



Taux de réussite  
**100%**



### Durée

2 jours (14h00) non consécutifs  
Réparties si possible sur 3 semaines



### Pour qui ?

Toute personne qui travaille dans l'industrie, le bâtiment, le commerce

### Effectif

De 10 personnes maximum



### Objectifs

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique de son entreprise,
- Connaître les risques de son métier,
- Savoir observer et analyser sa situation de travail,
- Connaître le fonctionnement du corps humain,
- Analyser sa situation de travail et apporter des pistes d'amélioration.

## PROGRAMME

### COMPRENDRE L'INTERET DE LA PREVENTION

- Le dispositif PRAP,
- Définitions AT/MP,
- Statistiques nationales et de l'entreprise,
- Conséquences pour le salarié et l'entreprise (cout humain, social et financier).

### CONNAITRE LES RISQUES DE SON METIER

- Qu'est-ce que l'activité physique ?
- Notion de danger et de risque,
- Connaître les risques de son métier,
- Savoir repérer les dangers et les situations à risques.

### FONCTIONNEMENT DU CORPS HUMAIN

- Corps humain et son fonctionnement,
- Facteurs agissant sur la santé,
- Facteurs aggravants des TMS,
- Les TMS,
- Atteintes et lésions.

### OBSERVER ET ANALYSER SA SITUATION DE TRAVAIL

- Méthodes d'analyse de travail,
- Identifier les risques de son travail,
- Proposition d'améliorations de post,
- Travail intersession ( analyse d'une situation de travail).

### PRINCIPES DE SECURITE ET D'ECONOMIES D'EFFORTS

- Aide technique à la manutention,
- Apprentissage des gestes.

### VALIDATION DE LA FORMATION

Evaluation des connaissances permettant la délivrance d'un certificat PRAP IBC (valable 24 mois).  
Une remise en main propre d'une attestation de stage à l'issue de la formation sous réserve de satisfaction des critères d'évaluation

### MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Livret PRAP, fiche d'observation d'une situation de travail, divers documents.  
Pour la pratique : caisses et autres objets

### METHODES PÉDAGOGIQUES :

Démonstrative, participative, applicative, pratiques, exercices individuels et groupe, applications concrètes d'études de cas

05 56 05 34 98

www.ac2f.fr  
contact@ac2f.com

101, avenue René Antoune  
33320 EYSINES