

**Santé et sécurité**  
**Réf SS01**  
**Mise à jour : janvier 2024**

## DEVENIR ACTEUR EN PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (PRAP IBC)

IBC : Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau



### Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ❖ Contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé :
  - En proposant, de manière concertée, des améliorations techniques, organisationnelles et humaines
  - En maîtrisant les risques sur lesquels il a la possibilité d'agir.

### Public concerné

Tout salarié concerné par la prévention des risques liés à l'activité physique des secteurs d'activité Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau (IBC)

### Effectif

- ❖ 2 à 10 personnes en intra-entreprise
- ❖ 4 à 10 personnes en inter-entreprises

### Prérequis

Aucun.

Néanmoins, il est vivement recommandé au chef d'entreprise de suivre la formation du dirigeant :  
« Assurer les conditions de réussite d'une formation-action PRAP en entreprise ou en établissement ».

### Accessibilité

AQUALEHA prend en compte les différents types de handicaps dans la réalisation de ses formations

### Durée

14h00 en présentiel, réparties en 2 jours non consécutifs permettant un travail d'intersession.

### Lieu

Salle de formation en intra ou inter-entreprise

## Programme

### Intérêt et acteurs de la prévention

L'intérêt d'une démarche de prévention et enjeux pour l'entreprise  
La remontée d'information  
Les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

### Les risques de son métier

Le mécanisme d'apparition du dommage  
Les principaux risques de son métier

### Fonctionnement et limites du corps humain

Les dimensions de l'homme au travail  
Le fonctionnement du corps humain et ses limites  
Les TMS : définition et facteurs de risque

### Méthode d'observation et d'analyse d'une situation de travail

### Proposition d'améliorations

L'expression du besoin  
L'identification de pistes d'amélioration  
La remontée d'information

### Principes de sécurité physique et d'économie d'effort

### Moyens et méthodes pédagogiques :

Cette action s'appuiera sur une méthode participative, associant des apports théoriques et des exercices pratiques (études de cas issus de l'expérience professionnelle des participants, expérimentation des différentes méthodes et outils, échanges sur les pratiques menées en situation réelle, en intersession).

Un livret reprenant l'ensemble des thèmes abordés sera remis à chaque participant à l'issue de la formation.

L'encadrement de la formation est assuré par un formateur certifié par le réseau Assurance Maladie Risques Professionnels/INRS titulaire :

Soit du certificat de « Formateur prap » IBC ou 2S valide

Soit du certificat de « Formateur de formateur prap » IBC ou 2S valide.

### Matériel :

Support informatique, 1 caisse avec poignée et 1 caisse sans poignée, vidéoprojecteur.

### Descriptions du dispositif permettant de suivre les résultats :

L'évaluation des acquis sera réalisée par le biais d'exercices et de mises en situation tout au long de la formation puis à la fin de celle-ci avec une épreuve certificative individuelle. Pour cette épreuve certificative, les candidats disposeront de 40min pour observer et analyser une situation de travail à partir d'un scénario construit par le formateur. Seuls les candidats ayant suivi la totalité de la formation et ayant satisfait à l'épreuve certificative peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP.

La validité de ce certificat est fixée à deux ans et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'un stage « Maintien et Actualisation des Compétences » (MAC) tous les 24 mois, ainsi qu'à la réussite de l'épreuve certificative.

En cas de changement de poste ou de modification importante de l'environnement de travail, une formation de maintien et actualisation des compétences est nécessaire.