

FORMATION GESTES ET POSTURES

FORMATION PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES (PRAP)



La formation PRAP (Prévention des Risques liés aux Activités Physiques) vise, par le biais de la prévention, la prise de conscience des personnels de l'entreprise de l'importance des conséquences et des impacts sur la santé des risques au travail. Cette formation se décline en PRAP 2s et PRAP IBC.

1. Durée de la formation

2 jours

2. Principes généraux de prévention

- Les PGP
- La législation
- Les objectifs de la prévention

3. Conséquences des risques liés à l'activité physique

- Les accidents du travail (les accidents dus aux manutentions manuelles représentent 1/3 des AT)
- Les maladies professionnelles (3/4 des maladies professionnelles reconnues sont la conséquence de manutentions manuelles)
- La nature des lésions
- Le cout humain
- Le cout direct
- Le cout indirect

4. Atteintes à la santé

- Eléments d'anatomie
- Eléments de physiologie du comportement
- Eléments de physiopathologie

5. Prévention

- Les Principes de sécurité physique et d'économie de l'effort
- L'activité physique au poste de travail

- L'aménagement du poste de travail
- Les manutentions manuelles
- Les exercices physiques de compensation
- La relaxation musculaire

6. Education gestuelle spécifique

- Analyse des situations de travail
- Recherche de solutions ergonomiques
- Mises en situation