

# Maintien et actualisation des compétences en prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP) - *Secteur IBC*



## Quels sont les objectifs de la formation?

### Objectif général :

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.

### Objectifs pédagogiques :

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique 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 différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

## Quel est le programme de la formation?

### Intérêt et acteurs de la prévention

- L'intérêt d'une démarche de prévention et les enjeux pour l'entreprise
- 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

### Le fonctionnement et les limites du corps humain

- Les différentes dimensions de l'homme au travail
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les TMS et les facteurs de risques

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

### Proposition d'amélioration

- L'expression du besoin
- Les pistes d'amélioration
- La remontée d'information

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



### Effectif

De 2 à 10 pers en intra-entreprise;  
De 4 à 10 pers en inter-entreprise



### Durée

7h en face à face



### Lieu

En salle de formation

# Maintien et actualisation des compétences en prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP) - *Secteur IBC*



## Public concerné

Acteur PRAP (IBC)

## Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis sera réalisée au travers d'exercices et de mises en situation tout au long de la formation et à la fin de celle-ci avec une épreuve certificative individuelle.

## Prérequis

Être titulaire du certificat d'Acteur PRAP (IBC ou 2S) délivré par une entité habilitée

## Moyens techniques et pédagogiques

- **Méthode participative**, associant des **apports théoriques**, des **exercices pratiques** (étude de cas issus de l'expérience professionnelle des participants, expérimentation des différentes méthodes et outils, échanges sur les pratiques menées en situation réelle, travail d'intersession).
- **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.

### \*Epreuve certificative, :

- **40min** → **observation et analyse** d'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
- Validité du certificat fixée à **2 ans** et prolongation 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.

## Contact

AQUALEHA - Chemin des Terres Noires - 35505 VITRÉ Cedex  
Tél : 02 99 74 10 54 ; Mail : [contact@aqualeha.fr](mailto:contact@aqualeha.fr) - [www.aqualeha.com](http://www.aqualeha.com)