

# PRAP ( Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) : Recyclage

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Maintenir et actualiser les compétences du salarié à la Prévention des Risques liés à l'Activité Physique
- Proposer des améliorations techniques, organisationnelles et de maîtrise pour les risques sur lesquels il a possibilité d'agir

## PROGRAMME : APTITUDES ET COMPETENCES

### Phase 1 : Accueil des stagiaires

- Présentation du MAC acteur PRAP, rappel des objectifs

### Phase 2 : Retour d'expériences

- Les enjeux de la démarche PRAP
- Se situer dans le dispositif PRAP
- Les facteurs de risques et sollicitation
- L'analyse des déterminants
- Amélioration des conditions de travail et principes de prévention
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

### Phase 3 : Actualisation des compétences

- La place de l'activité physique dans l'activité de travail
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Les aides techniques à la manutention

### Phase 4 : Retour d'expérience et partage d'informations

- Présentation des points forts de l'expérience professionnelle des participants
- Echanges avec l'ensemble du groupe sur différents axes d'améliorations identifiées
- Reconnaître et présenter les principaux risques de son métier et les effets induits

### Phase 5 : Echanges de pratiques

- Analyse de situations de travail
- Participation à la maîtrise du risque
- Les déplacements manuels de charges inertes et les outils d'aide à la manutention
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités des opérateurs

# PRAP ( Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) : Recyclage

## METHODES MOBILISEES

- Recueil des attentes des stagiaires et de leurs motivations (tour de table, « paper board »).
- Support Powerpoint et « paper board ».
- Package pédagogique avec manuel.
- Jeux en groupe.
- Entraînements alternants mise en situation sur le poste de travail, retour sur votre pratique et analyse critique.

## OUTILS PEDAGOGIQUES

- Mase éventail.
- Documents INRS.
- Colonne vertébrale articulée.
- Mannequin articulé gestes et postures.
- Document d'évaluation de satisfaction.

## ATTRIBUTION FINALE

- Certificat Acteur PRAP IBC de l'INRS,
- Attestation de formation individualisée.

## INTERVENANT

- Formateur PRAP IBC certifié par l'INRS

## MODALITES D'EVALUATION

- Evaluation prédictive
- Evaluation formative
- Evaluation sommative
- Mise en situation de l'apprenant avec analyse critique.

## PUBLIC

- Tout âge, mixité de publics.

## PRÉ REQUIS

- Savoir lire et écrire,
- Compléter l'évaluation prédictive de la formation.

## DUREE DE L'ACTION DE FORMATION (EN HEURES ET EN JOURS)

- 1 jour soit 7 heures.

## PRAP ( Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) : Recyclage

### DELAI D'ACCES

- Inscription minimum 15 jours avant le début de la formation

### TARIFS

- Tarifs préférentiels dans le cadre des guides formations AKTO réseau OPCALIA-OCAPIAT-OPCO2i. Nous consulter.
- Tarif : 40€/ heure soit 280€/jour

### ACCESSIBILITE

- Etablissement ayant reçu un avis de la CCDSA relatif à l'accessibilité aux personnes handicapés.
- Ayant un point dérogatoire sur l'impossibilité technique d'accès à l'établissement par trois marches (Présentant un dénivelé de 0.46m).