

LA PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE (P.R.A.P.)

La première démarche de prévention face aux risques liés à l'activité physique passe par l'information et la formation de l'ensemble du personnel.

L'objectif est de donner la capacité aux opérateurs de réaliser leur travail dans les meilleures conditions possibles et de proposer des pistes d'amélioration de leur environnement.



LA MANUTENTION EST L'UN DES FACTEURS DE RISQUE LE PLUS IMPORTANT DANS LES ENTREPRISES.

EN EFFET, SELON LES STATISTIQUES 2002 DE L'INRS :

35% DES ACCIDENTS DE TRAVAIL SONT DUS À LA MANUTENTION MANUELLE,

77% DES MALADIES PROFESSIONNELLES ONT POUR ORIGINE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE.

(Référentiel PRAP INRS)

Contexte légal :

Selon l'article R231-67 du décret n°92-958 du 3 septembre 1992 relatif à la manutention manuelle, "L'employeur doit prendre les mesures d'organisation appropriées ou utiliser les moyens adéquats, afin d'éviter le recours à la manutention manuelle de charges par les travailleurs".

Public concerné :

Tous les salariés des entreprises publiques ou privées effectuant des manutentions et travaillant sur des postes spécifiques, l'encadrement ainsi que les personnes qui ont la charge de la sécurité dans les entreprises.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, les salariés devront être capables de :

- 1. Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à l'activité physique*
- 2. Identifier et caractériser les risques liés à la manipulation, au transport manuel de charges, aux postures de travail et aux gestes répétitifs, en utilisant des connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain*
- 3. Identifier les éléments déterminants des gestes et des postures de travail*
- 4. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents, en fonction de la situation de travail*
- 5. Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques identifiés*

Contenu pédagogique :

Objectifs et dispositifs de formation.

Définitions de base (risque, accident du travail, maladie professionnelle, TMS...).

Statistiques nationales et de l'entreprise sur les accidents du travail et les maladies professionnelles dus à l'activité physique.

Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie.

L'activité et la fatigue.

Énoncé des facteurs aggravants entraînant la détérioration du fonctionnement articulaire.

Énoncé des quatre principales lésions relatives au disque intervertébral.

Énoncé des astreintes musculaires, tendineuses et ligamentaires.

Énoncé des principales lésions provoquées par l'hyper-sollicitation des membres supérieurs et inférieurs.

Les éléments déterminants.

Notion d'ergonomie.

Observation et analyse d'une situation de travail.

Aménagement dimensionnel du poste de travail (position debout, position assise, alternance position assise, position debout, situation de travail dynamique, zone de travail, adaptation des outils).

Méthodes pédagogiques :

Cette formation alterne des modules en salle avec des apports de connaissances et des périodes en situation de travail pour mettre en pratique les acquis.

Effectif : 6 à 8 personnes.

Durée de formation :

12 heures à moduler selon la demande.

Pour de plus amples renseignements, contactez l'assistante de coordination de notre Département de Prévention au 01.60.23.93.43.

Vous pouvez également demander conseil à votre Médecin du Travail, il vous aidera à déterminer vos besoins et à prendre les mesures nécessaires pour répondre à votre demande.