

PROGRAMME DE FORMATION PRAP

PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Permettre aux salariés d'acquérir les compétences nécessaires pour participer à la maîtrise des risques liés à l'activité physique, en appliquant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort.

DURÉE

14 heures (2 jours).

PUBLIC CONCERNÉ

Tout salarié exposé aux manutentions manuelles ou aux postures contraignantes répétitives.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

La formation est ouverte toute l'année. Délai moyen pour débiter : 30 jours ouvrés après le premier contact (hors délai de rétractation).

TARIF

Nous contacter.

LIEU

Formation réalisée en présentiel.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques (présentations, vidéos), échanges interactifs, mises en situation pratiques et études de cas. Formateur certifié PRAP.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation des acquis tout au long de la formation, mises en situation pratiques, et validation par le formateur certifié PRAP.

SUIVI DE L'EXÉCUTION

Remise d'une attestation de formation indiquant les objectifs, la nature et la durée. Supports transmis par voie numérique sécurisée.

ACCESSIBILITÉ

Pour toute demande spécifique liée au handicap, nous contacter à contact@adelstar.fr pour étudier les modalités d'adaptation.

CONTENU DE LA FORMATION

- Sensibilisation aux risques liés à l'activité physique.
- Connaissance de l'anatomie et de la biomécanique.
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Observation et analyse des situations de travail.
- Proposition de pistes d'amélioration.
- Mise en pratique et adaptation aux postes de travail.