

# MANUEL DU FORMATEUR PRAP



**A destination des formations ACTEURS PRAP IBC  
mises en œuvre pour les élèves, les apprentis et les  
enseignants de la formation initiale**

**Ce manuel a été rédigé à partir du document de référence de la PRAP 2016-2017, par un groupe de formateurs de formateurs de la formation initiale, sous contrôle de l'INRS et de l'Equipe Pédagogique Nationale.**

Suite aux modifications apportées en 2016 au document de référence PRAP par l'Equipe Pédagogique Nationale, une mise à jour du manuel diffusé en 2015 s'est avérée nécessaire.

Certaines compétences ont été légèrement modifiées, des points nouveaux apparaissent (charge mentale et charge émotionnelle / mise en évidence de la dominance de l'analyse de la situation de travail par rapport aux manutentions / glissement de certains contenus dans d'autres compétences...)

Certains retours des formateurs de formateurs qui ont utilisé le manuel 2015 ont été profitables pour l'amélioration du manuel 2016.

# SOMMAIRE du manuel de formateur

<b>1- Organisation de la formation</b>	Page 5
<b>2- Explicitation du référentiel de compétences de la formation PRAP</b>	Page 6
<b>Contenus par domaines de compétences</b>	Page 7 à 16
<b>3- Proposition de déroulement de la formation PRAP</b>	Page 17 à 19
<b>4- Validation de la formation PRAP</b>	Page 20
<b>4-1 Modalités de la validation PRAP</b>	Page 21
<b>4-2 FICHE de suivi et d'évaluation FORMATIVE : Acteur PRAP IBC</b>	Page 22 à 24
<b>4-3 FICHE d'évaluation CERTIFICATIVE : Acteur PRAP IBC</b>	Page 25 à 27
<b>4-4 Les cas particuliers</b>	Page 28
<b>ANNEXES</b>	
<b>Présentation des supports et du matériel spécifique préconisés pour la formation</b>	Page 29 à 32
<b>Guide d'utilisation du livret d'évaluation de l'Acteur PRAP</b>	Page 33 à 52

Ce document est conçu à l'usage du formateur PRAP IBC pour l'accompagner lors de la mise en place d'une formation intégrée dans certains diplômes professionnels du ministère de l'Education Nationale.

Il doit lui permettre :

- d'appréhender le référentiel de compétences PRAP,
- d'utiliser les fiches d'évaluations certificatives proposées par l'INRS en vue de valider les compétences de la PRAP lors d'une action de formation.

Ce document pourra être amené à évoluer en fonction de nouveaux outils mis en place par l'INRS et son Equipe Pédagogique Nationale. Il se présente en 4 parties plus des annexes.

## 1. Organisation de la formation



	PRAP IBC	PRAP 2S	PRAP PE
<b>Durée</b>	<p><b>12 heures</b> minimum effectives (14 heures conseillées) pouvant être réparties sur plusieurs séances et plusieurs disciplines. La répartition est organisée par le formateur PRAP IBC.</p> <p><b>Dans les référentiels concernés ce temps est intégré aux heures de formation professionnelle.</b></p> <p>Il est recommandé de commencer la formation acteur PRAP IBC dès la 1<sup>ère</sup> année de formation initiale, avant la 1<sup>ère</sup> période de formation en milieu professionnel.</p>	<p><b>24 heures</b> minimum pouvant être réparties sur plusieurs séances et plusieurs disciplines. La répartition est organisée par le formateur PRAP 2S.</p> <p><b>Ce temps est intégré aux heures de formation professionnelle.</b></p> <p>Il est recommandé de commencer la formation acteur PRAP 2S dès la 1<sup>ère</sup> année de formation initiale, avant la 1<sup>ère</sup> période de formation en milieu professionnel.</p>	<p><b>16 heures</b> minimum pouvant être réparties sur plusieurs séances et plusieurs disciplines. La répartition est organisée par le formateur PRAP 2S ou PE.</p> <p><b>Ce temps est intégré aux heures de formation professionnelle.</b></p> <p>Il est recommandé de commencer la formation acteur PRAP PE dès la 1<sup>ère</sup> année de formation initiale, avant la 1<sup>ère</sup> période de formation en milieu professionnel.</p>
<b>PRECISION</b>	L'enseignement de la PSE est complémentaire à l'enseignement de la PRAP. Des liens sont souhaitables.		
<b>Effectif</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 à 12 participants par session.</li> <li>- Au-delà de 12 participants, prévoir d'augmenter le temps de formation d'1/2 heure par participant ou assurer la session à 2 formateurs. Les groupes sont limités à 15 participants maxi par session</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 à 12 participants par session.</li> <li>- Au-delà de 12 participants, prévoir d'augmenter le temps de formation d'1heure par participant ou assurer la session à 2 formateurs. Les groupes sont limités à 18 participants maxi par session.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 à 12 participants par session.</li> <li>- Au-delà de 12 participants, prévoir d'augmenter le temps de formation d'1/2 heure par participant ou assurer la session à 2 formateurs. Les groupes sont limités à 18 participants maxi par session</li> </ul>
<b>Dispensateur de la formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 ou 2 <b>formateur(s) PRAP IBC et/ou 2S ou PE</b> à jour de leur <b>MAC</b> (Maintien et Actualisation des Compétences).</li> <li>- 1 formateur PRAP assisté d'enseignants titulaires du certificat Acteur PRAP de l'INRS à jour des prérequis en prévention et ayant suivi un MAC si possible.</li> </ul>		
<b>Certification</b>	Le certificat Acteur PRAP IBC ou 2S ou PE de l'INRS est délivré par le formateur PRAP au candidat ayant participé activement à l'ensemble des séances et validé toutes les épreuves.		

## 2. Explication du référentiel de compétences de la formation PRAP

### Objectif Général

Rendre tout personnel capable de contribuer à la mise en œuvre de la PRAP, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles et en maîtrisant les risques sur lesquels il a possibilité d'agir.

### Compétences :

#### Compétence 1

Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

#### Compétence 2

Etre capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.

#### Compétence 3

Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement.



## C1-2 Connaitre les risques de son métier

C1.2.1- Comprendre le phénomène d'apparition du risque

C1.2.2- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits

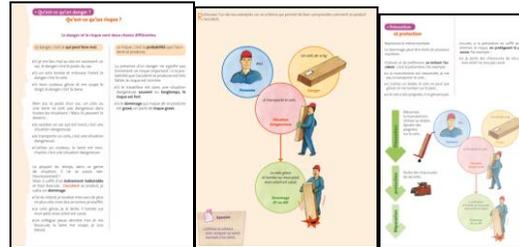
C1.2.3. Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs

Les notions et définitions du **danger**, de la **situation dangereuse**, du **dommage**.

Le processus d'apparition d'un dommage : notion de risques

Les notions et définitions de la **prévention**, de la **protection**, de la **réparation**.

ED 7201 p. : 12 ; 13 ; 14



Les trois composantes de l'homme au travail : **(activités mentale, physique et émotionnelle)**

Les familles de risques liés à l'activité de travail – **Stress** (*déséquilibre entre ce qu'on demande de faire dans le cadre professionnel et les ressources dont on dispose pour y répondre*)

**RPS** (*Risques Psycho-sociaux*)

**TMS** (*Troubles MusculoSquelettiques*)

**CMR** (*produits Cancérigènes Mutagènes et Reprotoxiques*)

**La définition OMS/ de la santé**

**L'article de loi 4121-1**

Identification de ces familles de risque (Stress, RPS, TMS, CMR ci-dessus) sur des situations de travail. (en lien avec l'activité des apprenants).

Risques envisagés (si je fais cela pendant des heures que peut-il se passer ?)

**Valise Situation de travail = ensemble « d'outils » mis à disposition sur quick place.**

L'entrée dans cette compétence 1-2, peut se faire à l'aide d'une situation de travail vécue pour :

- soit permettre une simple « accroche »
- soit permettre d'exploiter l'ensemble des éléments la composant.

Dans ce cas, la situation de travail (jeu de rôle) doit être assez complète avec des actions enchainées (se déplacer rapidement / saisir du matériel au sol et le poser en hauteur / saisir du matériel en hauteur et le poser au sol / tenir une charge éloignée de son corps... etc... avec répétition des actions

Il est important de créer un environnement de travail étroit mal éclairé, sonore de manière à faire émerger les éléments déterminants.

Le formateur assurera le rôle du « supérieur hiérarchique » exigeant, pressé....de manière à ce que les notions de charges mentales et émotionnelles soient identifiées.

**(Un maximum d'éléments déterminant doit être présent et l'analyse QQQC doit être suffisamment riche)**

Chaque participant réalise le travail prévu et organisé.

**PREVOIR la MISE EN EVIDENCE :**

**-des ressentis physiques / mentaux / émotionnels**

**-de certaines mesures : rythme cardiaque / rythme respiratoire....**

**-des risques / le phénomène d'apparition du risque (Prévoir un/des outils pour la schématisation de l'apparition du risque)**

**-des éléments déterminants** (Ne pas oublier d'inclure dans la situation réelle de travail des éléments de l'environnement qui peuvent être aussi un risque. (Exemple : ambiance, froid, vibrations ...).

