

Objectifs : Être capable de prévenir les troubles musculosquelettiques (TMS) et les accidents liés à l'activité physique en mettant en application ses compétences en matière de prévention et les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

Public visé : Tout salarié exposé à de l'activité physique ou à des postures contraignantes (port de charges, déplacement, gestes répétitifs, ... mais aussi sédentarité).

Pré-requis : Entreprise engagée dans une démarche globale de prévention des risques professionnels.

Personne en situation de handicap : Nous consulter pour étudier la faisabilité et adapter les modalités de mise en œuvre.

Nombre de participants par session : De 4 à 10 personnes.

Durée : 14 heures, en présentiel.

Lieu : dans les locaux de l'entreprise cliente pour une formation intra-entreprise, dans les locaux prévus par l'organisme de formation pour une formation inter-entreprise.

Contenus / Thèmes abordés :

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise : intérêt de la prévention et risques du métier.
- Comprendre le fonctionnement du corps humain et les atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.
- Observer et analyser sa situation de travail pour identifier ses risques liés à l'activité physique.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention : proposer des améliorations de sa situation de travail et faire remonter l'information aux personnes concernées.
- Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort.

Profil du formateur : Formateur titulaire du certificat de Formateur PRAP (en cours de validité) délivré par l'INRS.

Moyens pédagogiques :

- Méthodes : exposés, questionnements, échanges, exercices pratiques, études de cas, ...
- Supports pédagogiques variés : vidéo, photo, tableau, ...
- Matériel : support powerpoint, référentiels et documents INRS, matériels d'apprentissage dont charges inertes.

Modalités d'évaluation et de suivi :

Une évaluation formative est réalisée en cours de formation afin de s'assurer de la bonne compréhension et de préparer l'évaluation des acquis.

Une évaluation certificative est réalisée par le biais d'une mise en situation, selon la grille de certification des compétences d'acteur PRAP établie par l'INRS.

Un certificat d'Acteur PRAP est remis aux stagiaires ayant suivi la totalité de la formation et ayant satisfait aux épreuves certificatives.

La validité de ce certificat est fixée à 2 ans. La prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'un stage « Maintien et Actualisation des Compétences » tous les 24 mois avec réussite des épreuves certificatives.

Tarif : Nous consulter.