

## SEANCE 2

### C1 COMPRENDRE L'INTERET DE LA PREVENTION

Objectif de la séance : C1.2. Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention

#### A. Généralités : les risques de l'activité physique

1. Vidéos : <https://www.youtube.com/watch?v=5nSEVuuUHPY> « Napoléon échec aux risques » et questionnaire libre avec la volonté de faire prendre conscience de l'existence des risques dans l'entreprise

#### 2. Questionnement aux élèves:

- Pourquoi cette formation s'adresse t'elle a vous ?

***Car les jeunes sont les plus concernés par les Accidents sur le lieu de travail***

- Avez-vous déjà été exposé à des maux suite à une activité physique ?
- Articulaire ou musculaire ?
- Où se localise la douleur ?

#### 3. Conclusion :

- ***Quand on a une activité physique ce n'est pas sans risque, on peut être concernés par ce risque-là. C'est pour cela qu'il faut faire de la prévention.***

#### B. Les risques dans notre secteur d'activité

- Distribuer le document Séance 2 aux élèves en leur expliquant les consignes :
- « Observer la photo et citer les risques d'une telle posture à court terme et à long terme ».



LES RISQUES A COURT TERME :

- ✓ **Mal au dos**
- ✓ **Mal à la nuque**
- ✓ **Maux de tête**
- ✓ **Lumbago**
- ✓ **Fatigue**
- ✓ **Diminution de la productivité**
- ✓ **Augmentation des accidents du travail**

LES RISQUES A LONG TERME :

- ✓ **Augmentation des maladies professionnelles**
- ✓ **Arthroses**
- ✓ **Hernies discales**
- ✓ **Sciatiques**

C. Synthèse orale de cette séance pour conclure avec un résumé nommé : l'essentiel à retenir

A expliquer aux élèves

## L'ESSENTIEL A RETENIR

- L'activité physique au travail telle que la manutention manuelle expose à des risques d'accident du travail ou de maladie professionnelle
- Les effets sur l'organisme sont immédiats (par ex : une déchirure musculaire) ou retardés (par ex : une lombalgie). Les capacités physiques de l'opérateur sont diminuées. Les dommages peuvent avoir lieu sur le squelette (par ex : une fracture), les muscles (par ex : une déchirure), la colonne vertébrale (par ex : un lumbago), les tissus mous des articulations (par ex : les TMS)
- Les mesures de prévention liées à l'activité physique consistent en priorité à supprimer le risque (par ex : utiliser une machine) ou à le réduire (par ex : régler la hauteur de la table à repasser)
- Les mesures de prévention individuelle sont le port des Equipements de Protection Individuelle (EPI) (par exemple : des ceintures de maintien, des gants...)
- La formation PRAP : Prévention des Risques liés à l'Activité Physique est indispensable pour tout travailleur. Elle permet d'acquérir les techniques gestuelles adaptées.