

Prévention des Risques Liés aux Activités Physiques (PRAP)

Objectifs

Repérer dans leur travail les situations susceptibles de nuire à leur santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique d'économie d'effort en fonction de la situation.

Porter un regard critique sur la situation de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et améliorations éventuelles à apporter.

Personnel concerné

Toutes les personnes appelées à manipuler manuellement des charges durant leur travail.

L'aptitude physique au port des charges doit être reconnue.

Validation

Une attestation de participation à la formation sera délivrée à chaque participant ainsi qu'un rapport d'action.

Durée

2 jours (14h)

1/ Importance du risque

- Intérêt de la prévention des risques professionnels
- Les accidents du travail
- Les maladies professionnelles

2/ Analyse du risque

- Mécanique humaine
- Anatomie, physiologie et pathologie
- Les troubles musculo-squelettiques

3/ Prévention du risque

- Principes d'aménagement dimensionnel des postes de travail

4/ Applications pratiques

- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Pratique de transport manuel et de manipulation

5/ Analyse et réflexion

- Projection du film « Facteurs de trouble 1 »
- Discussion
- Travail de groupe sur l'analyse de leurs postes de travail
- Projection du film « Facteurs de trouble 2 »
- Réflexions et améliorations pertinentes possibles
- Le bruit : utilisation des protections

