

PROGRAMME

Acteur PRAP IBC

Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau

Formation initiale conforme au référentiel V9.01/2021

La durée

- ✗ 2 jours (14 heures)
- ✗ Si les 2 jours sont disjoints : 20 mn de travail personnel en intersession

Les participants

- ✗ Salariés exerçant des manutentions manuelles (manipulations d'objets répétitives ou occasionnelles, transports manuels) ou des activités de type administratif impliquent un travail à composante principale statique, engendrant des postures contraignantes (exemple : travail devant écran de visualisation).
- ✗ Aucun prérequis.
- ✗ 1 à 10 stagiaires

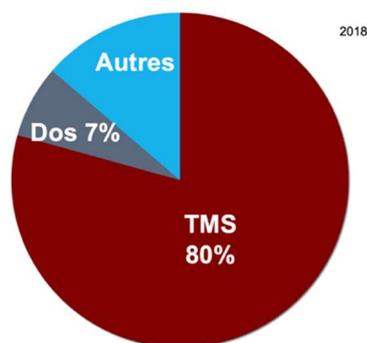
Les modalités de formation

- ✗ Formation en présentiel.

Le contexte

Les TMS demeurent un enjeu de santé majeur :

Nature des maladies professionnelles reconnues



La formation PRAP correspond à la recommandation de la Cnam pour prévenir les TMS.

Elle est sanctionnée par un certificat national « d'Acteur Prévention des Risques liés à l'activité Physique » délivré par l'INRS.



Accessibilité de la formation :

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques. Notre Référent Handicap est chargé d'organiser leur accueil :
Mathilde ☎ 06 75 633 640
✉ fpcsudouest@gmail.com



Certifié QUALIOP1 – N° FRO60805-2
Certifié VERISELECT – N° FRO56695-1

FPC Sud Ouest

actions de Formation, Prévention et Conseil pour la réduction des risques professionnels

- 🌐 www.fpcso.com
- 📍 9 rue Sébastopol
31000 Toulouse
- ☎ 06 75 63 36 40
- ✉ fpcsudouest@gmail.com

SARL au capital de 10 000 €

Siret 478 622 632 00014

RCS Toulouse

APE 8559A

N° existence 73.31.04326.31

N° assurance RCP 300010020

Référents

Accueil / handicap / administratif :

Mathilde ☎ 06 75 63 36 40

✉ mathilde.dates@gmail.com

Pédagogie / qualité :

Christian ☎ 06 52 01 54 60

✉ cerisere.christian@neuf.fr

Protection données personnelles :

Justine ☎ 07 55 77 21 14

✉ jdeduitfpc@gmail.com

Formateurs

Christian, Philippe, Pascal

Les objectifs de la formation

- ✗ Réduire les accidents du travail et maladies professionnelles liés à l'activité physique
- ✗ Mettre à jour le « Document Unique de prévention des risques » avec des risques factuels observés par les opérateurs dans leurs situations de travail réelles

Les objectifs pédagogiques

Être un acteur de la prévention dans sa structure en :

- ✗ Détectant des risques physiques et en proposant des pistes d'amélioration,
- ✗ Informant la hiérarchie ou le référent
- ✗ Mettant en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts,
- ✗ Utilisant les aides à la manutention présentes dans la structure

Le lieu

- ✗ Dans une salle de l'entreprise disposant de 4m² par personne avec la possibilité d'écrire (table + chaise)
- ✗ Le groupe doit dans la mesure du possible pouvoir accéder aux lieux de production pour observer les situations de travail et faire le tour des aides à la manutention disponibles.

Le formateur

Christian Cerisère, formateur PRAP IBC certifié par l'INRS

- ✗ Mastère spécialisé (bac+6) en prévention des risques technologiques – Institut National Polytechnique de Toulouse (ENSIACET)

Membre du Réseau Prévention de la CNAM TS et des CARSAT depuis 2009 :

- ✗ 2009 : Formateur PRAP IBC et SST
- ✗ 2011 : Formateur PRAP 2S et APS ASD
- ✗ 2014 : Formateur animateur Prévention HAPA
- ✗ 2015 : Formateur de formateurs PRAP
- ✗ 2016 : Formateur animateur Prévention
- ✗ 2017 : Formateur APS Transport et SEIRICH
- ✗ 2018 : Formateur animateur Aide et Soins à domicile et formateur PRAP Petite Enfance
- ✗ 2021 : Formateur ALM « Accompagner La Mobilité »