**Exploitation :**

**Au moyen d'un questionnement (QQQC), mettre en évidence les éléments de la situation vécue afin de faire émerger les mots-clés du sigle : P R A P**

On parle des **Risques (R)** liés à l'**AP**. La **Prévention (P)** constitue l'ensemble des moyens qui seront mis en œuvre pour supprimer ou réduire les risques.



## DOMAINE DE COMPETENCES 2

**Etre capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues**

Compétences visées	Contenus indicatifs / Supports	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p><b>C2-1 Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain</b></p> <p>C2.1.1- Connaître le fonctionnement du corps humain</p> <p>C2.1.2- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain</p> <p>C2.1.3- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé</p>	<p>Anatomie, physiologie et les pathologies associées.</p> <p>Le <b>squelette</b> et les <b>articulations</b>, les <b>muscles</b>, les tendons, les <b>nerfs</b>, le haubanage du dos...</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>ED 7201 p. 16 à 19</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>Le <b>travail dynamique, statique</b>, fatigue, récupération, rythme cardiaque</p> <p>La <b>colonne vertébrale</b>, les <b>vertèbres</b>, les <b>disques intervertébraux</b>, les <b>zones charnières</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>ED 7201 p.20 à 22</p>	<p>La compréhension de la mécanique humaine est nécessaire pour envisager les mesures de prévention. Ces explications doivent permettre d'identifier les risques encourus, les dysfonctionnements possibles et de justifier les mesures de prévention.</p> <p><b>Il ne peut s'agir d'un simple exposé magistral. Il est impératif de faire participer les apprenants en s'appuyant sur des méthodes pédagogiques actives pour observer et mettre en lien les divers éléments.</b></p> <p><b>En s'appuyant sur l'activité physique mise en œuvre :</b></p> <p><i>Faire travailler le groupe de manière active sur :</i></p> <p>Le <b>squelette</b> et les <b>articulations</b>, les <b>muscles</b>, les tendons, les <b>nerfs</b>, le haubanage du dos...</p> <p>Le <b>travail dynamique, statique</b>, fatigue, récupération, rythme cardiaque</p> <p>La <b>colonne vertébrale</b>, les <b>vertèbres</b>, les <b>disques intervertébraux</b>, les <b>zones charnières</b></p> <p>Les <b>facteurs biomécaniques et aggravants</b> : les postures extrêmes, la répétitivité, l'effort, la durée d'exposition, vibration, âge, antécédents</p> <p>Le formateur veillera à aborder le sujet de façon globale a travers des trois grands systèmes : osseux, musculaire, nerveux. Le formateur s'attachera à faire des liens entre les éléments anatomiques, leur fonctionnement et leurs rôles. Ainsi, les apprenants seront amenés à limiter les risques d'atteintes à la santé en s'appuyant sur des connaissances simples mais scientifiques.</p> <p>Le formateur devra illustrer le rôle du disque à l'aide d'outils simple du style : ballon, ressort, tasses... à manipuler.</p>

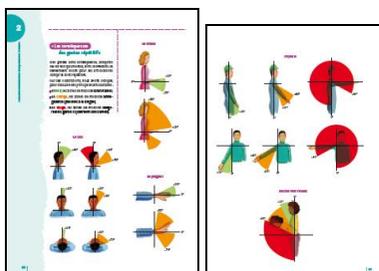


Les **facteurs biomécaniques et aggravants** : les postures extrêmes, la répétitivité, l'effort, la durée d'exposition, vibration, âge, antécédents ....



ED 7201 p 23

Les zones de mobilités articulaires



ED 7201 p 24 et 25

Matériel : Colonne vertébrale, jeux de vertèbres, articulations, Vidéo TMS sur quick place.

Le formateur s'attachera à faire ressentir de façon concrète les différentes zones de mobilités articulaires et fera faire des liens avec l'objectif de prévention de la formation PRAP

**C2-2 Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé**

C2.2.1- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité

Le travail peut comporter **trois activités** : mentale, physique et émotionnelle.

**La situation de travail** : Qui, Quoi et avec quoi, Où, Quand, Comment.

OBSERVEZ LA SITUATION DE TRAVAIL	Q1 : Qui est l'opérateur ?	Q2 : Que fait l'opérateur ? Avec quel matériel, matériel ?	Q3 : Dans quel environnement ?	Q4 : Quels sont les outils, les horaires ?	COMMENT ?
	Reconnaissez 2 éléments caractéristiques pour valider la case.	Reconnaissez 2 éléments caractéristiques pour valider la case.	Reconnaissez 2 éléments caractéristiques pour valider la case.	Reconnaissez 2 éléments caractéristiques pour valider la case.	Reconnaissez 2 éléments caractéristiques pour valider la case.

**Exercice d'appropriation**

Si la situation de travail le permet, exploiter ici les éléments recueillis

Valise **Situation de travail** = ensemble « d'outils » mis à disposition sur quick place.

Si la situation de travail n'était qu'une simple accroche, il sera nécessaire d'utiliser un outil de type film/photos : témoignages... pour permettre la maîtrise de l'observation.

C2.2.2- Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique potentiels

C2.2.3- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

Grille d'observation et d'analyse de la situation de travail (IBC)

L'analyse :

**Les éléments qui déterminent l'activité physique :**

- nature de la tâche,
- aménagement du poste,
- environnement (physique, chimique et biologique),
- durée et contraintes de temps,
- relations professionnelles,
- caractéristiques et capacités de l'opérateur,
- vie hors travail.
- charge mentale et émotionnelle

L'ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL	Quel est le niveau d'aggravation pour chaque item ? (cocher un seul émoticône par item)	Quel sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? Entourer les zones vulnérables sur le schéma en respectant la codification de couleurs.
	Au minimum 3 items concernés de façon pertinente.	Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés.
Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Nature de la tâche : Activité de pression, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, rapide...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, volume de travail...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Capacités de l'opérateur : âge, sexe, Gestes ou troubles, habitude du geste	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Relations professionnelles : Relations avec les collègues, le hiérarchique, les clients...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Durée et contrainte de temps : Cadence, horaires, organisation des passes...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Vie hors du travail : Dérive du trajet, Moyens de transport, préoccupations diverses...	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪
Charge émotionnelle :	🟢 🟡 🟠 🟡 🟢	🔴 ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪ ⚪

Grille d'observation et d'analyse de la situation de travail (IBC)

L'utilisation de la grille d'évaluation est indispensable. Ainsi les apprenants pourront s'approprier cet outil.

Le formateur accompagnera le travail qui peut se concevoir en petits groupes ou individuellement.

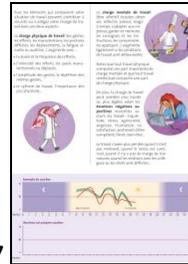
L'appropriation de la grille d'observation et d'analyse doit être faite de manière interactive, au fur et à mesure du travail.

Concernant la partie relative à l'analyse des éléments déterminants : si la situation de travail mise en œuvre n'a pas permis de les extraire, il sera nécessaire d'utiliser un outil de type film.

L'utilisation des acquis relatifs au fonctionnement du corps humain est indispensable à ce stade du travail.

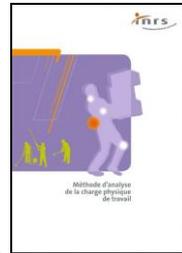
Il est indispensable que le formateur ait prévu la totalité des attendus (corrections) avant de faire travailler les apprenants.

## Les risques d'atteintes à la santé



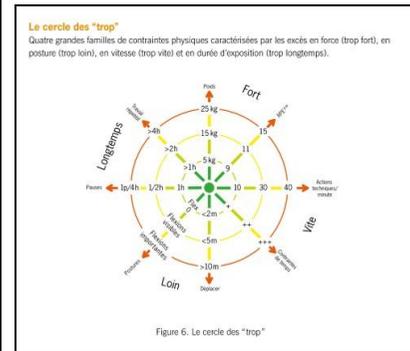
ED 7201 p.27

Support (photo ou vidéo) en lien avec le secteur d'activité....



