



## PRAP

**OBJECTIF DE LA FORMATION:** Prévenir les risques de lésions liés à l'activité physique. Former les personnels à la manutention manuelle et le déplacement de charges.

**POINTS FORTS DE LA FORMATION:** Excellente occasion d'échanger avec d'autres professionnels sur des problématiques communes ; Encadrement d'un formateur expérimenté (Spécialiste PRAP 2S/IBC ou équivalent)

**RÉSULTATS ATTENDUS:** Acquisition de la carte PRAP

**CERTIFICATION:** Certificat d'Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique. Certification avec l'un de nos partenaires habilité (cf liste des organismes habilités par l'INRS).

**DURÉE DE LA FORMATION:** 14h

**LANGUE:** Français

**ENCADREMENT FORMATEUR:** Vidéoprojecteur, Encadrement d'un formateur expérimenté (Spécialiste PRAP 2S/IBC ou équivalent), Caméscope numérique (si la situation l'exige) supports de cours (Mis à disposition par Formation Stratégique).

**PUBLIC VISÉ:** Tout personnel de l'entreprise

**PRÉ REQUIS:** Parler et comprendre le français

**SUIVI - ÉVALUATIONS:** Suivi et sanction de la formation : feuille de présence, attestation individuelle de fin de formation et avis post formation. Appréciation de l'acquisition des compétences et de l'atteinte des objectifs par le formateur Examens théoriques et pratiques selon les grilles de compétences de l'INRS. Mesure de la qualité globale de la formation, de l'atteinte des objectifs et de l'impact sur la pratique professionnelle par le stagiaire : enquête de satisfaction à chaud

**MOYENS & MÉTHODES PÉDAGOGIQUES:** Tour de table de positionnement préalable afin de permettre au formateur de vérifier l'adéquation du parcours de chaque stagiaire et d'adapter son déroulé pédagogique. Alternance entre apports théoriques, exercices pratiques et analyse sur le terrain de l'environnement de travail des stagiaires

**ACCESSIBILITÉ:** Personne en Situation d'Handicap Bienvenue. Un accompagnement spécifique peut être engagé. Notre référent handicap est à votre disposition au numéro indiqué dans nos coordonnées.

### LIEU DE LA FORMATION

*Votre formation peut se dérouler sur votre site ou bien sur l'un de nos différents centres dans le Gard (30) et l'Hérault (34)*

Formation Stratégique MONTPELLIER: 13 Rue de la garrigue 34130 Mudaison

Formation Stratégique ALES: 215, Chemin du Réservoir 30140 BAGARD

Formation Stratégique NÎMES CENTRE: 33 Rue Favre de Thierrens, 30000 Nîmes

Formation Stratégique NÎMES-CAVEIRAC: 231 Chem. du Sémaphore, 30820 Caveirac

INTRA entreprise: dans vos locaux ou selon convenance.

### CONTENU DE LA FORMATION

Présentation

Démarche PRAP et objectifs de la formation

Les activités physiques dans l'activité de travail

Les différents risques rencontrés dans une entreprise

Éléments statistiques et enjeux liés à la santé

Notions d'anatomie, physiologie et pathologie de l'appareil locomoteur

Appréciation du poste de travail

Évaluation des situations

Identification des déterminants des activités physiques correspondantes et des risques sur le poste

Écoute des remarques des opérateurs

Prise de conscience des éléments contraignant de la situation de travail

Aménagement 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 de travail

Principes généraux de manutention

Démonstration du geste type en manutention de charge

Principes d'économie d'effort

Principes de sécurité physique

Entraînement aux gestes types

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