



PREREQUIS/PUBLIC

- Aucun prérequis.
- Personnel ayant une activité professionnelle dynamique (manutention manuelle) ou statique (travail sur écran).
- Secteur Industrie Bâtiment Commerce (IBC).



DUREE

14 heures



METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Modalité : en présentiel.
- Méthodes : exposé théorique, étude de cas, échanges d'expériences, démonstration et explication du formateur, mises en application par les stagiaires.
- Matériel : mannequin anatomique, caisse, carton, seau, aides à la manutention, matériel bureautique, EPI.
- Ressources : support PowerPoint, livret INRS.
- Intervenant : formateur PRAP certifié par l'INRS.



MODALITES D'EVALUATION

- Test de positionnement.
- Epreuve certificative.
- Questionnaire de satisfaction.



OBJECTIFS

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- Observer et d'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.



PROGRAMME

1) LES FONDAMENTAUX DE LA PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

- Les enjeux humains, sociétaux, économiques, juridiques.
- Les différents acteurs de la prévention.
- Accidents du travail et maladies professionnelles (définition, coûts, stats).

- Le mécanisme d'apparition d'un dommage.
- La démarche de prévention dans l'entreprise.
- Les différents risques de son secteur d'activité.

2) LE CORPS HUMAIN ET SON FONCTIONNEMENT

- Le squelette.
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs.
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale.
- Le fonctionnement d'une articulation.

3) LES DOMMAGES POTENTIELS LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

- Les TMS.
- Les atteintes de l'appareil locomoteur.

4) LES FACTEURS DE RISQUES

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux).
- La fatigue visuelle.

5) OBSERVATION ET ANALYSE D'UNE SITUATION DE TRAVAIL

- Observer et analyser une situation de travail dangereuse.
- Identifier les risques liés à l'activité physique.
- Proposer des améliorations techniques, organisationnelles et humaines.
- Faire remonter l'information aux personnes concernées.

6) LES PRINCIPES DE PRÉVENTION

- Les principes généraux de prévention.
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les principes d'aménagement du poste de travail.

7) LES AIDES TECHNIQUES A LA MANUTENTION

- Les Équipements de Protection Individuelle.
- Les outils de préhension.
- Les moyens mécanisés de manutention.



MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Modalités d'accès :

- Par l'employeur (plan de développement des compétences/OPCO),
- A l'initiative du salarié (plan de développement des compétences/fonds propres),
- Par un particulier (fonds propres/France compétences).

Délais d'accès :

- En intra (groupe de 4 à 10 pers) : dates, horaires et lieu au choix.
- En inter-entreprises : voir planning inter.

 TARIF

Nous consulter.

 ACCESSIBILITE

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Merci de bien vouloir nous le signaler au préalable afin de mettre en œuvre toutes les mesures nécessaires.

 TAUX DE REUSSITE

100%

 TAUX DE SATISFACTION

95%