



PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

DUREE

14h00.

PRE-REQUIS

Aucun.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à habilitier le personnel à réduire les risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé, en proposant des améliorations techniques, organisationnelles, humaines, et en maîtrisant les risques sur lesquels il a la possibilité d'agir."

Compétence 1 : Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

Compétence 2 : 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.

Compétence 3 : Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

PUBLIC VISÉ

Tout salarié des secteurs privé et public au sein desquels des activités physiques imposent des déplacements, des manipulations d'objets répétitives ou occasionnelles, mais aussi des activités de type administratif impliquant un travail à composantes principalement statiques.

PRIX

1 400€

PROGRAMME

- Les risques, les accidents du travail, les maladies professionnelles.
- Les statistiques.
- Les principes de la prévention des risques.
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie.
- Les éléments déterminants de l'activité physique.
- Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail.
- Observation et analyse d'une situation de travail.
- Analyse des postes de travail.
- Identification et analyse des déterminants de l'activité physique.
- Proposition de pistes d'amélioration.
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort (exercices pratiques).

METHODES PEDAGOGIQUES

- Écouter le vécu de chacun, les difficultés rencontrées, les accidents de travail, les maladies professionnels, les accidents de trajet, l'absentéisme au travail.
- Apports théoriques sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuels.
- Étude de cas.
- Formation modulaire et progressive.
- Exposés interactifs avec démonstrations pratiques du formateur + apprentissage :
 1. Trouver des solutions de prévention des risques lombalgiques adaptées à son poste de travail et autres.
 2. Cas concrets et mise en situation.

VALIDATION DE LA FORMATION

- Certificat de réalisation
- Certificat d'acteur PRAP

PROCESSUS D'ÉVALUATION

Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait à l'épreuve certificative peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP – selon document de référence INRS.