ED6161

page 37 (Le cercle des « trop »)



**DOMAINE DE COMPETENCES 3**

**Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement**

Compétences visées	Contenus indicatifs/ Supports	Préconisations / commentaires (à l'usage du formateur PRAP)
<p><b>C3-1 Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique de sa situation de travail</b></p> <p>C3.1.1- A partir des causes identifiées au cours de son analyse</p> <p>C3.1.2- En agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail</p> <p>C3.1.3- En prenant en compte les principes généraux de prévention</p>	<p>Les mesures de prévention permettant de limiter les risques liés à l'activité physique :</p> <p>Les quatre impératifs qui doivent guider la conception et l'aménagement des situations de travail :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• réduire la répétitivité des mouvements,</li> <li>• réduire l'amplitude des mouvements,</li> <li>• réduire l'importance des efforts,</li> <li>• réduire le travail en position maintenue.</li> </ul> <p>Les neuf principes généraux (L.4121-2 du Code du travail )</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1-Éviter les risques.</li> <li>2-Évaluer les risques</li> <li>3-Combattre les risques à la source,</li> <li>4-Adapter le travail à l'Homme</li> <li>5-Tenir compte de l'évolution de la technique</li> <li>6-Remplacer ce qui est dangereux par ce qui l'est moins,</li> <li>7-Planifier la prévention</li> <li>8-Donner la priorité aux mesures de protection collective</li> <li>9-Donner les instructions appropriées aux salariés.</li> </ol> <p>ED 7201 p 32</p>  <p><b>Exercice d'appropriation (suite et fin)</b></p>	<p><b>Valise postes de travail = ensemble « d'outils » mis à disposition sur quick place.</b></p> <p>Pour rendre cette séquence la plus concrète possible, on peut suggérer de débuter par <u>un travail pratique</u> sur plusieurs postes de travail : objets à trier, à ranger etc....mettant en œuvre des postes debout et des postes assis.</p> <p>Les « fiches de poste » doivent indiquer le travail à faire de manière précise. La mise en place sur chaque poste doit être prévue de manière à placer l'opérateur dans une situation de travail inconfortable mais garantissant sa sécurité.</p> <p>L'expérimentation, pendant un temps suffisant, permet de faire émerger des « douleurs », des situations inconfortables.</p> <p>Puis, à partir des quatre impératifs, il sera proposé de rechercher des améliorations pour chaque poste de travail expérimenté et de tester les modifications proposées.</p> <p>L'utilisation d'affichettes (ou de tout autre support concret) <b>énonçant, dans l'ordre</b>, les neuf grands principes généraux, doivent permettre de guider la réflexion à partir d'un travail pratique réalisé. Ainsi, il sera mis en évidence la priorité d'éviter les risques en premier principe.</p> <p>Les résultats de ces améliorations expérimentées et raisonnées permettent d'introduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Le poste de travail debout (caractéristiques et inconvénients)</li> <li>Le poste de travail assis (caractéristiques et inconvénients)</li> <li>Le poste de travail assis-debout (intérêt de l'alternance des postures)</li> <li>Le travail musculaire statique et dynamique (déjà travaillé dans la compétence C2-1) peut être « réactivé » ici pour expliciter la nécessité d'alternance des postures par exemple.</li> </ul>

	<p>Grille <i>d'observation et d'analyse de la situation de travail (IBC)</i></p> 	
<p><b>C3-2 Faire remonter l'information aux personnes concernées</b></p> <p>C3.2.1- Identifier les personnes concernées</p> <p>C3.2.2-Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement</p>	<p><b>Les personnes concernées</b></p> <p><b>Les modes de communication et les supports</b></p>  <p>ED 7201 p 32</p>	<p><b>Valise Information C3-2= ensemble « d'outils » mis à disposition sur quick place.</b></p> <p>A la fin du travail précédent, (C3.1), proposer aux apprenants, <b>au moyen d'une simulation</b>, d'identifier les personnes auxquelles ils pourraient faire remonter l'information et d'utiliser un mode de communication adapté pour cela.</p> <p>Le contenu des informations sera fourni par les expériences faites sur les postes de travail, les améliorations apportées et les connaissances acquises. Ainsi l'apprenant sera en mesure d'argumenter.</p> <p>Cette compétence peut-être mise en œuvre systématiquement au moment de chaque évaluation formative et également au moment de la correction de l'épreuve certificative.</p>

### C3-3 Se protéger en respectant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort

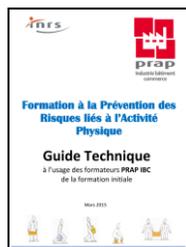
C3.3.1- Connaitre et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail

C3.3 2- Connaitre et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention

#### Les principes de base de sécurité et d'économie d'effort :

- se rapprocher le plus possible de l'objet à manutentionner,
- assurer et maintenir son équilibre,
- fixer sa colonne vertébrale,
- assurer les prises,
- utiliser la force des jambes (cuisses),
- travailler les bras en traction simple,
- utiliser des points d'appui, l'élan et la poussée

#### Les aides techniques pour la manutention d'objets.



pages 3 à 9 et



13 et 14

Dans cette partie, on mettra en évidence les possibilités et les limites fonctionnelles du corps humain au travers de situations pratiques afin de rationaliser le mouvement.

Celles-ci seront, dans un premier temps, expérimentales :

- Mise en évidence de la nécessité du rapprochement des centres de gravité,
- Recherche de l'équilibre sans charge,
- Visualisation au sol du polygone de sustentation, pour aboutir au lever de la petite caisse avec poignées, base de toutes les autres manutentions.

Alterner chez les participants les phases d'observation, de réflexion et d'expérimentation durant ce temps

Le formateur différenciera les principes de sécurité physique et ceux d'économie d'effort.

« Réfléchir avant d'agir » pour respecter les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

Le formateur présentera les différents équipements mécaniques et aides à la manutention et fera un lien avec les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

Faire utiliser des aides techniques simples de manière systématique lors des manutentions des objets (chariots, diable, brouette....).

**La présence de ces outils est indispensable pendant la formation.**

### 3 Proposition de déroulement de la formation PRAP

Cette proposition, mise à disposition par l'INRS à destination du formateur, ne constitue en aucun cas un déroulé pédagogique. Elle pourra être aménagée et/ou adaptée en fonction des publics, des entreprises clientes, des secteurs d'activité concernés.

Le formateur reste libre du choix de son itinéraire pédagogique dans la mesure où celui-ci respecte une cohérence dans l'articulation des apprentissages.

L'ensemble des compétences de ce manuel peut être traité indépendamment de l'ordre induit par leur numérotation, tout en respectant les neuf principes généraux de prévention.

Il est recommandé d'organiser, tout ou partie, de la formation PRAP dès la première année de formation initiale avant la première Période de Formation en Milieu Professionnel.

**Déroulement possible : 6 séances de 2 heures en PRAP IBC**

1 <sup>ère</sup> séance	<b>C1.1</b> <i>Impérativement le formateur PRAP</i>	Présentation de la formation Objectifs de la formation PRAP et modalités de validation <b>Comprendre l'intérêt de la prévention : les enjeux, les acteurs de prévention</b>	90 min
	<b>C1.2</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Connaitre les risques du métier :</b> * les trois composantes de l'homme au travail * le processus d'apparition d'un dommage et notion de risque * les principaux risques de son métier et les effets induits * les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.	
	<b>C2.1</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Caractériser les dommages à l'aide des connaissances sur le fonctionnement du corps humain :</b> * le fonctionnement du corps humain : les éléments d'anatomie et de physiologie de l'appareil locomoteur. * les limites du fonctionnement du corps humain * les atteintes de l'appareil locomoteur et conséquences de ces atteintes sur la santé	
2 <sup>ème</sup> séance	<b>C2.2</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Observer une situation de travail dangereuse :</b> (Exercice d'appropriation) * l'observation et la description d'une activité de travail. <b>Analyser une situation de travail dangereuse :</b> (Exercice d'appropriation suite) * les éléments qui déterminent l'activité physique.	120 min
3 <sup>ème</sup> séance	<b>C3.1</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique :</b> * les 9 principes généraux de prévention et les mesures de Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Aménagement des situations de travail (principes de base d'aménagement dimensionnel, recherche de pistes d'amélioration.	30 min
	<b>C3.3</b> <i>Impérativement le formateur PRAP</i>	<b>Se protéger en respectant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort</b> * les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour limiter les risques liés à la manutention manuelle occasionnelle de charges, avec lever/transporter/déposer au sol une caisse avec poignée. * les techniques gestuelles	90 min

4 <sup>ème</sup> séance	<b>C3.1</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique :</b> Aménagement des situations de travail (principes de base d'aménagement dimensionnel, recherche de pistes d'amélioration) (suite) <b>Analyser une situation de travail dangereuse :</b> (Exercice d'appropriation suite et fin)	90 min
	<b>C2.2 &amp; C3.1</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	<b>Observer une situation de travail dangereuse :</b> *l'observation et la description d'une activité de travail. (Evaluation formative)	30 min
5 <sup>ème</sup> séance	<b>C3.3</b> <i>Impérativement le formateur PRAP</i>	<b>Se protéger en respectant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort :</b> *les techniques gestuelles (suite et fin) <b>Epreuve 1 :</b> Evaluation des techniques gestuelles PRAP IBC	120 min
6 <sup>ème</sup> séance	<b>C2.2 &amp; C3.1</b> <i>(en lien avec le formateur)</i> <b>C3.2</b> <i>(en lien avec le formateur)</i>	Observation et analyse d'une situation de travail dangereuse, des pistes de solutions pour éviter ou supprimer les risques détectés (Evaluation formative suite et fin) La remontée des résultats de mon analyse, les pistes pour agir. Circulation des informations	120 min
	<b>C2.2 &amp; C3.1</b> <i>Impérativement le formateur PRAP</i>	<b>Epreuve 2 : Evaluation :</b> analyse d'une situation de travail et proposition d'amélioration	

**Incontournable : la première partie de la séance 3 (9 principes généraux de prévention) doit être impérativement abordée avant la C3.3**

**Signification des éléments mentionnés en rouge :**

- **impérativement le Formateur PRAP** : cette mention indique que cette compétence ne peut être dispensé que par le formateur.
- **en lien avec le formateur** : dans le cas ou la formation n'est pas animée intégralement par un ou des formateurs la compétence ciblée peut être mise en œuvre par un « aide formateur »\*. (C'est le formateur qui est garant du message apporté).

