

# Prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP IBC)

**Public** : L'ensemble du personnel, aucun prérequis nécessaire à la formation

**Effectif** : 10 personnes maximum

**Durée** : 14 heures

**Prix de vente** : Contactez-nous pour un devis

## Contenu :

- **Etre capable de caractériser l'activité physique dans la situation de travail**
  - Appréhender la notion de situation de travail
  - L'activité physique (geste, posture, efforts, déplacements avec ou sans charge) dans sa situation de travail, combinée aux activités perceptives et mentales
- **Etre capable de 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 ou l'établissement**
  - Les notions de danger, la situation dangereuse, dommage, risque, accident du travail et maladie professionnelle
  - Identifier la nature et l'importance des AT et des MP liés à l'activité physique dans son entreprise ou établissement, dans la branche professionnelle et/ou au plan national
  - Identifier les préjudices humains et économiques pour l'entreprise ou l'établissement et son personnel
- **Etre capable de caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain**
  - Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
  - Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
  - Les différents facteurs de risques : biomécaniques, psychosociaux et ceux liés à l'environnement physique (vibrations, froid, bruit, éclairage)
  - Les principaux éléments du mécanisme de la vision et identifier ses atteintes (fatigue visuelle)
- **Etre capable de détecter les risques d'atteintes à la santé et de les mettre en lien avec les éléments déterminant son activité physique**
  - Décrire les sollicitations de l'appareil locomoteur dans son activité
  - Identifier les déterminants de son activité
  - Faire le lien entre les atteintes à sa santé et les déterminants de son activité physique
- **Etre capable de proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés, de participer à leur mise en œuvre et à leur évaluation**
  - Proposer des améliorations en s'appuyant sur les principes généraux de prévention
  - Proposer des améliorations techniques ou organisationnelles en s'appuyant sur les principes de base d'aménagement des postes de travail
  - Appréhender la portée et les limites des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle de charges inertes

