



# FORMATION PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE (PRAP IBC)

Présentiel - Synchrone

Formation sous habilitation INRS.

Décret du 3 septembre 1992 : Faire bénéficier les travailleurs d'une démarche globale de prévention qui vise à adapter les situations de travail à la personne.

Cette formation, action des acteurs PRAP IBC, doit être intégrée dans le projet de prévention des risques professionnels de l'entreprise (Document unique).

Préalablement à l'organisation des séances de formation-action du personnel et au regard des enjeux et objectifs visés à travers la formation-action d'acteurs PRAP IBC, il est fondamental que l'établissement soit engagé dans une démarche globale de prévention des risques professionnels.

## Objectifs

Participer à la démarche de prévention des risques liés à toute activité physique dans l'entreprise (être acteur de l'amélioration des conditions de travail).

### Public Visé

Tout public venant d'un secteur d'activité IBC (Industries, Bâtiment, Commerce)

### Pré Requis

Aucun

## Objectifs pédagogiques et d'évaluation

- Connaître les risques de son métier afin de repérer les situations susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts excessifs ou inutiles
- Observer et analyser le travail en s'appuyant sur la connaissance du corps humain afin d'identifier les différentes atteintes susceptibles d'être encourues

## Parcours pédagogique

### Se situer en tant qu'acteur de la prévention au sein de son entreprise

- Intérêt de la prévention : les enjeux pour l'entreprise et les différents acteurs et leur rôle
- Les risques de son métier :
  - Le phénomène d'apparition du risque
  - Les principaux risques de son métier et les effets induits
  - Repérer dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs

### L'observation et l'analyse de 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 dommages potentiels liés à l'activité physique
- Le fonctionnement du corps humain
- Les limites de fonctionnement du corps humain
- Les différentes atteintes à la santé
- Observer son travail afin d'identifier ce qui peut nuire à sa santé

### Participer à la maîtrise des risques dans son entreprise

- Les composantes de la situation de travail
- Les principes généraux de prévention
- Les remontées d'information aux personnes concernées et en utilisant les modes de communication identifiés dans l'entreprise
- Les principes de sécurité et d'économie d'effort
- Utilisation des équipements mécaniques et d'aide à la manutention

**BILAN : organisation d'une réunion de restitution avec la direction et/ou le comité de pilotage constitué, afin de présenter les analyses de poste réalisées au**

Version : OPRAP-20260608

● **ASFO Grand Sud**  
Siret : 834 204 273 00017  
N° déclaration activité : 76310897031

● **ASFO Grand Sud GP**  
Siret : 508 047 529 00039  
N° déclaration activité : 73810082681

● **CEFIRC**  
Siret : 433 785 946 00032  
N° déclaration activité : 72640201664

● **ASFO Grand Sud Pays Catalan**  
Siret : 939 696 886 00018  
N° déclaration activité : 76660309966



cours de la formation ainsi que les plans d'actions associés.

## Méthodes pédagogiques

Alternance entre apports théoriques et analyse des situations de travail sur le terrain (les stagiaires analysent leur propre activité physique), Mise en commun des analyses au moyen d'une grille d'observation « Recherche des déterminants de l'activité physique » et « Recherche de pistes de solutions/axes d'amélioration avec le personnel », si possible réalisation de travaux intersession (observation d'une situation de travail de l'entreprise par groupe de 2 ou 3). Réalisation d'une synthèse qui sera remise à la hiérarchie et aux personnes ressources, livret.

## Qualification Intervenant-e-s

Formateur spécialisé dans le domaine, certifié par l'INRS

## Méthodes et modalités d'évaluation

Validation des acquis lors d'une évaluation certificative réalisée par le formateur, en vue de la délivrance d'un Certificat d'Acteur PRAP IBC valable 24 mois et renouvelable avec une formation MAC d'une durée

## Modalités d'accessibilité handicap

Accès PMR



### Durée

14.00 Heures

2 Jours

### Effectif

10 personnes maximum