

# FORMATION A LA PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Etre capable de :

- Situer l'importance des atteintes à la santé AT + MP liées à l'activité physique professionnelle
- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique
- Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
- Détecter les risques d'atteintes à sa santé et corriger les éléments déterminant liés à cette activité physique
- Proposer des améliorations à la situation de travail depuis les éléments déterminants identifiés



## DUREE

12 heures, en 3 demi-journées de 4 heures

## ASPECT REGLEMENTAIRE

Le Code du Travail Livre III

## PERSONNES CONCERNEES

Les salariés désignés, les délégués à la sécurité, les coordinateurs de sécurité et de santé, tous les responsables des personnes travaillant physiquement dans leur activité

## EFFECTIF

De 4 à 8 personnes

## METHODE

Moyens multimédia, support de cours individualisé à l'établissement prenant en compte vos spécificités, échange d'expérience.

## SANCTION

Délivrance d'une attestation de compétence PRAP : prévention des risques liés à l'activité physique

## PRE-REQUIS

Aucun

## PROGRAMME

### Module 1 :

- Appréhender les notions de danger, risque, dommage, accident de travail et maladie professionnelle
- Identifier la nature et l'importance des AT et des MP liés à l'activité physique dans l'entreprise, dans le secteur d'activité

- Identifier les préjudices humains et économiques pour l'entreprise et le personnel

### Module 2 :

- Appréhender la notion de situation de travail
- Caractériser la place de l'activité physique (gestes, postures, efforts, déplacements) dans l'activité de travail, combinée aux activités perceptives et mentales

### Module 3 :

- Enoncer les principaux éléments anatomiques et physiologiques de l'appareil locomoteur
- Identifier les atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Identifier les facteurs de risque
- Enoncer les fonctionnements de l'œil et identifier les sources de fatigue visuelle

### Module 4 :

- Décrire les sollicitations dans son activité
- Identifier les éléments déterminants de l'activité physique
- Etablir le lien entre les dommages potentiels liés aux sollicitations et leurs déterminants

### Module 5 :

- Proposer les pistes d'améliorations sur les principes généraux de la prévention
- Proposer les pistes d'améliorations sur les principes d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- Participer à la formalisation et à la hiérarchisation des pistes d'amélioration
- Limiter les risques liés à la manutention manuelle occasionnelle en appliquant les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts