

# Formation

## PRAP : Prévention des risques liés à l'activité physique

### Objectifs de la formation

Former des salariés à participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles. Être acteur de sa propre prévention et devenir acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique de son entreprise.

#### À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Connaître les risques liés à son activité ou à son métier
- Analyser en détail sa situation de travail
- Adopter de bonnes pratiques et des gestes appropriés à la tâche à effectuer
- Proposer à son encadrement des améliorations techniques ou organisationnelles d'aménagement de son poste de travail
- Mobiliser les personnes concernées par la prévention des risques dans l'entreprise

### Contenu et Déroulement

#### Pourquoi la prévention est importante pour moi et pour mon entreprise ?

- Les enjeux de la prévention
- Les définitions-Les statistiques
- Les responsabilités et les acteurs

#### Comment je vais faire, Modèle Scénario de l'accident :

- Schéma de l'accident
- Le Danger, la Situation Dangereuse, le Risque
- Analyse des risques et priorisation
- Application sur des photos ou le terrain

#### La situation de travail et ses Composantes

- Les composantes physique-mentale -psychosociale
- L'interaction entre les composantes
- Introduction à l'ITAMaMi

#### Analyse de l'activité Physique

- La mécanique de l'Homme
- Ses limites, ses pathologies
- Initiation à l'analyse : outils et méthodologie
- Grille d'analyse cours

#### Pistes de solution et remontée de l'information

- Les déterminants et pistes de solution
- Critères de choix et la remontée d'information
- Grille de synthèse et de remontée de l'information
- Acteurs de projet et organisation

#### Principes de Sécurité Physique et l'économie d'effort

- Liste des principes en groupe
- Le gilet pédagogique de manutention API
- Les différentes applications sous forme de réflexion
- Les aides mécaniques existantes dans l'entreprise

**IFRIA Nouvelle Aquitaine**

#### Siège social



37 av. du Docteur Albert Schweitzer - CS 80013

33403 TALENCE Cedex

Tel : 05 56 38 38 08

[contact@ifria-aquitaine.fr](mailto:contact@ifria-aquitaine.fr)

Retrouvez-nous sur Facebook



[www.ifria-aquitaine.fr](http://www.ifria-aquitaine.fr)

# Formation

## PRAP : Prévention des risques liés à l'activité physique

### Public visé et Pré-requis

- Les salariés qui ont dans leur activité une part importante d'activité ou de travail physique : manutention manuelle, port de charges, travaux ou gestes répétitifs, postures de travail prolongées
- Les salariés qui participeront à cette formation devront savoir lire et écrire afin de pouvoir appréhender les modules proposés
- Possibilité de personnalisation de la formation
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap

### Modalités pédagogiques

- Positionnement des participants lors de l'accueil sur les attentes de la formation
- Méthodes pédagogiques participatives tenant compte de l'expérience des stagiaires, du contexte et de la réalité du travail, échanges basés sur la pratique professionnelle des participants
- Les apports théoriques seront illustrés par des exercices pratiques et des études de cas
- Support individuel de formation remis à chaque participant

### Coût de la Formation

Tarif de base à partir de 250 € / stagiaire / jour

### Modalités d'évaluation et Validation

- Des évaluations formatives régulières sont réalisées par l'intervenant tout au long de la formation afin de mesurer les acquisitions et progressions des participants dans une perspective de réajustement
- Une validation des acquis est réalisée en fin de formation (sous forme de quizz par exemple)
- Une attestation de suivi de formation sera remise à chaque participant

### Lieu de la Formation

IFRIA Nouvelle Aquitaine (Talence)

### Durée

2 jours (14 heures)

### Nombre de stagiaires

12 personnes maximum

### Contact et Délais d'accès

IFRIA Nouvelle Aquitaine

### IFRIA Nouvelle Aquitaine

#### Siège social

37 av. du Docteur Albert Schweitzer - CS 80013  
33403 TALENCE Cedex  
Tel : 05 56 38 38 08  
contact@ifria-aquitaine.fr

