécurité des manutentions manuelles

➤ **INTITULÉ :**

Donner au personnel les connaissances théoriques et pratiques nécessaires pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES : A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

Repérer dans leur travail des situations pouvant nuire à leur santé
Connaitre les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents
En fonction de la situation de travail
Devenir des acteurs PRAP

➤ **CONTENU**

IMPORTANCE DU RISQUE

Les accidents du travail
Les maladies professionnelles
Statistiques, réglementation
Le travail décrit, prescrit, réel

ANALYSE DU RISQUE

Mécanique humaine
Anatomie, physiologie et pathologie
Les troubles musculo squelettiques

LES PRINCIPES DE LEVAGE

Démonstrations
Travail charges en sous groupe

LES NEUFS PRINCIPES DE PREVENTION

Eviter le risque/Evaluer les risques/Combattre les risques à la source/Adapter le travail à l'homme/Tenir compte de l'évolution de la technique/Remplacer ce qui est dangereux par ce qui n'est pas dangereux ou ce qui l'est moins/Planifier la prévention/Donner la priorité aux protections collectives/Donner les instructions détaillées aux travailleurs

COMPÉTENCES DES ACTEURS PRAP

Etre capable de situer l'importance des atteintes à la santé (AT/MP) liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel de l'entreprise

Etre capable de caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
Etre capable de caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
Etre capable de détecter les risques d'atteinte à la santé et de les mettre en lien avec les éléments déterminant son activité physique
Etre capable de proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés, de participer à leur mise en œuvre et à leur évaluation

➤ **SUIVI – ÉVALUATIONS :**

Suivi et sanction de la formation : feuille de présence, évaluation continue pendant le stage, attestation de fin de formation délivrée par l'organisme de formation

- Mesure de la qualité globale de la formation, de l'atteinte des objectifs et de l'impact sur la pratique professionnelle par le stagiaire : enquête de satisfaction à chaud puis à froid.

➤ **METHODES PÉDAGOGIQUES :**

Tour de table de positionnement préalable afin de permettre au formateur de vérifier l'adéquation du parcours de chaque stagiaire et d'adapter son déroulé pédagogique.
Le formateur suit l'ordre des 5 thèmes pour aborder progressivement tous les points du programme.

- **Partie théorique :** (thèmes 1,2,4,5) Alternance d'apport théorique par le formateur à l'aide d'un exposé par vidéoprojecteur et d'exercices en groupe (étude de cas vidéo, schémas, etc.), d'échange d'expériences, de démonstration et d'explications sur paperboard. Vérification des acquis tout au long de la formation à l'aide de quizz
- ⇒ Un livret de formation en couleur est remis à chaque stagiaire en fin de formation
Partie pratique : (thème 3) Mise en situation en groupe. Après démonstration et explication par le formateur, à tour de rôle et en sous groupe, chaque stagiaire effectue des interventions sous sa direction pendant que le reste du groupe suit en écoute pédagogique les indications et corrections du formateur.

➤ **ENCADREMENT - FORMATEURS :**

Préventeur en milieu professionnel et Formateur INRS