\*« Aide formateur » : un enseignant (ou un formateur de CFA) titulaire du certificat Acteur PRAP à jour des PRP et MAC (si possible).

## 4 Validation de la formation PRAP

Cette partie permet au formateur d'appréhender les grilles de certification qu'il utilisera pour certifier les acteurs PRAP en formation.

Elle explicite le déroulement des épreuves. Elle facilite la lecture des différents critères d'évaluation.

**Ces épreuves certificatives ne dispensent pas le formateur de mettre en place des évaluations formatives tout au long de la formation.**

Une évaluation formative constitue une étape essentielle en formation. Elle permet, à l'issue de chaque séquence et/ou sous-séquence, de s'assurer des acquis des apprenants, permettant ainsi d'avancer dans la progression des apprentissages.

Elle peut revêtir des formes diverses, laissées au libre choix du formateur (QCM, étude de cas, « cas concret », interrogation orale....)

Le formateur choisira la forme appropriée à l'objectif pédagogique de la séquence visée. Les résultats des évaluations formatives mises en place par le formateur pourront être consignés dans un document récapitulatif, par exemple sous forme d'une grille, mais également sous une forme plus libre (relevé de remarques, de « notes », ...)

La formation PRAP est évaluée en continu (SUIVI DE LA FORMATION) et de manière ponctuelle pour les techniques gestuelles et l'analyse de situation de travail (ÉVALUATION).

### LA FICHE DE SUIVI D'ÉVALUATION FORMATIVE

Pour être validé, le candidat doit participer activement à l'ensemble des séances.

#### 1. Contrôle de présence

La grille permet de consigner la présence du candidat à chacune des séances constitutives de sa formation PRAP. Le formateur atteste ici de l'obligation qui est faite d'avoir suivi l'intégralité de la formation pour être en position de validation.

Une absence ne permettra pas d'évaluer correctement le candidat. En cas d'absence exceptionnelle justifiée, le formateur aura la possibilité d'évaluer le candidat si celui-ci rattrape la séance pour laquelle il a été noté absent. Dans ce cas, le formateur précisera la date de cette séance de rattrapage sur la fiche de suivi.

#### 2. Apprentissage des techniques gestuelles

La grille permet au formateur de contrôler les efforts d'apprentissage du candidat sur l'ensemble des techniques exigées.

En cochant la case "OUI", le formateur atteste simplement que la technique a été pratiquée.

Une réalisation imparfaite n'entraînera pas de pénalisation à ce niveau d'apprentissage.

Par contre, un refus de pratique d'une de ces techniques (une case cochée "NON"), ne permettra pas à l'apprenant d'acquérir les compétences nécessaires pour aborder l'évaluation.

Le nombre de techniques gestuelles à mettre en œuvre pendant la formation, se décompose de la façon suivante :

#### Techniques gestuelles obligatoires en PRAP IBC :

- 4 techniques de manutention de charges transversales à tous les secteurs d'activité.
- S'ajoutent au minimum 2 techniques gestuelles en adéquation avec la formation professionnelle du secteur d'activité des apprenants.

## LES FICHES D'EVALUATION CERTIFICATIVE : ACTEUR PRAP

### EPREUVE 1 PRAP IBC :

Le candidat devra appliquer les règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'une manutention d'une charge, tirée au sort,

La mise en situation pratique portera sur une manutention à réaliser seul, ce qui exclut les levers de charges nécessitant la présence de deux ou plusieurs personnes.

Lors de la mise en œuvre du transport de la charge, le candidat devra utiliser une aide technique pour s'aider dans sa manutention. Le formateur doit mettre à disposition un ou des outils mécaniques simples tels qu'un petit chariot, un diable ... ou éventuellement un « catalogue » d'outils d'aides à la manutention, dans lequel le candidat choisira un ou des outils adaptés à la manutention à effectuer. Il est capital que l'utilisation des aides techniques soit mise en œuvre systématiquement lors de la formation.

#### **Le formateur s'assurera que le candidat respecte, lors de l'exercice :**

- Les sept critères :
  - 1- Porte des EPI adaptés
  - 2- Prépare la manutention à effectuer
  - 3- Adapte la technique de manutention à la charge
  - 4- Adapte la technique de déplacement en fonction de la situation de départ et d'arrivée de la charge
  - 5- Utilise une aide technique adaptée au déplacement de la charge (ou cite une aide technique adaptée)
  - 6- Veille à finir la manutention en laissant l'espace organisé
  - 7- Respecte les principes de sécurité et d'économie d'effort

### EPREUVE 2 PRAP IBC

Cette évaluation constitue une synthèse des connaissances acquises au travers des compétences **C1, C2, C3**.

En s'appuyant sur des documents vidéo ou photos montrant des situations de travail, en simulant des situations de travail ou en situation pratique dans l'établissement scolaire et/ou en milieu professionnel, le formateur devra mesurer les acquis permettant aux candidats de formuler des hypothèses d'améliorations, susceptibles de supprimer ou de réduire les risques liés à l'activité physique et de les justifier.

## **Le formateur évaluera que le candidat est capable :**

- De décrire la situation de travail
- De renseigner les déterminants de la situation de travail
- D'identifier les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail
- De proposer des améliorations qui permettraient de supprimer ou de réduire les risques liés à l'activité physique

### Proposition de déroulement de cette évaluation.

Lors de la 6<sup>ème</sup> séance, le formateur proposera une évaluation soit sous forme écrite, soit sous forme orale individuelle.

À l'écrit, tous les candidats analyseront une situation de travail en utilisant la fiche « *Epreuve 1 : Analyse d'une situation de travail et propositions d'améliorations* ».

À l'oral, les candidats analyseront une situation identique qui sera présentée individuellement au formateur, en s'appuyant sur la fiche « *Epreuve 1 : Analyse d'une situation de travail et propositions d'améliorations* ».

L'évaluation est aussi un élément de formation, elle devra servir de synthèse pour renforcer les acquis.

### **Validation du candidat :**

Le candidat est validé aux conditions suivantes :

- **condition 1** : avoir participé à toutes les séances et réalisé toutes les techniques gestuelles.
- **condition 2** : pour l'épreuve 1 : PRAP IBC ⇒ avoir appliqué au moins 4 critères sur 7 dont IMPERATIVEMENT les 1, 5 et 7, lors de la manutention d'une charge inerte.
- **condition 3** : pour l'épreuve 2 lors de l'analyse d'une situation de travail et les propositions d'amélioration, avoir correctement renseigné :
  - au moins 3 cases sur 5 (partie « J'observe la situation de travail »)
  - les 3 cases (partie « J'analyse la situation de travail »).

↳ **L'apprenant reçoit alors le certificat Acteur PRAP de l'INRS.**

## 4-2 FICHE de suivi et d'évaluation FORMATIVE : ACTEUR PRAP IBC

Formation du ..... au ..... Lieu : .....

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

**Pour être validé, le candidat doit participer à l'ensemble des séances.**

1- <u>Contrôle de présence</u>						
Séances	S1	S2	S3	S4	S5	S6
Dates						
Présences						
2- <u>Apprentissage des techniques gestuelles</u>						
Manutentionner les charges inertes en respectant les critères de sécurité physique et d'économie d'effort				Réalisées		Observations
				OUI	NON	
2.1- Techniques gestuelles transversales						
• Lever, transporter, entabler bas et reposer au sol une petite caisse avec poignées						
• Lever, transporter, entabler bas et reposer au sol une petite caisse sans poignées						
• Lever, transporter, entabler bas avec palier et reposer au sol une petite caisse avec poignées						
• Lever, transporter et déposer deux seaux, puis un seau						
2.2- Techniques gestuelles complémentaires (2 techniques au minimum).						
<i>Le formateur choisira la ou les technique(s) correspondante(s) aux activités professionnelles du secteur.</i>						
• Lever, transporter, entabler haut (hauteur de l'entablement : légèrement en dessous des épaules) et reposer au sol une petite caisse sans poignées						
• Lever et transporter et déposer au sol une barre longue						
• Lever, transporter, entabler bas et reposer au sol un petit fût						
• Lever, transporter et déposer au sol une grande caisse avec poignées à deux						
• Lever et transporter et déposer au sol une charge longue à deux						

## EPREUVE CERTIFICATIVE



### Livret d'évaluation de l'acteur PRAP IBC

NOM du candidat : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Date de l'épreuve : le .....

Lieu : .....

<b>Epreuve 1</b> (C3.3)	<b>Acquis</b>	<b>Non acquis</b>
<b>Epreuve 2</b> (C1, C2, C3.1)	<b>Acquis</b>	<b>Non acquis</b>
<b>A participé à toutes les séances :</b>	<b>OUI</b>	<b>NON</b>
Commentaires :		

L'acteur PRAP est certifié s'il a participé à la totalité de la formation, s'il a validé l'épreuve 1 et l'épreuve 2.

