



PRAP IBC - Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Industrie Commerce BTP et activités de bureau

Mise à jour févr. 2025

Durée 2 jours (14 heures)

« Délai d'accès maximum 1 mois »

Nantes / Rennes : 1240 € HT

Brest / Le Mans : 1240 € HT

Certification : NON

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liées à l'activité physique
- Identifier les risques liés à l'activité physique
- Repérer les situations pouvant nuire à sa santé
- Contribuer à la mise en œuvre de la Prap, en proposant des améliorations techniques et organisationnelles, et en maîtrisant les risques

PARTICIPANTS

- Tout public

PRE-REQUIS

- Pas de prérequis spécifique

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Réflexion de groupe et apports théoriques du formateur
- Travail d'échange avec les participants sous forme de réunion-discussion
- Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle
- Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques.
- Remise d'un support de cours.

MODALITES D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée,
- Evaluation des acquis tout au long de la formation,
- Questionnaire de satisfaction,
- Positionnement préalable oral ou écrit,
- Evaluation formative tout au long de la formation,
- Evaluation sommative faite par le formateur ou à l'aide des certifications disponibles,
- Sanction finale : Certificat de réalisation, certification éligible au RS selon l'obtention du résultat par le stagiaire

MOYENS TECHNIQUES EN PRESENTIEL

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation, équipée d'ordinateurs, d'un vidéo projecteur d'un tableau blanc et de paperboard. Nous préconisons 8 personnes maximum par action de formation en présentiel

MOYENS TECHNIQUES DES CLASSES EN CAS DE FORMATION DISTANCIELLE

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et éventuellement une caméra pour l'apprenant,
- suivez une formation uniquement synchrone en temps réel et entièrement à distance. Lors de la classe en ligne, les apprenants interagissent et communiquent entre eux et avec le formateur.
- Les formations en distanciel sont organisées en Inter-Entreprise comme en Intra-Entreprise.
- L'accès à l'environnement d'apprentissage (support de cours, labs) ainsi qu'aux preuves de suivi et d'assiduité (émargement, évaluation) est assuré. Nous préconisons 4 personnes maximum par action de formation en classe à distance

ORGANISATION

- Les cours ont lieu de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30.

PROFIL FORMATEUR

- Nos formateurs sont des experts dans leurs domaines d'intervention
- Leur expérience de terrain et leurs qualités pédagogiques constituent un gage de qualité.

A L'ATTENTION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

- Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

Programme de formation

Ouverture de la formation (01h15)

- Présentation de la formation, identification des attentes et des objectifs des participants

Un enjeu majeur de santé au travail (02h30)

- Présentation de la formation dans la démarche de prévention de l'entreprise
- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle
- Les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise

L'activité physique dans sa situation de travail (01h15)

- Description d'une situation de travail
- Combinaison des différentes activités (observables et non observables) dans la réalisation d'une tâche

Les dommages liés à l'activité physique (01h45)

- Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Les facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnement physique)

Les risques d'atteinte à la santé (01h45)

- Description de l'activité de l'entreprise et repérage des situations pouvant nuire à la santé des salariés
- Repères méthodologiques de l'analyse des déterminants de l'activité physique
- Analyse des déterminants de son activité physique dans sa situation de travail

Les pistes d'amélioration (03h30)

- Les principes généraux de prévention
- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail
- Adaptation des outils de travail et du poste
- Les aides techniques à la manutention
- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Faire remonter l'information aux personnes concernées

La protection : les principes de sécurité physique et

d'économie d'effort (01h15)

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort : les connaître et les appliquer à toutes les situations de travail
- Les différents équipements mécaniques et aides à la manutention : les connaître et savoir les utiliser

Synthèse et bilan (01h15)

- Atteintes des objectifs et évaluation
- Certification Prap

Effectif : jusqu'à 10 participants (00h30)

Périodicité du maintien des compétences : 2 ans (00h30)

Durée de la formation du Maintien et actualisation des compétences (MAC) : 1 jour (01h15)

Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS (00h30)

Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail (00h00)