



PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

Référence : PREV36

Objectifs :

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique
- Identifier les éléments déterminants des gestes et postures liés aux situations de travail
- Repérer dans son travail des situations pouvant nuire à sa santé
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Proposer des améliorations et participer à leur mise en œuvre

Public :

Salarié de l'entreprise occupant un poste soumis à une activité physique importante

Près-requis :

- Accessible à tout salarié correspondant au public ci-dessus

Durée :

- 2 jours soit 14 heures

Formations associées :

- Evaluation des risques liés à une unité de travail
- Prévention des accidents du travail
- Gestes et postures

Programme :

1^{ère} journée

1 – PRESENTATION DE LA DEMARCHE PRAP

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

2 – APPRECIATION DES POSTES DE TRAVAIL

- Evaluation des situations
- Identification des déterminants des activités correspondantes
- Ecoute des remarques des opérateurs
- Prise de conscience des éléments contraignants de la situation de travail

3 – AMENAGEMENT DES POSTES DE TRAVAIL

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

2^{ème} journée

4 – PRINCIPES GENERAUX DE MANUTENTION

- Démonstration du geste type en manutention de charge
- Principes d'économie d'effort
- Principes de sécurité physique
- Entraînement aux gestes types

5 – APPLICATION AU POSTE DE TRAVAIL

- Identification des pistes d'amélioration des situations de travail
- Mise en forme des propositions
- Synthèse, bilan et évaluation de la formation
- Remise de la documentation

Moyens et méthodes pédagogiques :

Cette action de formation s'appuiera sur une méthode participative, associant des exercices pratiques et des apports théoriques. Un livret sera remis à la fin de la formation à chaque participant reprenant tous les thèmes abordés. Mannequins pour la réanimation cardio-ventilatoire et le bouche à bouche, accessoires factices pour mises en scène de situation d'urgence (plaies, colorant, outils coupants...)

Descriptions du dispositif permettant de suivre les résultats :

L'évaluation de la qualité de formation se fera tout au long de la formation par des exercices de mise en pratique liés directement aux différents thèmes abordés durant la formation ainsi qu'à la fin de la formation au travers de deux questionnaires (Stagiaires et Formateur) renseignés à l'issue de la formation par les participants. L'évaluation des acquis de la formation sera réalisée aux travers d'exercices et de mises en situation tout au long de la formation et à la fin de celle-ci.