

DEVENIR ACTEUR PRAP

Réf. : PRAP

CADRE RÉGLEMENTAIRE

- Permettre aux Chefs d'entreprise de satisfaire aux dispositions réglementaires définies par les recommandations R 61-61, R72-01 et R231-71 et selon l'ED 840

PUBLIC

- Toute personne amenée à étudier les postes de travail et apporter des actions ergonomiques dans un souci de maîtrise des TMS.

PRÉ-REQUIS

- Etre âgé de plus de 18 ans
- Savoir lire et comprendre le français

OBJECTIFS

- Etre capable d'appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention
- Connaître les techniques de gestes et postures au travail adaptées pour diminuer la fréquence d'accidents
- Maîtriser toutes les techniques de manutention manuelle ou de posture.
- Savoir Analyser une situation de travail

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Animation du stage par un formateur qualifié et expérimenté
- Supports documentaires et pédagogiques récents, et constamment actualisés
- Illustrations dynamiques avec supports vidéos

EVALUATION & VALIDATION DES ACQUIS

- Evaluation des connaissances en fin de formation sous forme de Quizz
- Bilan et Evaluation individualisés par entretien avec le formateur Délivrance d'une attestation de fin de formation

PÉRIODICITÉ

- Recyclage tous les 2 ans sur 1 journée

PROGRAMME

CONTENU PÉDAGOGIQUE

Présentation des textes réglementaires, des responsabilités de l'opérateur.

Formation théorique sur les thèmes suivants :

- Statistiques des accidents de travail et les maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires
- Prévention
- Schéma corporel : notions d'anatomie, physiologie et biomécanique du rachis
- Notions élémentaires appliqués : le squelette, les membres supérieurs, inférieurs et le tronc, la musculature, la colonne vertébrale, les vertèbres, les articulations, le disque vertébral
- Apprentissage du verrouillage lombaire
- Principes généraux de manutention et application au poste de travail. Éducation gestuelle
- Les conditions d'utilisation de l'équipement de protection individuelle (EPI)
- Notions d'ergonomie, d'effort et de fatigue

TRAVAUX PRATIQUES

- Démonstration et réalisation sur le site
- Modifications des habitudes, choisir les prises
- Proposition d'aménagements et conseils
- Les gestes à éviter
- Principe d'économie d'effort : approche de l'organisation du poste de travail par le principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne préhension de la charge
- Manipulations de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement)



Modalités :
Intra-entreprise



Session :
4 à 8 stagiaires



Durée :
2 à 3 j



Prix :
Nous consulter

Date et Lieu : Nous consulter

GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL

Réf. : GEST

CADRE RÉGLEMENTAIRE

- Permettre aux Chefs d'entreprise de satisfaire aux dispositions réglementaires définies par les recommandations R 4541-2 et R231-71

PUBLIC

- Toute personne appelée à effectuer de la manipulation manuelle de charges

PRÉ-REQUIS

- Être âgé de plus de 18 ans
- Savoir lire et comprendre le français

OBJECTIFS

- Être capable d'appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention
- Connaître les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la fréquence d'accidents

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Animation du stage par un formateur qualifié et expérimenté
- Supports documentaires et pédagogiques récents, et constamment actualisés
- Illustrations dynamiques avec supports vidéos

ÉVALUATION & VALIDATION DES ACQUIS

- Les stagiaires sont évalués en théorie (quizz) et en mise en situation pratique (parcours...)
- Bilan et Evaluation individualisés par entretien avec le formateur
- Délivrance d'une attestation de fin de formation

PÉRIODICITÉ

- Recyclage préconisé tous les 2 ans

PROGRAMME

CONTENU PÉDAGOGIQUE

Présentation des textes réglementaires, des responsabilités de l'opérateur.

Formation théorique sur les thèmes suivants :

- Les statistiques des accidents de travail et les maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires
- Notions élémentaires d'anatomie et de physiologie appliquée (le squelette, les membres supérieurs, inférieurs et le tronc, la musculature, la colonne vertébrale, les vertèbres, les articulations, le disque vertébral)
- Les accidents de la colonne vertébrale
- Prévention des accidents
- Les conditions d'utilisation d'EPI (Équipement de Protection Individuelle)
- L'éducation gestuelle : les bons gestes et les bonnes postures selon les objets à manipuler ou gestes à effectuer
- Les positions au poste de travail
- Notions d'ergonomie
- Notions d'effort et de fatigue
- Évolutions des lésions

TRAVAUX PRATIQUES

- Principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne saisie de la charge
- Choix des prises
- Manipulations de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement)
- Les postes de travail
- Approche de l'organisation du poste de travail par le principe d'économie d'effort



Modalités :
Intra-entreprise



Session :
4 à 10 stagiaires



Durée :
1 à 2 j



Prix :
Nous consulter

Date et Lieu : Nous consulter