

## PROGRAMME DETAILLE

### PREVENTION SECURITE-SECURITE DES BIENS ET DES PERSONNES

Réf.PS02001 **ACTEUR PRAP**  
MAITRISER LES GESTES ET POSTURES

**PUBLIC :**

Tout public.

**PRE-REQUIS :**

Aucun.

**OBJECTIFS :**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :  
Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement  
D'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues  
De participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

**DUREE :**

2 jours.

**METHODES ET OUTILS PEDAGOGIQUES :**

Formateur en prévention des risques professionnel Formateur PRAP certifié par l'INRS, apports théoriques (présentation diaporama, vidéo...), réalisation d'exercices pratiques en rapport avec les thématiques abordées, échanges, questions / réponses. Attestation de formation remise à chaque participant. Ordinateur + vidéo projecteur. Photos, diaporama et film. Mise en situation dans l'entreprise. Charges inertes. Colonne vertébrale

Méthode pédagogique participative. Validation des acquis (QCM). Attestation de formation. Formation théorique et pratique.

**LIEU DE FORMATION :**

En stage ou en intra.

**EFFECTIF :**

1 à 10 personnes.

Date d'élaboration 04/02/2019  
Dernière mise à jour 07/07/2021  
Version : 1

*Vous avez un besoin de formation sur **ACTEUR PRAP** ? Profitez de nos solutions formatives dédiées à vos besoins et adaptées à votre activité professionnelle. Nos formateurs sont des professionnels recrutés pour leur expérience professionnelle et leur expertise. Nos consultants traceront avec vous un programme ciblé sur les précisions de vos demandes.*

*Partout en France : Amiens, Angers, Bordeaux, Dijon, Grenoble, Le Havre, Le Mans, Lille, Lyon, Marseille, Metz, Montpellier, Nantes, Nice, Nîmes, Orléans, Paris, Perpignan, Reims, Rennes, Rouen, Saint-Etienne, Strasbourg, Toulon, Toulouse, Tours, Villeurbanne...*

### CONTENU

#### Présentation de la formation et des objectifs

##### Comprendre l'intérêt de la prévention

Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement  
Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

##### Connaître les risques de son métier

Comprendre le phénomène d'apparition du risque  
Reconnaitre les principaux risques de son métier et les effets induits  
Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

##### Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain.

Connaitre le fonctionnement du corps humain  
Repérer les limites du fonctionnement du corps humain  
Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé

##### Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé

Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité  
Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique potentiels  
Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

##### Proposer des améliorations de sa situation de travail :

A partir des causes identifiées au cours de son analyse  
En agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail  
En prenant en compte les principes généraux de prévention

#### Evaluation des compétences 1 et 2

##### Faire remonter l'information aux personnes concernées

Identifier les personnes concernées  
Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise

##### Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort

Connaitre et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail  
Connaitre et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention

#### Evaluation de la compétence 3 =

##### Clôture de la formation

Bilan et évaluation de la formation

##### Fin de formation

Conclusions.  
Test de niveau et correction.  
Evaluation qualitative.  
Validation des acquis.  
Remise de l'attestation de formation.  
Remise d'un support de cours et documents annexes.