Participant :  Validé  Non validé

Signature du formateur

# EPREUVE 1: Mise en œuvre d'une technique gestuelle

**Descriptif de la situation d'évaluation :** Le candidat devra appliquer les règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'une manutention d'une charge.

Technique gestuelle tirée au sort : .....

Items acquis :  
cocher les cercles



**1- Porte des EPI adaptés.**



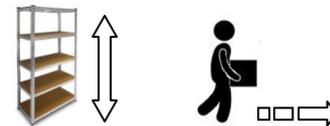
**2- Prépare la manutention à effectuer** (dégagement de l'espace, préparation du trajet ...).



**3- Adapte la technique de manutention à la charge** (avec ou sans poignées, forme, masse, volume, contenu fragile ...).



**4- Adapte la technique de déplacement en fonction de la situation de départ et d'arrivée de la charge** (entreposée au sol ou en hauteur, hauteur de stockage, longueur du trajet ...).



**5- Utilise une aide technique lors du déplacement de la charge** (ou cite une aide technique nécessaire).



**6- Veille à finir la manutention en laissant l'espace organisé.**



**7- Respecte les principes de sécurité physique et d'économie d'effort tout au long de sa manutention.**

- 1 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort sont appliqués.
- 2 - Certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués mais la cause est identifiée et expliquée.
- 3 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués et la cause n'est ni identifiée, ni expliquée.



⇒ **Cocher dans le cercle pour valider la case 7, si le point 1 ou le point 2 ont été cochés.**



**Epreuve 1 validée si au moins 4 cercles sur 7 sont cochés, dont impérativement les cercles des cases 1, 5 et 7 :**

Acquis

Non acquis

## EPREUVE 2 : Analyse d'une situation de travail et propositions d'améliorations

Descriptif de la situation d'évaluation : le candidat devra décrire la situation de travail, rechercher les déterminants, repérer les risques d'atteinte à la santé et proposer des améliorations.

- Epreuve 2 validée si :
- au moins 3 cases sur 5 décrivant la situation de travail sont complétées suivant les exigences énoncées,
  - les 3 cases de l'analyse sont complétées suivant les exigences énoncées.

Support : Photo  Vidéo  Autre

### SITUATION DE TRAVAIL:

(à renseigner par le formateur)

J'OBSERVE LA SITUATION DE TRAVAIL	<b>QUI ?</b> Qui est l'opérateur ? (Âge, qualification / formation...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>	<b>QUOI ?</b> Que fait l'opérateur ? Avec quel matériel, matériaux ? <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>	<b>OÙ ?</b> Dans quel environnement ? (Env. physique, biologique, climatique) <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i>	<b>QUAND ?</b> Quels sont ses délais, ses horaires ? <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i>	<b>COMMENT ?</b> De quelle façon fait-il son activité ? Avec qui ? (gestes, postures, déplacements...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i>
	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*
	* V = Case validée, NV = Case non validée				
	<b>QQQQ</b> acquis si 3 cases sur 5 validées				

J'ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL	Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (Cocher ou entourer les éléments influant) Quel est le niveau d'appréciation pour chaque item ? (cocher un seul émoticône par item) <i>Au minimum 5 items renseignés de façon pertinente.</i>		Quel sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? Entourer les zones sollicitées sur le schéma en respectant la codification de couleurs. <i>Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés.</i>	Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique ? <i>Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées.</i>	
	Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières, autres.		Charge mentale : Charge émotionnelle : 	En rouge : Sollicitation Importante. En orange : Sollicitation Moyennement Importante. En vert : Sollicitation peu Importante. Risques d'atteintes à la santé :	
	Nature de la tâche : Activité de précision, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, répétée, autres.				
	Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres.				
	Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Age, sexe, Gaucher ou droitier, la bitude du geste, autres.				
	Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, autres.				
	Durée et contrainte de temps : Cadence, horaires, organisation des pauses, autres.				
Vie hors du travail : Durée du trajet, Moyens de transports, préoccupations diverses, autres.					

#### 4-4 CAS PARTICULIER

Les enseignants titulaires de la certification Acteur PRAP et à jour des PRP, qui participent à la formation PRAP des élèves, avec un formateur PRAP responsable de celle-ci, devront suivre 7 heures de Maintien et Actualisation des Compétences, tous les deux ans si possible.

Ces 7 heures de MAC seront assurées par un formateur certifié. Celui-ci, vérifiera les acquis et les compétences au moyen des épreuves 1 et 2 du secteur professionnel concerné (IBC).

PROPOSITION de déroulement		
4 heures	<b>C1.2</b>	Situations de travail susceptibles de nuire à la santé
	<b>C2.2</b>	Éléments déterminants de l'activité physique
	<b>C3.1</b>	Les principes généraux et mesures de Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Aménagement des situations de travail Analyse d'une situation de travail  <b>EPREUVE 1</b> : EVALUATION certificative : analyse d'une situation de travail et proposition d'amélioration
3 heures	<b>C3.3</b>	Les principes de base de sécurité et d'économie d'effort Techniques gestuelles adaptées au secteur IBC  <b>EPREUVE 2</b> : EVALUATION certificative : techniques gestuelles adaptées au secteur IBC

Le formateur PRAP identifiera les besoins spécifiques de l'enseignant titulaire de la certification Acteur PRAP et adaptera le contenu du MAC en fonction de ceux-ci.

A l'issue du MAC, le formateur procédera à l'enregistrement sur OGELI.

# ANNEXES

## Présentation des supports et du matériel spécifiques préconisés pour la formation

Acteur PRAP IBC
<a href="http://quickplace.inrs.fr/prap">http://quickplace.inrs.fr/prap</a> identifiant : prap mot de passe : prap OGELI sur : <a href="http://www.esst-inrs.fr/gestion">http://www.esst-inrs.fr/gestion</a>
Manuel du formateur PRAP version 2016- Quick place - OGELI
Livret d'évaluation Acteurs PRAP IBC- Quick place - OGELI
Guide utilisation du livret évaluation Acteurs PRAP IBC- Quick place - OGELI
Guide technique IBC- Quick place - OGELI
Devenir acteur PRAP Mémento formation-action ED 7201
DVD : Situations de travail dans le BTP-Construire la prévention, INRS DV 0305. Situations de travail dans l'industrie - Construire la prévention INRS DV 0375 TMS : comprendre et agir, INRS DM 0300 NAPO « alléger la charge » INRS. DV 0376
Matériel : Colonne vertébrale complète Montage de vertèbres lombaires Articulations plastique (genou, épaule) Mannequin de démonstration (type Bébert) <b>ATTENTION ! l'INRS ne fournit plus ces mannequins.</b>

**A NOTER** : Le formateur sélectionne les supports qui lui sont nécessaires, sachant que certains ne sont accessibles que sur YouTube :  
<https://www.youtube.com/user/INRSFrance>.

MATERIEL de BASE pour les techniques gestuelles	PRAP IBC*
2 petites caisses avec poignées : dimensions préconisées : longueur 0,40m x largeur 0,25m x hauteur des poignées 0,30 m (Maxi) / masse 5 kg	X
2 petites caisses sans poignées : dimensions préconisées : longueur 0,40m x largeur 0,25m x hauteur 0,30 m (Maxi) / masse 5 kg.	X
1 grande caisse avec poignées : dimensions préconisées : longueur 0,60m x largeur 0,39m x hauteur des poignées 0,35 m / masse 10 Kg	X
2 seaux en plastique : lestés à 5 kg chacun (lest autre que de l'eau).	X
1 petit fût cylindrique (en fonction des filières), ex : fût d'huile de 25 litres : diamètre 0,30m x hauteur 0,50m / masse 5 kg	X
Charges longues en fonction des filières, par exemple : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>A porter seul, 1 tube acier</b> (dénomination « S235 33/42 ») : diamètre 42,4 mm épaisseur 2,9mm x longueur 1,80m / masse 5 kg</li> <li>• <b>A manutentionner à deux, 1 poteau</b> : longueur 3 m minimum / masse 10 kg</li> </ul>	X
1 ou deux petit(s) « diables » simples	X

**PRAP IBC\* : Adapter le matériel à utiliser au secteur professionnel concerné (Cf. GUIDE technique IBC)**

Les formateurs qui sont déjà équipés de caisses en bois convenant en tailles et poids, n'auront pas nécessité à se fournir en caisses plastique, sauf s'ils le souhaitent.

Vous trouverez ci-après trois propositions de fournisseurs à titre indicatif. Ces propositions ne sont pas exhaustives.

Sur OGELI, un dossier spécifique construction de caisses en bois est disponible.

