

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

### Public visé :

Tout public, demandeurs d'emploi, salariés, chefs d'entreprise, et à tous ceux et celles ayant commis une infraction sanctionnée par un retrait de points

### Prérequis :

Aucun prérequis.

*Formation réglementée – accessible aux personnes en situation de handicap sauf affections médicales incompatibles avec l'obtention du permis de conduire.*

### Durée, dates, lieu, horaires

Durée : 14 heures en formation initiale ; 7 heures pour le maintien et l'actualisation des connaissances (recyclage)

Lieu : Saint-Pierre, Saint-Paul, Sainte-Marie, Saint-André selon les nécessités pédagogiques

Horaires : de 7h à 16h

Dates : *Entrées permanentes*

### Modalité d'organisation

Nombre de personne : 4 apprenants minimum / 12 maximum –

En présentiel, parcours individualisé selon niveau.

### Moyens techniques et pédagogiques :

Guide des données techniques et conduites à tenir INRS, document de référence PRAP, aide-mémoire PRAP ED 7201, vidéos de situations de travail, grille d'évaluation certificative acteurs PRAP, salles de cours équipées de moyens multimédias

Coût pédagogique : A partir de 270€  
- Exonéré de TVA.

### Objectifs :

Contribuer à la mise en œuvre de la prévention des risques liés à l'activité physique, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles et en maîtrisant les risques sur lesquels il est possible d'agir.

### Contenu (Cf. programme détaillé)

- ✓ Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- ✓ Observer et 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.
- ✓ Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

### Suivi – Évaluation

- Suivi et évaluation de la formation : feuille de présence
- En vue de l'obtention du certificat PRAP une épreuve certificative est proposée de façon à permettre une évaluation distincte de chaque compétence. Elles sont regroupées en situation d'évaluation qui correspondent au plus proche à des situations réelles de travail. Les compétences seront évaluées en fin de formation par le formateur PRAP en respectant les modalités définies et en s'appuyant sur les grilles d'évaluation de l'acteur PRAP.
- Mesure de la qualité globale de la formation, de l'atteinte des objectifs et de l'impact sur la partie théorique et pratique pour le stagiaire : enquête de satisfaction à chaud.

### Méthodes pédagogiques :

Pédagogie participative : Elle alternera les apports théoriques et les mises en situation professionnelles.

Le formateur suit un plan précis pour aborder progressivement tous les points du programme tant sur le plan théorique que pratique.

### Encadrement – Formateurs – Testeurs :

*Formateurs :* Equipe de 4 formateurs habilités INRS.

*Administratif :* Equipe administrative pour la gestion et le suivi des dossiers administratifs.

## Programme détaillé :

### Compétence 1

- ✓ 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
  - Reconnaître 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

### Compétence 2

- ✓ Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
  - Connaître le fonctionnement du corps humain et en repérer les limites
  - 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 potentielle
  - Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques

### Compétence 3

- ✓ 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
- ✓ 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 à l'ensemble de ses situations de travail
- ✓ Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention