

PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique)

Action d'acteurs prévention PRAP

Nouvelle réglementation 2011 conforme CARSAT/CRAM et INRS



Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui sont reconnus aptes à mettre en œuvre l'ensemble des compétences attendues pourront prétendre à l'obtention du certificat PRAP.

La formation est sanctionnée par un certificat PRAP option IBC ou option 2S délivré par l'INRS.

Les contraintes liées à l'activité physique en milieu de travail sont à l'origine de plus du tiers des Accidents du Travail et de près de 80 % des maladies professionnelles reconnues...

Textes réglementaires :

Code du Travail, décret du 3 septembre 1992

Article R.231-67 : L'employeur doit prendre les mesures d'organisation appropriées ou utiliser les moyens adéquats et notamment les équipements mécaniques, afin d'éviter le recours à la manutention manuelle de charges par les travailleurs.

Article R.231-68 : Lorsque la manutention manuelle ne peut être évitée : organiser les postes de travail, de façon à éviter ou à réduire les risques (...) en mettant en particulier à disposition des travailleurs des aides mécaniques ou, à défaut de pouvoir les mettre en œuvre, les accessoires de préhension propres à rendre leur tâches plus sûres et moins pénibles.

Article R.231-71 : L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1. D'une formation sur les risques qu'ils encourent (...)
2. D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations ; au cours de cette formation (...) les travailleurs sont instruits sur les Gestes et Postures à adopter pour réaliser en sécurité les manutentions manuelles.

Objectifs

Faire acquérir aux salariés des connaissances leur permettant de participer efficacement à l'amélioration de leurs conditions de travail.

1. Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnels (Définitions, et Indicateurs statistiques)
2. Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (Notions d'anatomie, physiologie)
3. Identifier les éléments déterminants des Gestes et Postures de travail (Aménagement, Contraintes, Relationnel)
4. Proposer les améliorations susceptibles de réduire les risques et participer à leur mise en œuvre (Notion d'ergonomie)
5. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents (Mise en pratique des principes avec différents objets)

Personnel concerné

Tout personnel de l'entreprise ou de l'établissement.

Différents Secteurs d'activité

- 1. Les secteurs Industrie Commerce, BTP, et activités de bureau (IBC)**
- 2. Les secteurs Sanitaire, Social et d'aide à la personne (2S)**

Modalités de la formation

Durée

- 14 heures soit 2 jours pour le secteur IBC
- 21 heures soit 3 jours pour le personnel du secteur Sanitaire et Social 2S

Lieu

En intra-entreprise.

Nombre de participants

De 6 à 12

Contenu de la formation PRAP IBC

1^{ère} demi-journée

- Présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise
- L'importance des atteintes liées à l'activité physique professionnelle et des enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise.
- La place de l'activité physique dans l'activité de travail.
- Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur.

2^{ème} demi-journée

- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leur conséquence sur la santé.
- Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique.
- Dans sa situation de travail, description de son activité et repérage des situations pouvant nuire à sa santé.
- Epreuve certificative N°1.

3^{ème} demi-journée

- Repères méthodologiques de l'analyse des déterminants de l'activité physique.
- Analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique.
- Recherche des pistes d'amélioration des conditions de travail.
- Epreuve certificative N°2.

4^{ème} demi-journée

- Les principes généraux de prévention.
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail.
- Les aides techniques à la manutention.
- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Epreuve certificative N°3.
- Bilan.

Spécialisation « Sanitaire et Social » (2S)

1^{ère} demi-journée option 2S

- Evaluation du potentiel de la personne soignée ou aidée.
- Règles à respecter dans la mise en œuvre des principes de manutention des personnes.
- Déplacement naturels de la personne.
- Mise en pratique des trois classes de techniques de manutention manuelle.

2^{ème} demi-journée option 2S

- Mise en pratique des trois classes de techniques de manutention manuelle (suite).
- Evaluation des stagiaires, épreuve certificative
- Bilan de la formation.

En cas de changement de poste ou de modification importante de l'environnement de travail, une actualisation de la formation est nécessaire.

Méthode pédagogique

- Mise en situation
- Support de cours remis à chaque participant

Coût de la formation : *Tarif de groupe : nous consulter*

