



Réf : PRAPB

Durée : 2 jours

Contact :

Florence OUMGHAR

02.54.96.02.60

contact@cdo-formation.fr

CDO Formation

4, rue du couvent

Millançay

41200 ROMORANTIN

☎ 02.54.96.02.60

www.cdo-formation.fr



Un conseil dans le choix
d'une formation !
Contactez notre conseiller:

Ahmed OUMGHAR

06.30.82.18.84

a.oumghar@cdo-formation.fr



Accessibilité :

Pour une identification
des besoins, merci de
contacter le référent
pédagogique

OBJECTIFS DU MODULE

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

PUBLIC

- ☒ Salariés ou personnes amenés à travailler dans des bureaux

PRE-REQUIS

- ☒ Aucun

PROGRAMME DE FORMATION

- ☒ Les risques du métier, les accidents du travail, les maladies professionnelles spécifiques aux activités de bureau
- ☒ Les statistiques : les accidents du travail et les maladies professionnelles
- ☒ Les principes de la prévention des risques
- ☒ Notion élémentaire des facteurs biomécaniques : appareil locomoteur et œil
- ☒ Les éléments déterminants de l'activité du bureau : fatigue visuelle, activité physique statique...
- ☒ Notions d'ergonomie pour l'aménagement des bureaux et les différentes techniques d'économie d'efforts (Réglage de siège, d'écran d'appui, luminosité, zones vertes...)
- ☒ Observation et analyse d'une situation de travail sur écran;
- ☒ Identification et analyse des déterminants
- ☒ Méthodes de recherche des pistes d'amélioration
- ☒ Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort adaptés au bureau

METHODES PEDAGOGIQUES

- ☒ Après un apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuels, le travail sera transféré à l'étude des postes avec écran. Formation à dominante action.
- ☒ Des documents supports seront mis à disposition des stagiaires pour la réalisation des travaux, et une fiche de proposition d'amélioration sera réalisée et remise à l'équipe au groupe de travail

EVALUATION

- ☒ Certificat "Acteur PRAP" INRS option Bureau délivré par l'INRS après validation par le formateur.