**FOURNISSEURS de caisses plastiques pour la manutention**



FOURNISSEUR : AUER	FOURNISSEUR : Bac Europe	FOURNISSEUR : RAJA
<a href="http://www.auer-packaging.fr/fr/bac-euro-parois-pleines_1.html">http://www.auer-packaging.fr/fr/bac-euro-parois-pleines_1.html</a>	<a href="https://www.multiroir.com/bac-europe-parois-pleines.html">https://www.multiroir.com/bac-europe-parois-pleines.html</a> <a href="https://www.multiroir.com/bac-conducteur.html">https://www.multiroir.com/bac-conducteur.html</a> (sans poignées)	<a href="http://www.raja.fr/stockage-et-manutention/bacs-et-caisses/bacs-gerbables-et-caisses-plastiques/bac-gerbable-palettisable-norme-europe-schoeller-arca-systems_OFF_FR_132.html">http://www.raja.fr/stockage-et-manutention/bacs-et-caisses/bacs-gerbables-et-caisses-plastiques/bac-gerbable-palettisable-norme-europe-schoeller-arca-systems_OFF_FR_132.html</a>
<p><b>Petite caisse avec poignées ouvertes</b>                      REF : EG 43 / 27                      Prix : 6,73 €</p> <p><small>BAC EURO PAROIS PLEINES - EG 4327</small></p> 	<p><b>Petite caisse avec poignées ouvertes</b>                      REF : AEG43/27                      Prix : 9,72 €</p> <p>Bac Euro parois pleines - 40 x 30 x 27 cm - Poignées ouvertes</p> 	<p><b>Petite caisse avec poignées ouvertes</b>                      REF : E432711                      Prix : 13,60 €                      (pas de photo spécifique fournisseur)</p>

<p><b>Petite caisse sans poignées</b> REF : EG 43 / 27 HG</p> <p><small>BAC EURO PAROIS PLEINES - EG 43/27 HG</small></p>  <p>image similaire</p> <p>Prix : 6,73 €</p> <p><b>Couvercle :</b> REF : DE 43</p> <p><small>COUVERCLES ENCASTRABLES SANS CHARNIERES - DE 43</small></p>  <p>Prix : 3,47 €</p>	<p><b>Petite caisse sans poignées</b> REF : AESDEG43/2</p> <p>Bacs en plastique conducteur à parois pleines - BP4270 K</p> <p>Prix : 13,25 €</p>  <p><b>Couvercle :</b> REF : AESDDE43 Prix : 7,41 €</p> <p>Couvercle D43 K pour bac euro-norme 400 x 300 conducteur</p> 	<p><b>Petite caisse sans poignées</b> REF : E430711</p> <p>Prix : 5,25 € (pas de photo spécifique fournisseur)</p> <p><b>Couvercle :</b> REF : E430144 Prix : 5,65 (pas de photo spécifique fournisseur)</p>
<p><b>Grande caisse (à deux) :</b> REF : EG 64 / 32</p> <p><small>BAC EURO PAROIS PLEINES - EG 64/32</small></p>  <p>image similaire</p> <p>Prix : 11,16 €</p>	<p><b>Grande caisse (à deux) :</b> REF : AEG64/27</p> <p>Bac plein euro-norme BP6270 - Dim. 600 x 400 x 270 mm - avec poignées</p> <p>Prix : 14,25 €</p> 	<p><b>Grande caisse (à deux) :</b> REF : E641711</p> <p>Prix : 16,60 (pas de photo spécifique fournisseur)</p>
<p><b>Une petite caisse avec poignées + une petite caisse sans poignées + couvercle + une grande caisse = 28,09 € (Plus frais de port)</b></p>	<p><b>Une petite caisse avec poignées + une petite caisse sans poignées + couvercle + une grande caisse = 44,63 € (Plus frais de port)</b></p>	<p><b>Une petite caisse avec poignées + une petite caisse sans poignées + couvercle + une grande caisse = 38,10 € (Plus frais de port)</b></p>
<p><b>ATTENTION ... pour la petite caisse avec poignées et la grande caisse à deux ... vérifier la présence de la mention « poignées ouvertes »</b></p>		

(PRIX sur les catalogues en date du 14 septembre 2016)

# Guide d'utilisation du livret d'évaluation de l'Acteur PRAP à l'intention des formateurs PRAP IBC de la formation initiale



## De la formation à l'évaluation ...

Veiller, tout au long de la formation, à accompagner les apprenants dans les démarches leur permettant, a posteriori, de réaliser l'analyse d'une situation de travail construite et réaliste.

Ce guide a pour objectif d'expliquer chaque étape du travail à faire réaliser aux acteurs PRAP en formation pour utiliser :

- la grille de mise en œuvre d'une technique gestuelle (Epreuve 1)
- la grille d'analyse de la situation de travail et proposition d'amélioration (Epreuve 2).

## EPREUVE 1: Mise en œuvre d'une technique gestuelle

### EPREUVE 1

Descriptif de la situation d'évaluation : Le candidat devra appliquer les règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'une manutention d'une charge.

Technique gestuelle tirée au sort : .....

Items acquis : cocher les cercles

1- Porte des EPI adaptés.		<input checked="" type="radio"/>
2- Prépare la manutention à effectuer (dégagement de l'espace, préparation du trajet ...).		<input type="radio"/>
3- Adapte la technique de manutention à la charge (avec ou sans poignées, forme, masse, volume, contenu fragile ...).		<input type="radio"/>
4- Adapte la technique de déplacement en fonction de la situation de départ et d'arrivée de la charge (entreposée au sol ou en hauteur, hauteur de stockage, longueur du trajet ...).		<input type="radio"/>
5- Utilise une aide technique lors du déplacement de la charge (ou cite une aide technique nécessaire).		<input checked="" type="radio"/>
6- Veille à finir la manutention en laissant l'espace organisé.		<input type="radio"/>
7- Respecte les principes de sécurité physique et d'économie d'effort tout au long de sa manutention. <input type="checkbox"/> 1 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort sont appliqués. <input type="checkbox"/> 2 - Certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués mais la cause est identifiée et expliquée. <input type="checkbox"/> 3 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués et la cause n'est ni identifiée, ni expliquée.		<input checked="" type="radio"/>

⇒ Cocher dans le cercle pour valider la case 7, si le point 1 ou le point 2 ont été cochés.

Epreuve 1 validée si au moins 4 cercles sur 7 sont cochés, dont impérativement les cercles des cases 1, 5 et 7 :

Acquis

Non acquis

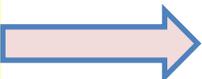
Le candidat devra appliquer les règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'une manutention d'une charge, tirée au sort, parmi :

⇒ les 4 techniques transversales aux secteurs d'activité IBC.

⇒ les techniques complémentaires (2 au minimum) correspondant aux activités professionnelles du secteur

La mise en situation pratique portera sur une manutention à réaliser seul, ce qui exclut celles qui nécessitent la présence de deux ou plusieurs personnes.

Noter ici la technique à réaliser, tirée au sort par le candidat.

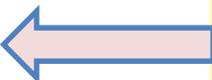


Technique gestuelle tirée au sort : .....

1- Porte des EPI adaptés.



Le candidat devra porter des protections individuelles adaptées à la situation.

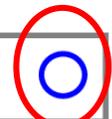


*Cocher ce cercle si cette case est validée.  
Ce cercle devra impérativement être coché pour valider l'épreuve 1.*

Le candidat dégagera si nécessaire, son parcours avant d'effectuer sa manutention.



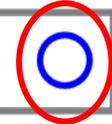
2- Prépare la manutention à effectuer (dégagement de l'espace, préparation du trajet ...).



*Cocher ce cercle si cette case est validée.*

Le formateur s'assurera que la technique mise en œuvre est compatible avec les caractéristiques de la charge en terme de morphologie, de masse, de fragilité du contenu ...

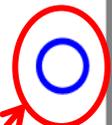
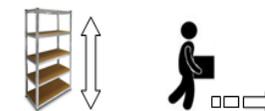
3- Adapte la technique de manutention à la charge  
(avec ou sans poignées, forme, masse, volume, contenu fragile ...).



Cocher ce cercle si cette case est validée.

A partir d'une situation de manutention préparée par le formateur, le candidat devra adapter le déplacement de la charge pour l'amener d'un point A vers un point B : il mettra en œuvre la ou les technique(s) judicieusement choisie(s) en fonction des hauteurs de stockage et de la longueur du parcours.

4- Adapte la technique de déplacement en fonction de la situation de départ et d'arrivée de la charge (entreposée au sol ou en hauteur, hauteur de stockage, longueur du trajet ...).



Cocher ce cercle si cette case est validée.

Exemples de situations de manutention d'une charge : se reporter à la diapo suivante.

**Exemples de situation de manutention d'une charge :**

*Ex. 1 : Une caisse sans poignées, stockée sur une étagère à hauteur d'épaule, doit être posée sur une surface d'entablement basse. Une poubelle se trouve sur le trajet du déplacement à effectuer.*

*Ex. 2 : Une caisse avec poignée posée au sol doit être déposée sur une surface d'entablement basse situé à une dizaine de mètres. Un diable se trouve sur le trajet du déplacement à effectuer.*

*Ex.3 : Deux seaux posés au sol, dans une pièce dont la porte est fermée, doivent être déposés dans la pièce d'à côté.*

**Il est conseillé de faire des fiches logistiques permettant de préparer, pour chaque situation d'évaluation :**

- \* le placement de la charge au départ
- \* le placement de la charge à l'arrivée
- \* un objet / une porte / une personne..... se trouvant sur le trajet à effectuer
- \* un déplacement assez « long » (matérialisé)
- \* une aide technique de déplacement simple (« diable ») à proximité

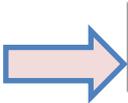
5- Utilise une aide technique lors du déplacement de la charge (ou cite une aide technique nécessaire).



