

## Objectifs

- Situer l'importance des risques et les enjeux pour l'entreprise
- Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail
- Reconnaître les risques et les dommages liés à l'activité physique
- Identifier les éléments déterminants de son activité physique
- Proposer les améliorations susceptibles de réduire les risques et participer à leur mise en œuvre

## Contenus « Conformes au programme national et aux documents de référence définis par l'INRS »

### Description de sa situation de travail et place de l'activité physique

- Diagnostiquer les dommages liés à l'activité physique en milieu professionnel (accidents du travail et atteintes de la santé)
- Expliquer les enjeux humains et économiques

### Les différents acteurs de la prévention de l'entreprise

- Identifier les dangers et évaluer les risques liés à l'activité physique, en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- Comprendre les différentes causes d'exposition aux risques
- Identifier les éléments qui déterminent l'activité physique en situation de travail

### Les aides techniques à la manutention

- Etablir des propositions d'amélioration susceptibles d'éviter, de réduire ou de supprimer les risques liés à l'activité physique
- Alerter sur l'existence de risques encourus
- Savoir limiter les risques liés à la manutention manuelle de charges, en appliquant les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort

## Méthodes pédagogiques et évaluation

- Pédagogie interactive, avec apport de connaissances et mises en situation proches de l'activité réelle des stagiaires : porter un regard critique sur son environnement de travail et proposer des idées d'amélioration
- Possibilité d'insister sur un thème du secteur professionnel spécifiques
- Supports pédagogiques écrits et audiovisuels, conçus pour un public peu ou pas lecteur
- Aide-mémoire INRS

**Evaluation continue** théorique et pratique conforme au document de référence PRAP INRS.

Certificat « Acteur PRAP IBC », valable au maximum 24 mois, délivré au candidat ayant suivi la totalité de la formation et ayant satisfait à l'évaluation continue certificative, questionnaire de satisfaction.

⇒ **Bon de commande ou devis téléchargeable sur le site**

### Durée et amplitude :

2 jours / 14 heures.  
Horaires :  
8h30-12h00 / 13h00 – 16h30

### Lieu :

ALVEOLE  
1011 rue des Glières  
74800 St Pierre en Faucigny /  
ou en Entreprise.

### Public et conditions

**d'accès :** salarié.e.s  
d'entreprises et SIAE, en  
poste

### Prérequis :

Savoir lire, parler, écrire en  
Français et utiliser les 4  
opérations : addition,  
soustraction, division,  
multiplication

### Intervenant.e.s :

Formateur PRAP habilité par  
l'INRS (Institut National De  
Recherche et de Sécurité) et  
Chantier École National

### Dates et délais d'accès:

Nous contacter, prévoir  
3 semaines de délais

### Contact et Inscription + Accessibilité personnes

**handicapées :** Pôle ASP  
d'Alvéole :

[accompagnement-  
pro@alveole.fr](mailto:accompagnement-pro@alveole.fr)

### Tarifs : 160 € par personne

### Résultats : taux de réussite : 88 %