

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Industrie Bâtiment Commerce et activités de bureau (PRAP IBC) - 1/2



Cette formation vise à :

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement,
- Être capable d'observer et d'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,
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.



- Toute personne capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé (salariés et dirigeants).
- Aucun pré-requis



Équipe pédagogique : Un ergonomes spécialisés dans la prévention des risques professionnels liés aux conditions de travail et des troubles, habilité PRAP IBC depuis 2022.

[Les supports techniques utilisés :](#) Vidéoprojecteur, Diaporamas, vidéos, photos, paperboard ou tableau blanc, exercices, le mémento INRS ED 7201 « Devenir acteur PRAP ».

[Les moyens pédagogiques :](#) alternance d'apports théoriques, méthodologiques. Exercices pratiques et mises en situation.

[Matériel pédagogique :](#)

- Une caisse avec poignées,
- Une caisse sans poignée,
- Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées.



Le contenu de la formation tient compte des caractéristiques de l'activité de l'entreprise.

1 - Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement

- Comprendre l'intérêt de la prévention
 - Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
 - Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
 - Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- Connaître les risques de son métier
 - Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
 - Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
 - Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

2 - 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.

- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain.
 - Connaitre le fonctionnement du corps humain
 - Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
 - Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
 - Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
 - Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
 - Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Industrie Bâtiment Commerce et activités de bureau (PRAP IBC) - 2/2



- 3 - Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention**
- Proposer des améliorations de sa situation de travail
 - A partir des causes identifiées au cours de son analyse
 - En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
 - En prenant en compte les principes généraux de prévention
 - Faire remonter l'information aux personnes concernées
 - Identifier les personnes concernées
 - Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement
 - Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
 - Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
 - Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention

Durée : 2 jours (14h)



- Une épreuve certificative et des évaluations formatives sont proposées aux stagiaires de façon à permettre une évaluation distincte de chaque compétence. Elles sont regroupées en situations d'évaluation qui correspondent au plus proche de leurs situations réelles de travail. Les compétences sont évaluées durant la formation par le formateur PRAP en respectant les modalités définies par le référentiel.
- A l'issue de la formation, passation d'un questionnaire d'évaluation :
 - Évaluation par le formateur des acquis du stagiaire
 - Évaluation par le stagiaire :
 - de l'atteinte des objectifs ;
 - de la qualité de la formation ;
 - de la qualité du formateur.



La validité du certificat « **acteur PRAP** » 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 actualisation de la formation est nécessaire.

Maintien et Actualisation des Compétences de l'acteur en prévention des risques liés à l'activité physique Industrie Bâtiment Commerce et activités de bureau (MAC PRAP IBC)



Cette formation vise à :

- Cette formation vise à maintenir et à réactualiser les compétences de l'acteur PRAP IBC.



- L'impact de la mise en place d'une démarche PRAP dans l'établissement
- Les principes de la prévention des risques professionnels



- Salarié ou dirigeant capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé.
- Pré-requis : Les participants doivent être titulaires du certificat « d'acteur PRAP IBC »

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.

- Les éléments déterminants de l'activité physique
- Présentation des analyses réalisées sur les postes de travail (retour d'expérience sur les cas concrets)

Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

- Présentation du plan d'action suite aux propositions d'amélioration du projet de l'entreprise / établissement
- Retour sur les principes de base d'économie d'effort
- Révision des techniques de manutention
- Mise en pratique des techniques de manutention

Durée : 1 jour (7h)



- Une épreuve certificative et des évaluations formatives sont proposées aux stagiaires de façon à permettre une évaluation distincte de chaque compétence. Elles sont regroupées en situations d'évaluation qui correspondent au plus proche à leurs situations réelles de travail. Les compétences seront évaluées durant la formation par le formateur PRAP en respectant les modalités définies par le référentiel.
- A l'issue de la formation, passation d'un questionnaire d'évaluation : Évaluation par le formateur des acquis du stagiaire, Évaluation par le stagiaire (de l'atteinte des objectifs, de la qualité de la formation, de la qualité du formateur).



La validité du certificat « acteur PRAP option IBC » 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 actualisation de la formation est nécessaire.



Équipe pédagogique : Un ergonomes spécialisés dans la prévention des risques professionnels liés aux conditions de travail et des troubles, habilité PRAP IBC depuis 2022.

Les supports techniques utilisés : Vidéoprojecteur, Diaporamas, vidéos, photos, paperboard ou tableau blanc, exercices, le mémento INRS ED 7201 « Devenir acteur PRAP ».

Les moyens pédagogiques : alternance d'apports théoriques, méthodologiques. Exercices pratiques et mises en situation

Matériel pédagogique :

- Une caisse avec poignées,
- Une caisse sans poignée,
- Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées.



Le contenu de la formation tient compte des caractéristiques de l'activité de l'entreprise.

Révision des 3 compétences :

Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.