

## OBJECTIFS

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- Observer et Analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain afin d'identifier les atteintes à la santé susceptible d'être encourues
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

## PUBLIC

- Tous salariés des secteurs de l'industrie, du bâtiment et du commerce

## PREREQUIS

- Aucun

## PROGRAMME

- Les risques, les accidents du travail, les maladies professionnelles
- Les statistiques : les accidents du travail et les maladies professionnelles
- Les principes de la prévention des risques
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie
- Les gestes et postures dans les postes de travail
- Les éléments déterminants de l'activité physique;
- Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail.
- Observation et analyse d'une situation de travail ;
- Identification des gestes et des postures sur les postes du travail
- Identification des déterminants
- Analyse des déterminants
- Proposition d'amélioration
- Les principes de base d'économie d'effort.

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports didactiques, travaux en sous-groupe et exercices pratiques
- Après un apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuels, le travail sera transféré des études de cas sur le terrain
- Des documents supports seront mis à disposition des stagiaires pour la réalisation des travaux, et une fiche de proposition d'amélioration sera réalisée et remise à l'équipe du groupe de travail.

## EVALUATIONS

- Grille d'évaluation du référentiel de l'INRS
- Certificat "Acteur PRAP" délivré par l'INRS valable 2 ans

## INFORMATIONS

- Durée : 2 jours / Ref : FIPR
- Formation assurée par notre partenaire Vis Ta Form' habilité par le réseau prévention sous N° 782005/2015 /Prap-IBC-01/O/11. Vis Ta Form' reste responsable de cette action dans son intégralité, de la fiche programme à la délivrance du certificat et de l'attestation de fin de formation.

## CONTACTS

Saïd COHEN  
06.60.72.54.67  
contact@c2s-formation.fr

C2S Formation  
3, rue des hauts d'Artigny  
37530 CHARGE  
N° SIRET : 80916750500019

Site internet  
[www.c2s-formation.fr](http://www.c2s-formation.fr)