



Nom ..... Prénom ..... Date de l'évaluation .....

**1** Citez 2 acteurs internes de la prévention

**2** Citez 2 acteurs externes de la prévention

**3** Listez les conséquences d'un accident de travail (minimum 2)

**4** Listez les enjeux de la prévention

**5** L'objectif premier de la formation PRAP consiste à :

- ☐ A - Éviter les activités physiques contraignantes
- ☐ B - Appliquer les bons gestes et les bonnes postures
- ☐ C - Mécaniser toutes les opérations

**6** Les Troubles Musculo-Squelettiques représentent :

- ☐ A - La première cause de maladie professionnelle
- ☐ B - La première cause de décès au travail
- ☐ C - La troisième cause de maladie professionnelle

**7** Quels sont les facteurs de risques de TMS ?

- ☐ A - Les éléments environnementaux (vibrations, éclairage...)
- ☐ B - Les éléments psychosociaux (stress, insatisfaction...)
- ☐ C - Les éléments biomécaniques (effort, répétition...)
- ☐ D - Toutes les réponses sont correctes

**8** Le syndrome du canal carpien est une atteinte concernant :

- ☐ A - Le genou
- ☐ B - La colonne
- ☐ C - Le poignet

**9** Le travail statique peut créer des douleurs musculaires.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux

**10** Le travail réel correspond :

- ☐ A - À tout ce qui est défini par avance et fourni à l'opérateur pour l'exécution de son travail.
- ☐ B - Au travail effectif tel qu'il est réalisé au quotidien, influencé par l'ensemble des paramètres liés à une situation de travail

**11** La colonne est constituée de :

- ☐ A - 12 vertèbres
- ☐ B - 33 vertèbres
- ☐ C - 56 vertèbres

**12** Plus la charge est éloignée du corps, plus la pression exercée sur les disques est faible.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux



**13** Avant d'effectuer une manutention manuelle, il est nécessaire :

- ☐ A - D'évaluer la charge et le trajet
- ☐ B - De s'équiper de ses EPI
- ☐ C - D'assurer son équilibre
- ☐ D - Toutes les réponses sont correctes

**14** Pour soulever une charge, vous devez :

- ☐ A - La soulever sur le côté
- ☐ B - La rapprocher de votre centre de gravité
- ☐ C - L'éloigner de votre centre de gravité

**15** De manière générale, la manutention des personnes aidées est à privilégier.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux

**16** Pour instaurer une relation entre l'aidé et l'aidant de qualité, il convient :

- ☐ A - D'être à l'écoute de la personne.
- ☐ B - De lui expliquer le déroulement de la manoeuvre.
- ☐ C - De lui présenter le matériel qui va être utilisé.
- ☐ D - Toutes les réponses sont correctes.

**17** Dans le mode « aidé », la personne :

- ☐ A - Participe activement au déplacement.
- ☐ B - Participe essentiellement grâce à sa capacité de soutien du tronc.
- ☐ C - Ne participe pas au déplacement.

**18** Le disque pivotant permet :

- ☐ A - D'assurer la verticalisation d'une personne.
- ☐ B - D'assurer la rotation d'une personne en position debout.
- ☐ C - D'assurer le redressement d'une personne.

**19** Le lève-personne permet :

- ☐ A - De procéder à l'immobilisation d'une personne.
- ☐ B - De procéder au retournement d'une personne.
- ☐ C - De transférer une personne (ex : d'un lit vers un fauteuil).

**20** Il existe des verticalisateurs électriques et d'autres manuels.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux

**21** Laquelle de ces propositions concernant le positionnement des mains faut-il éviter ?

- ☐ A - Positionner sa main en pince.
- ☐ B - Placer sa main sur des zones d'appui solide (os...).
- ☐ C - Placer sa main à plat.

**22** En petite enfance, il existe des lits permettant de réduire les contraintes posturales.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux

**23** Un transfert allongé/allongé peut être réalisé grâce à une planche de transfert.

- ☐ A - Vrai
- ☐ B - Faux

**24** Dans la position du chevalier servant, l'aidant a :

- ☐ A - Les pieds côte à côte
- ☐ B - Un genou au sol
- ☐ C - Les jambes écartées d'avant en arrière