

### PROGRAMME

**ATTENTION : Ce programme sera adapté précisément en fonction de vos besoins, des activités exercées et du personnel concerné.**

#### Séquence 1 : se situer en tant qu'acteur PRAP

- ◆ Comprendre l'intérêt de la prévention :
  - ◇ Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement ;
  - ◇ Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles ;
  - ◇ Connaître les risques de son activité.
- ◆ Comprendre le phénomène d'apparition du risque :
  - ◇ Reconnaître les principaux risques de son activité et les effets induits ;
  - ◇ Repérer, dans son activité, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

#### Séquence 2 : Observer et analyser sa situation de travail

- ◆ Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique :
  - ◇ Connaître le fonctionnement du corps humain ;
  - ◇ Repérer les limites du fonctionnement du corps humain ;
  - ◇ Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé.
- ◆ Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé :
  - ◇ Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité ;
  - ◇ Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique potentiels ;
  - ◇ Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels.

#### Séquence 3 : Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise

- ◆ Proposer des améliorations de sa situation de travail :
  - ◇ A partir des causes identifiées au cours de son analyse ;
  - ◇ En agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail ;
  - ◇ En prenant en compte les principes généraux de prévention.
- ◆ Faire remonter l'information aux personnes concernées :
  - ◇ Identifier les personnes concernées ;
  - ◇ Utiliser les modes de communication et de remontée d'information ;
  - ◇ Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort ;
  - ◇ Connaître et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail ;
  - ◇ Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention.

### OBJECTIFS

- Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique ;
- Etre capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain ;
- Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

### PUBLIC

- Cette formation s'adresse au personnel de votre établissement.

### DURÉE ET LIEU

- 14 heures sur 2 jours pour 10 à 12 participants sur votre site, adaptables à vos besoins ;
- Note : une mise à jour des compétences sera nécessaire tous les 24 mois.

### MÉTHODE ET OUTILS

- Apports théoriques : présentation PowerPoint, flyer, vidéo ;
- Réalisation, par les stagiaires, de cas pratiques en rapport avec les thématiques théoriques abordées, mises en situation ;
- Echanges, questions-réponses, tours de table ;
- Des documents sur les thématiques de la formation pourront être remis aux stagiaires ;
- Une attestation de formation vous sera transmise pour être remise à chaque stagiaire.