

# FORMATION PRAP IBC

PREVENTION DES  
RISQUES LIES A  
L'ACTIVITE  
PHYSIQUE

INDUSTRIE,  
BÂTIMENT ET  
COMMERCE



## OBJECTIFS

Permettre au personnel d'entreprise ou d'établissement des secteurs Industrie, Bâtiment, Bureaux, Commerce (IBC), de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles.

## COMPETENCES VISEES



- Se situer en tant qu'acteur de la 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.



### PRE-REQUIS

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation



### DUREE

2 jours soit 14h00 Minimum



### INTERVENANTS

Formateur PRAP IBC formé et certifié par l'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS)



### EVALUATION

Évaluation théorique et pratique réalisée tout au long de la formation et une certification finale selon la grille de certification des compétences Acteur PRAP IBC de l'INRS



### NOMBRE DE PARTICIPANTS

10 personnes maximum



### PERSONNES CONCERNEES

Tout salarié des secteurs Industrie, Bâtiment, Bureaux, Commerce (IBC), concerné par la prévention des risques liés à l'activité physique.



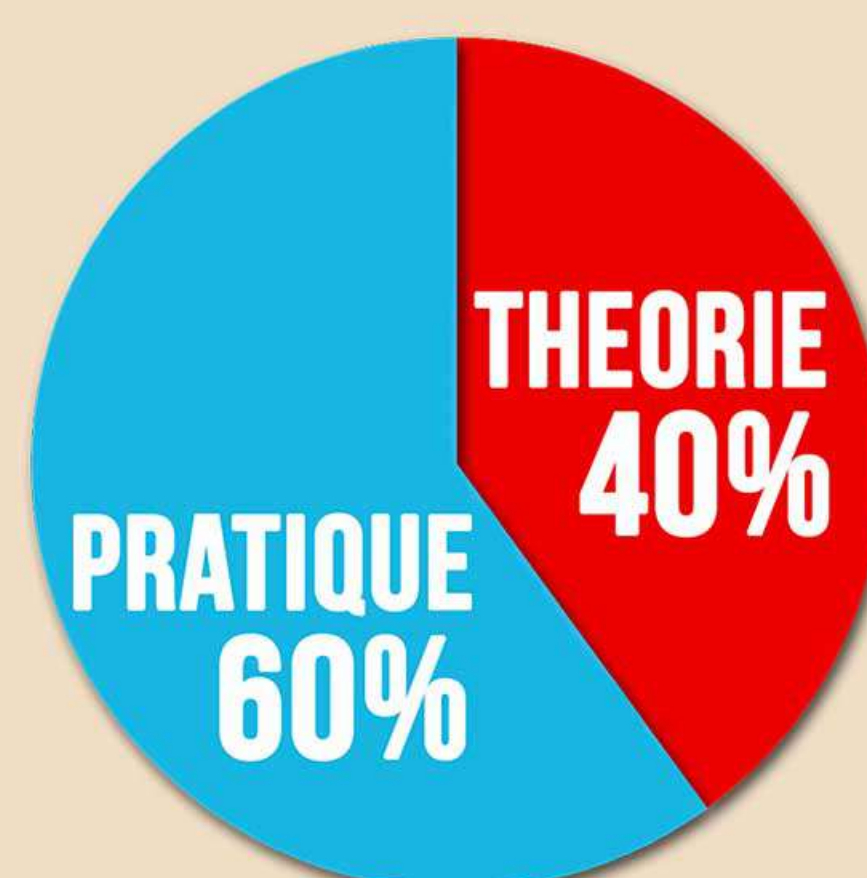
### METHODES PEDAGOGIQUES

- Alternance d'exposé
- Analyse de situations de travail et d'accidents
- Travail en sous groupe
- Mises en situations pratique



### MOYENS PEDAGOGIQUES

- Ressource multimédia
- Accessoires divers (Vertèbre, Articulation, Caisses à poignées...)



# FORMATION PRAP IBC

PREVENTION DES  
RISQUES LIES A  
L'ACTIVITE  
PHYSIQUE

INDUSTRIE,  
BÂTIMENT ET  
COMMERCE



## ATTRIBUTION FINALE

Certificat ACTEUR  
PRAP IBC

Attestation de fin de  
formation

Remise Livret Acteur  
PRAP IBC, conforme au  
document de référence  
de l'INRS



## CONTENUS DE LA FORMATION

### ENSEIGNEMENT THEORIQUE : 40 %

Accueil des stagiaires.

Présentation du formateur PRAP et des stagiaires.

Présentation de la formation (validité / recyclage), des objectifs et des compétences.

#### L'INTERET DE LA PREVENTION

- Les différents enjeux de la démarche PRAP
- Les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

#### LES RISQUES DE SON METIER

- Notion de danger, de situation dangereuse, de dommage et de risque
- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
- Les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

#### LES DOMMAGES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

#### OBSERVER SON TRAVAIL POUR IDENTIFIER CE QUI PEUT NUIRE A SA SANTE

- L'analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique
- Les facteurs de risques et de sollicitation

#### FAIRE REMONTER L'INFORMATION AUX PERSONNES CONCERNEES

- Identifier les personnes concernées
- Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise.

#### SE PROTEGER EN RESPECTANT LES PRINCIPES DE SECURITE ET D'ECONOMIE D'EFFORT

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Les aides techniques à la manutention

### ENSEIGNEMENT PRATIQUE : 60 %

#### PROPOSER DES AMELIORATIONS DE SA SITUATION DE TRAVAIL

- Retour d'expérience et partage d'informations
- Amélioration des conditions de travail et principes de prévention
- Analyse de situations de travail

#### PRINCIPES DE SECURITE PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT EN FONCTION DES ACTIVITES DES OPERATEURS DE SA SITUATION DE TRAVAIL

- Application des règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors d'exercice pratique
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et aides à la manutention

#### MAINTIEN DES CONNAISSANCES : 7 heures tous les 2 ans

**CONTACT OFPS : 01.78.52.98.78**  
**www.ofps78.fr**

Mis à jour le 1er Septembre 2022