Intervenant dans des formations CSE/CHSCT depuis 2012 et agréé par la Préfecture de Région depuis 2014
Sauveteur Secouriste depuis 2006 et Secouriste en santé mentale depuis 2021

Les outils pédagogiques

Les outils pédagogiques issus de l'observation préalable des situations de travail

- ✗ Préalablement à la 1ère journée de formation intra entreprise, le formateur observe des situations de travail des futurs stagiaires dans le but de :
 - Recueillir des photos et films de situations réelles, utilisés au cours de la formation
 - Etablir sa stratégie de formation en fonction des principaux types de risques observés
- ✗ Lorsque plusieurs sessions de formation sont organisées au sein d'un établissement, une seule observation préalable suffit

Les documents à fournir par l'entreprise :

(Lorsque celle-ci dispose de ces informations et documents, préalablement)

- ✗ La liste exhaustive des accidents de l'année précédente et de l'année en cours avec si possible indication de la cause (chute, ...) et de la durée de l'arrêt de travail
- ✗ Les maladies professionnelles déclarées au cours des 3 dernières années
- ✗ Le Document Unique d'évaluation des risques (s'il est volumineux, la partie concernant les stagiaires ou la majorité d'entre eux)
- ✗ S'il en existe, la procédure ou la fiche permettant de signaler un risque, fait indésirable, etc.

NB : L'intervenant est soumis à une obligation de confidentialité

Les autres outils pédagogiques :

- ✗ Cours PowerPoint, vidéoprojecteur
- ✗ Films INRS « Sur le chemin de la prévention », « Vues de dos », « Les principes généraux de prévention »
- ✗ Fiche d'observation et d'analyse des situations de travail dangereuses
- ✗ Pour la partie Principe de sécurité physique et d'économies d'efforts : caisses, éléments manipulés par les stagiaires.

Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

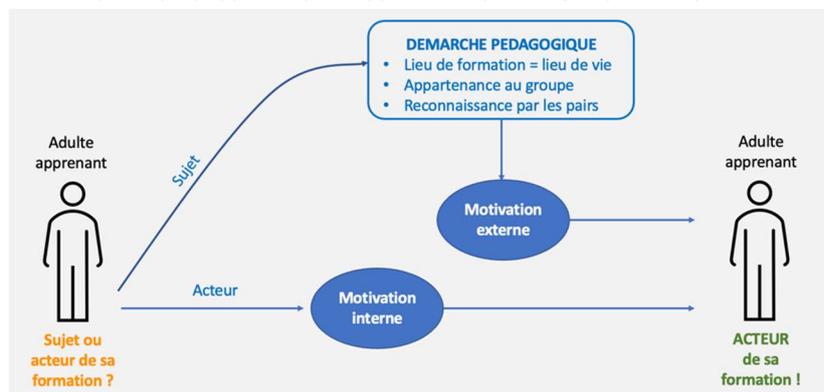
- ✗ Travail préalable à la formation : Nous demandons aux futurs stagiaires de répondre à un questionnaire préalable à la formation et de prendre des photographies d'une situation de travail qu'ils jugent « problématique ». En général les participants à des formations PRAP ont été désignés et n'ont pas d'attente vis-à-vis de la formation. Le questionnaire et la réflexion sur le caractère « problématique » d'une activité, préalables à la formation, ont pour objectif de développer des attentes concrètes vis-à-vis de la formation, ingrédients d'une motivation interne.
- ✗ Exposés et discussions
- ✗ Création de la carte mentale des facteurs de mal de dos et TMS : Grâce à l'IRM, au développement des neurosciences et à l'INSERM, nous en savons aujourd'hui beaucoup plus sur les phénomènes de mémorisation qu'il y a 10 ans. Et notamment que la « Mémoire » n'est pas constituée par un lieu unique de stockage mais par la mise en relation de différentes « armoires mémorielles » spécialisées. Plus une information est stockée sous des formes diverses dans différentes mémoires, plus elle est susceptible de résister à l'érosion du temps. Ainsi, si les exposés avec PowerPoint utilisent la mémoire sémantique, la carte mentale imprime la mémoire procédurale. Le travail en équipe peut quant à elle mobiliser la mémoire épisodique.
- ✗ Choix d'une situation de travail par chaque apprenant, analyse et exposé de son travail : D'une part les apprenants sont actifs pendant leurs apprentissages, ce qui assure un taux de mémorisation élevé.



