

**HSER010**

Prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP)

Objectifs

La formation acteur « PRAP » vise à développer les compétences permettant aux stagiaires d'observer sa situation de travail, d'identifier et analyser les risques de son activité, de proposer des pistes de solution visant à la maîtrise des risques. La formation permet de répondre aux obligations réglementaires (art L.4121-1 du CT)

Programme

Comprendre les enjeux et la structuration du dispositif PRAP

- AT/MP définition et Statistique
- Enjeux de la prévention

Connaître les risques de son métier

- Danger/risque, situation dangereuse, dommages
- Situation de travail ITAMAMI

Fonctionnement et limites du corps humain

- Identifier les éléments qui déterminent l'activité physique : rappels anatomiques (squelette, colonne vertébrale...)
- Dangers encourus : AT MP (lumbagos, sciatiques, hernies discales, TMS)

Analyser son travail pour identifier les risques et les causes

Proposer des améliorations et faire remonter l'information

- Participer à l'amélioration des situations de travail et à la mise en œuvre des principes généraux de prévention.

Gestes et postures manutention de charges inertes

- Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort

Certification acteur PRAP INRS

- Epreuve de validation.

Public

Tous les salariés amenés à participer à la prévention des risques au sein de l'entreprise.

Accessibilités personnes handicapées

Nos locaux sont adaptés aux personnes à mobilité réduite, nos formations sont compatibles avec plusieurs handicaps selon études. Nous consulter.

Nombres de participants

4 mini – 10 maxi

Pré-Requis

Aucun.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Durée : 7 heures

Date : à définir

Horaires : 8h15 – 11h45 et
12h45 – 16h15

Lieu : nous contacter

Coût : nous contacter

Délai d'accès

Conformément aux dates de notre catalogue inter-entreprises. Pour d'autres formations nous consulter.

Méthodes et moyens pédagogiques

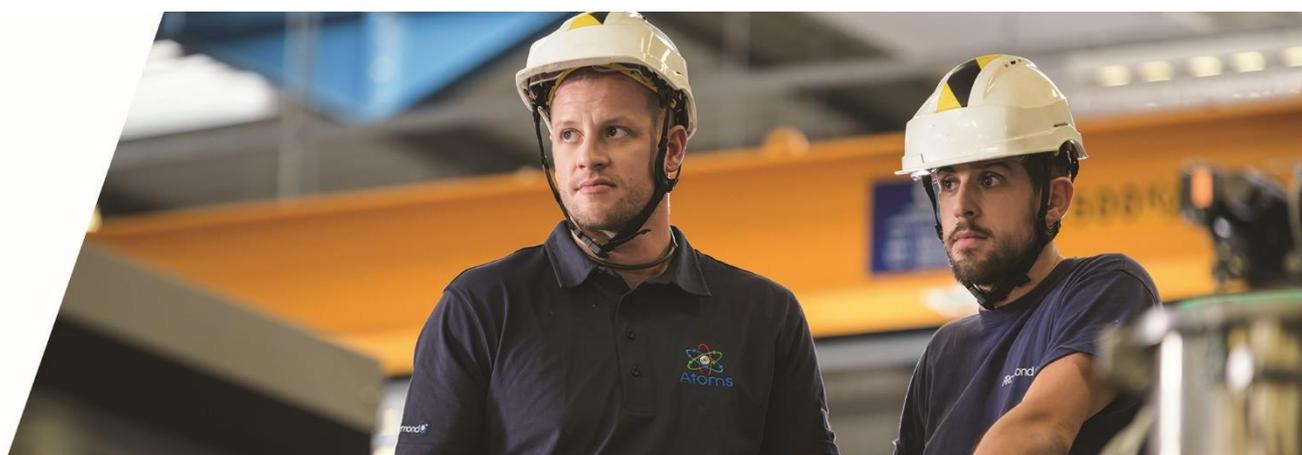
Alternance entre formation théorique et pratique/terrain. Méthode de la découverte par des exercices appropriés, à partir de l'observation de sa situation de travail. Outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail dangereuse, piste de solutions concrètes

Modalités d'évaluations

Evaluations formatives en cours de formation. Evaluation finale via fiche INRS (épreuves sur table d'environ 40 min) grille d'analyse d'une situation dangereuse.

Validation et certification

Attestation de stage.
Épreuve certificative INRS de la formation acteur PRAP, pour une durée de 24 mois.



POLE FORMATION UIMM – AFPI FC

centres : Belfort – Besançon – Dole – Exincourt – Gevingey – Sochaux- Vesoul

www.formation-industries-fc.fr

IMP11ICA003 - REV F – 22/01/2024