

Initiation au PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique)

Plus de 80% des maladies professionnelles reconnues aujourd'hui en France relèvent de pathologies de types troubles musculosquelettiques (TMS) et touchent l'ensemble du corps. La formation gestes et postures permet de répondre aux enjeux cruciaux soulevés par les risques liés aux activités physiques de travail.

Objectifs

Appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention, appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la

Public Visé

Toutes les personnes appelées à effectuer au cours de leur travail la manipulation manuelle de charges.

Pré Requis

Maîtrise de la langue française

Objectifs pédagogiques

Appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention, appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la fréquence des accidents, atténuer la fatigue et améliorer les compétences professionnelles.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Exposés et discussions étayés de textes illustrés par diaporamas et films.
- Remise à chaque stagiaire d'un document écrit.
- Apports pratiques sous forme d'exercices en sous-groupes : mise en application des thèmes théoriques et pratiques.
- Contrôle des connaissances théoriques et pratiques.

Parcours pédagogique

- Statistiques des accidents du travail et des maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquée
- Notions d'effort et de fatigue
- Évolution des lésions
- Principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne appréhension de la charge
- Choix des prises
- Manipulation de charges diverses (charges spécifiques à l'établissement)
- Étude et analyse du poste de travail

Méthodes et modalités d'évaluation

Tests théorique et pratique.

Modalités d'Accessibilité

Pour tout renseignement merci de nous contacter.

HP Formation - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 82010117601

HP Formation

Europe Parc - Z.A les 2 B 380 Chemin de Derontet
01360 BELIGNEUX
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

18 rue Newton
38550 SAINT Maurice l'Exil
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

330 Rue Hilaire
26 700 PIERRELATTE
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

N° SIRET : 501 530 380 000 28 - N° TVA : FR 96501530380 - Code APE : 8559A - N° Déclaration d'Activité : 82010117601



Durée

7.00 Heures

1 Jour

Effectif

De 4 à 12 Personnes

HP Formation - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 82010117601

HP Formation

Europe Parc - Z.A les 2 B 380 Chemin de Derontet
01360 BELIGNEUX
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

18 rue Newton
38550 SAINT Maurice l'Exil
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

330 Rue Hilaire
26 700 PIERRELATTE
Tél. +33(0)4.72.25.45.45 - administratif@hp-formation.fr

N° SIRET : 501 530 380 000 28 - N° TVA : FR 96501530380 - Code APE : 8559A - N° Déclaration d'Activité : 82010117601