D'autre part, même si chaque apprenant travaille sur une situation de travail choisie, celle-ci s'inscrit dans l'espace commun et peut correspondre au vécu d'autres apprenants formés



Ces éléments d'utilité sociale de l'apprenant peuvent constituer des éléments de motivation externe pour un stagiaire qui ne serait pas a priori motivé par la formation : « Je participe, j'apprends pour apporter ma part au groupe et me faire reconnaître ».



Le contenu du programme

1ere journée : Appréhender les enjeux de la prévention. Observer et analyser UNE situation de travail.

L'acteur PRAP = Acteur de prévention des risques physiques

- ✗ Enjeux humains, économiques et règlementaires de la santé et sécurité au travail



Les apprenants motivent les écarts de sinistralité entre la sinistralité de leur structure et celle des entreprises du NAF

- ✗ Rôles des acteurs de prévention externes et internes



Les apprenants identifient les acteurs et leurs rôles avec le jeu de cartes Acteurs & Missions dérivé du jeu des 5 familles du CNFPT

- ✗ Risques du métier



Les apprenants déduisent les risques de l'examen des accidents et de la consultation du DUERP

Les risques liés à l'activité physique

- ✗ Fonctionnement du corps humain
- ✗ Atteintes à la santé du dos et des articulations des membres supérieurs
- ✗ Limites du fonctionnement du corps humain

L'observation de sa situation de travail en prenant en compte sa complexité

- ✗ Identification des activités physiques, perceptives et mentales
- ✗ Fiche d'observation et d'analyse des situations de travail dangereuses



Les apprenants questionnent le formateur pour renseigner la partie OBSERVATION de la fiche

L'analyse de situations de travail

- ✗ Identifier les sollicitations associées à des étapes de réalisation du travail
- ✗ Repérer les risques et les évaluer
- ✗ Identifier les causes des sollicitations



Les apprenants en grand groupe, puis en sous-groupes de plus en plus réduits, analysent des situations de travail filmées

Travail intersession : 20 mn

- ✗ Prendre des photos ou filmer une situation de travail ou la reconstitution d'une situation de travail comportant des gestes répétitifs, des manutentions, des postures statiques contraignantes et recueillir les informations factuelles (poids, dimensions, distances, répétitivité...).

2^{ème} journée : Observer et analyser SA situation de travail et proposer des améliorations

L'analyse de l'une de ses situations de travail



Chaque apprenant analyse une de ses situations de travail. Il peut aider ses collègues et se faire aider

La formulation de propositions d'amélioration

- ✗ A partir des causes des sollicitations
- ✗ A partir des déterminants généraux de la situation de travail
- ✗ A partir d'une approche technique / organisationnel / humain



Chaque apprenant complète son analyse par des propositions d'amélioration de la situation de travail

- ✗ Par l'utilisation des techniques « Gestes & Postures »



Les apprenants mettent en œuvre ces techniques sur leur lieu de travail

- ✗ Par l'utilisation des aides techniques et à la manutention existantes



Les apprenants font un REX (retour d'expérience) de l'utilisation des aides techniques dans le cadre d'une visite des locaux : causes de leur utilisation, de la non utilisation, avantages et limites...

La remonté des informations pertinentes aux personnes concernées

- ✗ Personnes concernées
- ✗ Modalités de la transmission et du suivi



Chaque apprenant présente son analyse. Puis il complète l'éventuel outil de remonté d'information en vigueur dans l'entreprise.

La certification des compétences



Chaque apprenant réalise l'analyse certificative

L'évaluation des compétences

Capacité à analyser une situation de travail et proposer des pistes d'amélioration

Le suivi

- ✘ Les stagiaires qui ont suivi l'intégralité de la formation et ont réussi l'évaluation des compétences, reçoivent un certificat national Acteur PRAP



*Taux de réussite moyen du 01/01/2018 au 31/12/2021 des apprenants ayant participé à la totalité de la formation = **97%***

- ✘ Compte rendu de formation intégrant les analyses et les propositions d'amélioration des stagiaires