PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (PRAP) - OPTION IBC : INDUSTRIE, BATIMENT, COMMERCE

Ref. SA365

Durée :

2 jours (14 h.)

Les participants et leur pré-requis :

Toute personne amenée à effectuer des manutentions manuelles : soulever, porter, manipuler, déplacer des charges.

Notre intervenant :

Moniteur PRAP IBC formé INRS.

L'organisation :

Lieu : A déterminer Occitanie

Dates : A définir

Horaires : 08h30 17h00

Coût par participant :

520 € HT
(624 € TTC)

Renseignements et inscriptions :

Sabine ACCO

LES OBJECTIFS :

- Savoir analyser sa propre activité de travail ou celle des personnes concernées au regard de la prévention des risques liés à l'activité physique et savoir si nécessaire de corriger sa gestuelle
- Être en mesure de proposer des axes d'amélioration à l'encadrement.

NOTRE CHOIX PEDAGOGIQUE ET LES MODALITES D'EVALUATION:

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention. Exercices pratiques sur poste de travail & actions correctives.

Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation

LE CONTENU DE LA FORMATION :

- **Introduction**

  - La place de la formation dans la démarche de prévention.
  - Les activités physiques dans l'activité de travail.
  - Importance des atteintes à la santé et enjeux (statistiques nationales, régionales et de votre établissement si vous nous les communiquer).
  - Les principes de prévention - leurs applications dans le cadre de l'activité physique au travail, comprendre l'intérêt de la prévention.
  - Les normes en vigueur dans ce domaine.

- **Les conséquences de l'activité physique**

  - Les différentes atteintes à la santé (anatomie, physiologie...).
  - Les différentes parties du squelette, et les différents muscles existants.
  - Les tendons les ligaments les nerfs.
  - La colonne vertébrale.
  - Les risques TMS et atteinte du rachis.

- **Connaitre les risques de son métier**

- **Les éléments déterminants de l'activité de travail**

- **En salle**

  - Identification des éléments déterminants, à partir d'un

support.
- présentation de la grille « Recherche des déterminants de l'activité physique ».
- lister les premiers éléments décrits dans cette grille.

Sur le terrain

- Observation et recueil de données.

Les participants choisissent une activité et font eux-mêmes l'analyse des gestes et des postures afin de déterminer les éléments pouvant contribuer à l'apparition des dommages.

Propositions d'axes d'améliorations à destination à l'encadrement, aux personnes concernées

Selon les besoins des stagiaires, seront développés les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- Techniques gestuelles de manutentions manuelles
- Exercices pratiques de manutentions sur des charges rencontrées dans l'entreprise, principes de sécurité et d'économie d'effort par différentes approches (biomécaniques, physiologiques)
- Actions correctives directement menées sur le poste de travail :
  - Les gestes à risques à éviter en modifiant très aisément l'organisation immédiate.
  - La faisabilité de la mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'efforts.

La formalisation de ces réflexions

- L'animateur rédige avec le groupe les constats et propositions d'amélioration des postes de travail.
- Sabine Acco adresse à la personne ressource de votre entreprise ce document.

Ce qui est du ressort de sabine Acco Formation

- Toute l'action de formation doit être construite « sur mesure » et l'organisme de formation doit accompagner l'entreprise dans le planning des actions et leur suivi.
- L'organisme de formation procède à l'analyse des besoins de l'entreprise afin de définir les situations de travail de référence très certainement les postes ou fonctions qui posent le plus de problèmes (accident du travail, alerte du médecin du travail).
- La formalisation d'une action de formation définit les objectifs, moyens et méthodes pédagogiques afin que l'entreprise engage par la suite des actions de prévention, actions organisationnelles, techniques et/ou de formation.
- Évaluation de l'action formation doit se faire en deux phases :
  - Feuille d'évaluation de l'action de formation à chaud.
  - Transmission de la synthèse des propositions d'amélioration des opérateurs à la Direction (nécessité de la présence d'une personne ressource permettant le lien entre la formation et la direction).

Ce qui est du ressort de l'entreprise

- La formation action s'inscrit dans une démarche globale de

prévention.

- Cette démarche prend en considération l'activité réelle des opérateurs et les difficultés qu'ils rencontrent devant les contraintes liées à l'activité physique en prenant en considération les exigences liées à la relation avec les résidents.
- Les participants apprennent à faire leur propre analyse des conditions de travail pour l'activité physique.
- La hiérarchie est à l'écoute des résultats des analyses menées par les participants sur leur propre activité.
- Les résultats de ces analyses sont reconsidérés pour établir le plan annuel de prévention
- Les techniques de lever et porter ne sont enseignées que facultativement si aucune solution technique ne peut être apportée (cette spécificité sera définie lors de l'analyse des besoins).
- La formation PRAP ne peut donc être engagée que si l'entreprise accepte d'entendre les retours d'expérience de ces actions.
- La direction doit s'engager à diminuer les risques liés à l'activité physique et pour cela elle doit reconsidérer les témoignages issus de la formation PRAP.
- L'action de suivi de la formation :
  - Mise en oeuvre si l'entreprise peut le faire seule.
  - Étude ergonomique si nécessaire quand l'entreprise ne trouve pas elle-même la solution (Nous pouvons vous proposer cette étude ergonomique).