



gesteformation

## Siège social

3, boulevard Montaigne  
24100 Bergerac

tel : 05.53.57.84.48  
fax : 05.53.58.12.41  
aea.1@wanadoo.fr

SIRET  
422 688 622 00022  
APE : 7022 Z

N° activité Formateur  
72 24 00998 24

## Antenne Alsace

4 place du Gal de Gaulle  
67370 GRIESHEIM /  
SOUFFEL  
06.07.74.31.37

## Antenne Auvergne

60 rue Gustave Flaubert  
03100 MONTLUCON  
06.22.33.30.01

www.aea24.com

formation continue

audit conseil

professionnalisation

ergonomie

accompagnement  
des équipes

qualité de vie  
au travail

prévention

# ACTEUR en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP) secteur IBC- Stage INTRA

## Public

Groupe (8 à 12 personnes maxi), salariés des secteurs Industrie Bâtiment Commerce

## Durée

2 jours (14 heures) non consécutifs  
Travail d'intersession à effectuer (analyse de situation de travail)

## Enjeux de la démarche PRAP

Réduire, voire supprimer, les risques liés à l'activité physique dans les situations de travail, cause de plus d'un tiers des AT et de près de 80% de MP  
Développer avec tous les partenaires du Réseau Prévention, l'autonomie de l'entreprise en matière de PRAP  
Déployer les bonnes pratiques de prévention jusqu'aux acteurs de terrain

## Objectifs de la formation

La formation PRAP doit permettre au personnel **d'être capable de** :

- ▶ Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
- ▶ Situer l'importance des atteintes à la santé (AT/MP) liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise
- ▶ Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- ▶ Détecter le risque d'atteintes à sa santé et les mettre en lien avec les éléments déterminant son activité physique
- ▶ Proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés, de participer à leur mise en œuvre et à leur évaluation

## Déroulé pédagogique

Présentation de la formation PRAP INRS - Tour de table et attentes

- ▶ Appréhender les notions de danger, risque, dommage, accident du travail (AT) et maladie professionnelle (MP) – Identifier la nature et l'importance des AT et MP dans son entreprise/branche professionnelle – Identifier les préjudices humains et économiques pour l'entreprise et son personnel
- ▶ Énoncer les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur – Identifier les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé – Identifier les facteurs de risques – Énoncer le fonctionnement de l'œil et identifier les sources de fatigue visuelle
- ▶ Appréhender la notion de situation de travail (individu, tâche, matériel, environnement) – Caractériser la place de l'activité physique (gestes, postures, efforts, déplacements avec ou sans charge) dans l'activité de travail
- ▶ Décrire les sollicitations dans son activité – Identifier les déterminants de l'activité physique – Faire le lien entre les dommages potentiels liés aux sollicitations et leurs déterminants.
- ▶ Proposer des pistes d'améliorations en s'appuyant sur les principes généraux de la prévention et sur les principes d'aménagement dimensionnel des postes de travail – Participer à la formalisation et à la hiérarchisation des pistes d'amélioration – Être capable de limiter les risques liés aux manutentions manuelles occasionnelles en appliquant les principes de base de sécurité et d'économie d'efforts.

## Évaluation

QCM anat./physio/bioméca/patho - Évaluation de la formation - Questions, satisfaction, attentes - Retour sur les attentes initiales

## Validation

Attestation de formation AEA

Les candidats ayant suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux évaluations obtiendront le certificat d'acteur PRAP délivré par l'INRS