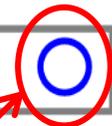
*Cocher ce cercle si cette case est validée.*  
***Ce cercle devra impérativement être coché pour valider l'épreuve 1.***

Lors de sa manutention, le candidat devra pouvoir utiliser une aide technique simple de manutention pour déplacer sa charge. Cette aide technique sera choisie parmi celles mises à sa disposition. ATTENTION : l'utilisation de celle-ci ne doit pas nécessiter un apprentissage spécifique préalable ! S'il n'y pas d'aide technique, il devra en proposer une oralement, en la sélectionnant dans un catalogue par exemple.

Le candidat s'assurera d'avoir remis en ordre le matériel, dégagé les voies d'accès ...



6- Veille à finir la manutention en laissant l'espace organisé.



*Cocher ce cercle si cette case est validée.*

7- Respecte les principes de sécurité physique et d'économie d'effort tout au long de sa manutention.

- 1 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort sont appliqués.
- 2 - Certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués mais la cause est identifiée et expliquée.
- 3 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués et la cause n'est ni identifiée, ni expliquée.



⇒ Cocher dans le cercle pour valider la case 7, si le point 1 ou le point 2 ont été cochés.



Lors de sa manutention, si le candidat **ne peut pas** appliquer certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort pour **raison physiologique ou médicale**, le formateur ne pourra pas invalider la case 7. La formation acteur PRAP doit s'adresser au plus grand nombre !  
Par contre, si les principes ne sont pas appliqués sans aucune raison valable, cette case ne pourra pas être validée.  
Afin d'évaluer cette case 7, une grille annexe est proposée à la diapo suivante.

Cocher ce cercle si cette case est validée.

**Ce cercle devra impérativement être coché pour valider l'épreuve 1.**

7- Respecte les principes de sécurité physique et d'économie d'effort tout au long de sa manutention.

- 1 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort sont appliqués.
- 2 - Certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués mais la cause est identifiée et expliquée.
- 3 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués et la cause n'est ni identifiée, ni expliquée.




⇒ Cocher dans le cercle pour valider la case 7, si le point 1 ou le point 2 ont été cochés.



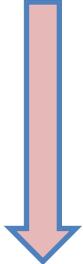
Tout au long de sa manutention, le candidat sera évalué sur le respect des principes de base et de sécurité physique. Voici une proposition de grille d'évaluation pour faciliter le pointage de ces principes.

<i>Principes de sécurité physique et d'économie d'effort</i>		Cocher si acquis
- Se rapproche le plus possible de l'objet à manutentionner.		<input type="checkbox"/>
- Assure et maintient son équilibre.		<input type="checkbox"/>
- Fixe la colonne vertébrale.		<input type="checkbox"/>
- Assure les prises.		<input type="checkbox"/>
- Utilise la force des jambes.		<input type="checkbox"/>
- Déplace la charge les bras en traction simple.		<input type="checkbox"/>
- Recherche les points d'appuis, utilise le poids, l'élan et la poussée.		<input type="checkbox"/>

Epreuve 1 validée si au moins 4 cercles sur 7 sont cochés, dont impérativement les cercles des cases 1, 5 et 7 :

Acquis

Non acquis



**EPREUVE 1: Mise en œuvre d'une technique gestuelle**

Descriptif de la situation d'évaluation : Le candidat devra appliquer les règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'une manutention d'une charge.

Technique gestuelle tirée au sort : \_\_\_\_\_ Items acquis : cocher les cercles

1- Porte des EPI adaptés.		<input checked="" type="radio"/>
2- Prépare la manutention à effectuer (dégagement de l'espace, préparation du trajet ...).		<input type="radio"/>
3- Adapte la technique de manutention à la charge (avec ou sans poignées, forme, masse, volume, contenu fragile ...).		<input type="radio"/>
4- Adapte la technique de déplacement en fonction de la situation de départ et d'arrivée de la charge (entrepasée au sol ou en hauteur, hauteur de stockage, longueur du trajet ...).		<input type="radio"/>
5- Utilise une aide technique lors du déplacement de la charge (ou cite une aide technique nécessaire).		<input checked="" type="radio"/>
6- Veille à finir la manutention en laissant l'espace organisé.		<input type="radio"/>
7- Respecte les principes de sécurité physique et d'économie d'effort tout au long de sa manutention.		<input checked="" type="radio"/>

1 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort sont appliqués.

2 - Certains principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués mais la cause est identifiée et expliquée.

3 - Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort ne sont pas appliqués et la cause n'est ni identifiée, ni expliquée.

⇒ Cocher dans le cercle pour valider la case 7, si le point 1 ou le point 2 ont été cochés.

*L'épreuve 1 est validée si 4 parties sur 7 sont validées, dont obligatoirement la 1<sup>ère</sup>, la 5<sup>ème</sup> et la 7<sup>ème</sup>.*

Epreuve 1 validée si au moins 4 cercles sur 7 sont cochés, dont impérativement les cercles des cases 1, 5 et 7 :

# EPREUVE 2 : Analyse d'une situation de travail et propositions d'améliorations

## EPREUVE 2

Descriptif de la situation d'évaluation : le candidat devra décrire la situation de travail, rechercher les déterminants, repérer les risques d'atteinte à la santé et proposer des améliorations.

Epreuve 2 validée si :  
 - au moins 3 cases sur 5 décrivant la situation de travail sont complétées suivant les exigences énoncées,  
 - les 3 cases de l'analyse sont complétées suivant les exigences énoncées.

Support : Photo  Vidéo  Autre

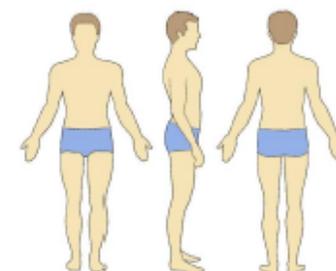
**SITUATION DE TRAVAIL:** .....  
 (à renseigner par le formateur)

J'OBSERVE LA SITUATION DE TRAVAIL

<p><b>QUI ?</b> Qui est l'opérateur ? (âge / qualification / formation...)  <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>	<p><b>QUOI ?</b> Que fait l'opérateur ? Avec quel matériel, matériaux ?  <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>	<p><b>OÙ ?</b> Dans quel environnement ? (Énr. physique, biologique, climatique)  <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i></p>	<p><b>QUAND ?</b> Quels sont ses délais, ses horaires ?  <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i></p>	<p><b>COMMENT ?</b> De quelle façon fait-il son activité ? Avec quoi ? (gestes, postures, déplacements...)  <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>
<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV	<input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV

\* V = Case validée; NV = Case non validée. QQQQ: acquis si 3 cases sur 5 validées.

J'ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL

<p>Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (Cocher ou entourer les éléments influant)          Quel est le niveau d'appréciation pour chaque item ? (cocher un seul émoticône par item)  <i>Au minimum 5 items renseignés de façon pertinente.</i></p>	<p>Quels sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) de cette situation de travail ? Entourer les zones sollicitées sur le schéma en respectant la codification de couleurs.  <i>Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés.</i></p>	<p>Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique ?  <i>Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées.</i></p>																
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 30%;">Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières, autres.</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">😊 😐 😞</td> <td rowspan="7" style="width: 5%; text-align: center; vertical-align: middle;">                 Charge mentale :                  Charge émotionnelle :             </td> <td rowspan="7" style="width: 5%; text-align: center; vertical-align: middle;">                 Charge émotionnelle :             </td> </tr> <tr> <td>Nature de la tâche : Activité de précision, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, répétée, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> <tr> <td>Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> <tr> <td>Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Age, sexe, Gaucher ou droitier, la titude du geste, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> <tr> <td>Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> <tr> <td>Durée et contrainte de temps : Cadenas, horaires, organisation des pauses, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> <tr> <td>Vie hors du travail : Durée du trajet, Moyens de transports, préoccupations diverses, autres.</td> <td style="text-align: center;">😊 😐 😞</td> </tr> </table>	Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières, autres.	😊 😐 😞	Charge mentale : Charge émotionnelle :	Charge émotionnelle :	Nature de la tâche : Activité de précision, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, répétée, autres.	😊 😐 😞	Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres.	😊 😐 😞	Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Age, sexe, Gaucher ou droitier, la titude du geste, autres.	😊 😐 😞	Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, autres.	😊 😐 😞	Durée et contrainte de temps : Cadenas, horaires, organisation des pauses, autres.	😊 😐 😞	Vie hors du travail : Durée du trajet, Moyens de transports, préoccupations diverses, autres.	😊 😐 😞	<p> <span style="color: red;">Ⓞ</span> <b>En rouge :</b>                  Sollicitation importante.             </p> <p> <span style="color: orange;">Ⓞ</span> <b>En orange :</b>                  Sollicitation Moyennement importante.             </p> <p> <span style="color: green;">Ⓞ</span> <b>En vert :</b>                  Sollicitation peu importante.             </p> <p>Risques d'atteintes à la santé : .....</p>	
Environnement : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières, autres.	😊 😐 😞	Charge mentale : Charge émotionnelle :			Charge émotionnelle :													
Nature de la tâche : Activité de précision, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, répétée, autres.	😊 😐 😞																	
Aménagement du poste : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres.	😊 😐 😞																	
Caractéristiques et capacités de l'opérateur : Age, sexe, Gaucher ou droitier, la titude du geste, autres.	😊 😐 😞																	
Relations professionnelles : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, autres.	😊 😐 😞																	
Durée et contrainte de temps : Cadenas, horaires, organisation des pauses, autres.	😊 😐 😞																	
Vie hors du travail : Durée du trajet, Moyens de transports, préoccupations diverses, autres.	😊 😐 😞																	

Support : Photo  Vidéo  Autre



On cochera le format du support de l'évaluation :

**Le support de travail peut être :**

- un film court (ou un extrait)
- une mise en situation « réelle » (en PFMP) ou simulée (en « atelier ») individuelle
- une observation d'une mise en situation « Jouée »
- un document avec photos et texte explicatif apportant les informations complémentaires



Dans tous les cas, le support doit permettre d'avoir tous les éléments indispensables au travail attendu.

