

Formation initiale Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Option Industrie-Bâtiments-commerces

Pré requis

- Phase de préparation (voir programme)
- Pour être efficace, la formation PRAP doit être soutenue par la hiérarchie (information sur les objectifs visés)

Durée

- 14 heures en présentiel

Nombre de participants

- 10 stagiaires maximum

Evaluation

- Un certificat d'acteur PRAP sera délivré au candidat qui aura participé activement à l'ensemble de la formation et aura réussi l'épreuve certificative

Méthodes pédagogiques

- Pédagogie basée sur une interaction permanente entre les participants et le formateur.
- Le formateur implique les participants par une pédagogie interactive, qui leur permet de porter un regard critique sur leur environnement de travail et à proposer des idées d'amélioration.

Documents remis

- ED 7201 manuel acteur PRAP de l'INRS
- Attestation de fin de formation remise au stagiaire
- Carte Acteurs PRAP remis à l'employeur

Formateur

- La formation est assurée par un formateur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique, formé par l'INRS

Lieu

- Dans l'entreprise (avec salle adaptée)
- Sur les postes de travail

Tarif

- Nous consulter

Programme

(Conforme au référentiel de l'INRS)

Phase de préparation

La formation est précédée d'une phase de préparation préalable (deux pré visites)

- Entretien et présentation du pré-projet au référent sécurité et direction pour recueil des données, Visite de l'entreprise
- Présentation du pré-projet au groupe de travail identifié

Présentation

- De la démarche PRAP et des objectifs de la formation
- Les activités physiques dans l'activité de travail
- Éléments statistiques et enjeux liés à la santé
- Notions d'anatomie, physiologie et pathologie de l'appareil locomoteur

Appréciation du poste de travail

- Identification des déterminants des activités physiques du poste de travail
- Prise de conscience des éléments contraignant de la situation de travail

Aménagement du poste de travail

- Mise en commun des analyses de situations de travail
- Rappel des principes généraux de prévention
- Principes de base d'aménagement dimensionnel d'un poste de travail

Principes de manutention

- Démonstration du geste type en manutention de charge
- Principes d'économie d'effort
- Entraînement aux gestes types au poste de travail
- Identification des pistes d'amélioration des situations de travail
- Mise en forme des propositions

Suivi conseillé : une demi-journée 6 mois après la formation (3 heures) :

- Un échange sur les éventuelles modifications des situations de travail et des postes
- Un retour par les stagiaires sur l'assimilation des principes de manutention