Le formateur renseignera cette case avant de distribuer le travail.

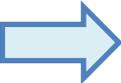
Elle permet de présenter en quelques mots la situation de travail, afin de délimiter son étude



**SITUATION DE TRAVAIL :** .....

*(à renseigner par le formateur)*

J'OBSERVE LA SITUATION DE TRAVAIL



Dans cette 1ère partie, le questionnement QQQQC permettra de réaliser une observation de la situation de travail, nécessaire à une analyse cohérente.

Entourer la case correspondante en fonction des critères d'évaluation de la case :  
V = validé  
NV = Non validé

**QUI ? Qui est l'opérateur ?**  
(Âge / qualification / formation...)  
Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....  
.....  
.....  
.....

Q 

V  NV\*

Entourer la case correspondante en fonction des critères d'évaluation de la case :  
V = validé  
NV = Non validé

**QUOI ? Que fait l'opérateur ? Avec quel matériel, matériaux ?**  
Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.

.....  
.....  
.....  
.....

Q  

V  NV\*

- Age
- Caractéristiques : *taille...*
- Qualification professionnelle : *diplôme...*
- Certifications spécifiques ...*
- Formations suivies .....
- Ancienneté à ce poste de travail

- Tâches(s) : *enchainement d'opérations*
- Délais
- Exigences : *gestuelles / posturales...*
- Matériel / matériaux (quantités)
- Moyens de communication : *parole, gestes, support écrit...*

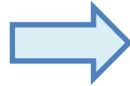


**EPREUVE 2**

<p><b>QUI ?</b> Qui est l'opérateur ? (Âge / qualification / formation...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>	<p><b>QUOI ?</b> Que fait l'opérateur ? Avec quel matériel, matériaux ? <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>	<p><b>OÙ ?</b> Dans quel environnement ? (Env. physique, biologique, climatique) <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i></p>	<p><b>QUAND ?</b> Quels sont ses délais, ses horaires ? <i>Au minimum 1 réponse correcte pour valider la case.</i></p>	<p><b>COMMENT ?</b> De quelle façon fait-il son activité ? Avec qui ? (Gestes, postures, déplacements ...) <i>Au minimum 2 réponses correctes pour valider la case.</i></p>
<p>Q</p>	<p>Q</p>	<p>O</p>	<p>Q</p>	<p>C</p>
<p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>	<p><input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> NV*</p>
<p>* V = Case validée, NV = Case non validée</p>				
<p>QQOQC acquis si 3 cases sur 5 validées</p>				

Pour valider l'observation de la situation de travail, cocher ce cercle si au minimum 3 cases (QQOQC) sur 5 ont été validées

J'ANALYSE LA SITUATION DE TRAVAIL



La 2ème partie doit amener l'acteur PRAP à proposer des améliorations au poste de travail. L'analyse de la situation de travail de l'opérateur permettra d'identifier ce qui détermine son activité physique, et entraîne des sollicitations biomécaniques.

Quels sont les éléments qui déterminent l'activité physique ? (Cocher ou entourer les éléments influant)  
 Quel est le niveau d'appréciation pour chaque item ? (cocher un seul émoticône par item)  
*Au minimum 5 items renseignés de façon pertinente.*

<b>Environnement</b> : Éclairage, bruit, température, fumées, poussières, autres.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Nature de la tâche</b> : Activité de précision, travail à la chaîne, travail en équipe, activité répétitive, répétée, autres.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Aménagement du poste</b> : Placement des outils, du matériel, des produits, espace de travail, autres	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Caractéristiques et capacités de l'opérateur</b> : Age, sexe, Gaucher ou droitier, habitude du geste, autres.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Relations professionnelles</b> : Relations avec les collègues, la hiérarchie, les clients, autres	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Durée et contrainte de temps</b> : Cadence, horaires, organisation des pauses, autres	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Vie hors du travail</b> : Durée du trajet, Moyens de transports, préoccupations diverses, autres	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
		Charge mentale :	Charge émotionnelle :

Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 5 émoticônes entourés de façon pertinente

Au vu des éléments qui déterminent l'activité physique, entourer ou cocher l'émoticône correspondant à votre ressenti au niveau de la charge mentale et de la charge émotionnelle de l'opérateur à ce poste.

Charge mentale : trop ou pas assez d'informations, aléas, dysfonctionnements, stress ...

Charge émotionnelle : violence au travail, démotivation, non reconnaissance ...

Dans un premier temps, repérer en entourant ou cochant les éléments qui déterminent l'activité physique de l'opérateur, puis entourer ou cocher l'émoticône correspondant à votre ressenti.

Localiser les zones sollicitées en les entourant sur la / les silhouette(s).

**L'acteur PRAP doit être capable de repérer « l'intensité » des sollicitations musculaires et / ou articulaires, générées lors de l'activité physique, au poste de travail, selon 3 niveaux. Cette graduation lui permettra de prioriser ses recherches dans l'amélioration du poste observé.**

Nota :

- ce code de couleurs n'est qu'une proposition.
- il est possible de codifier les cercles :  
rouge = 3 / orange = 2 / vert = 1

*Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 2 risques d'atteinte à la santé ont été identifiés.*

Quel sont les risques d'atteinte à la santé (dommages) dans cette situation de travail ? Entourer les zones sollicitées sur le schéma en respectant la codification de couleurs.

*Au minimum 2 risques d'atteinte à la santé identifiés.*

**En rouge :**  
Sollicitation Importante.

**En orange :**  
Sollicitation Moyennement Importante.

**En vert :**  
Sollicitation peu Importante.

Risques d'atteintes à la santé : .....

**A partir des sollicitations repérées, l'acteur PRAP note les risques d'atteintes à la santé susceptibles d'apparaître.**



L'acteur de niveau 5 ou inférieur pourra les choisir parmi une liste de différents risques d'atteintes à la santé notés au tableau :

*Tendinite (épaule, coude, poignet ...), fatigue musculaire, lombalgie, lumbago, cervicalgie, hygroma du genou, épicondylite, bursite, entorse, luxation, fracture, surdité, lésion oculaire, atteinte respiratoire*

...

Quelles améliorations permettraient d'éviter ou de réduire les risques liés à l'activité physique ?

*Au minimum 2 propositions d'améliorations énoncées.*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cocher ce cercle si cette case est validée : au minimum 2 propositions d'améliorations ont été faites

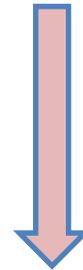
Plan technique : changer de matériel / modifier le poste de travail / faire réparer le matériel...

Plan organisationnel : modifications dans le déroulement de la tâche....

Plan Humain : travail à deux, formation complémentaire ....

Epreuve 2 validée si :

- au moins 3 cases sur 5 décrivant la situation de travail sont complétées suivant les exigences énoncées,
- les 3 cases de l'analyse sont complétées suivant les exigences énoncées.



***L'épreuve 2 est validée si les 4 parties  
sont validées (les 4 cercles cochés)***

**L'Acteur PRAP est certifié si :**

**⇒ Le candidat a participé à toutes les séances (aux 12h minimum de formation)**

**ET**

**⇒ Les deux épreuves ont été validées.**

A participé à toutes les séances :	<input checked="" type="radio"/> OUI	<input type="radio"/> NON
------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------

Epreuve 1 (C3.3)	<input checked="" type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Non acquis
Epreuve 2 (C1, C2, C3.1)	<input checked="" type="radio"/> Acquis	<input type="radio"/> Non acquis
A participé à toutes les séances :	<input checked="" type="radio"/> OUI	<input type="radio"/> NON
Commentaires :		

L'acteur PRAP est certifié s'il a participé à la totalité de la formation, s'il a validé l'épreuve 1 et l'épreuve 2.

Participant :	<input checked="" type="radio"/> Validé	<input type="radio"/> Non validé
---------------	---	----------------------------------