

# Prévention des Risques liés à L'activité physique (PRAP) Industrie - Bâtiment - Commerce et activités de bureau (IBC)

## Objectifs de la formation

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise
- Observer et analyser sa situation de travail afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention

## Personne concernée

L'ensemble du personnel de l'entreprise  
Accessible aux personnes à mobilité réduite

## Prérequis

Aucun niveau de connaissance préalable n'est requis pour suivre cette formation  
Afin d'assurer les conditions de réussite de la formation, il est essentiel que l'entreprise soit engagée dans une démarche globale de prévention des risques professionnelles.

## Pédagogie

### Méthodes pédagogiques

Diaporamas, vidéos, échanges et partages d'expérience – Exercices et études de cas spécifiques à l'entreprise

### Moyens techniques

PC portable et vidéoprojecteur pour projection de diaporama

### Moyens humains

Formateur PRAP IBC formé et certifié par l'INRS

## Organisation

14 heures (ajout du temps nécessaire pour traiter les conduites à tenir particulières liées aux risques spécifiques de l'entreprise).

En fin de formation, il est remis à chaque stagiaire :

- Un livret aide-mémoire sera remis au stagiaire en fin de formation
- Une attestation individuelle de fin de formation.
- Un certificat d'acteur « PRAP », si le participant a réussi les épreuves participatives.

Cette formation fait l'objet d'une évaluation par une enquête de satisfaction remise au stagiaire à la fin de la formation.

**Nombre de participants :** 4 à 10 participants

**Durée :** 2 jours en présentiel avec intersession idéalement de 15 jours - **Recyclage** tous les 2 ans

**Le délai d'accès** tient compte des différentes formalités nécessaires à l'accessibilité à la formation dans un temps minimum d'un mois avant le début de l'action.

## Contenu de la formation

Après une présentation du programme, du formateur et des participants, cette formation permettra d'être capable de :

|                                   |  |  |
|-----------------------------------|--|--|
| <b>Début de la formation</b>      | Présentation de la formation de ses objectifs, du formateur, des stagiaires. La place de la formation PRAP dans la démarche de prévention de l'entreprise                              |  |
| <b>Domaine de compétences n°1</b> | Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise   | <p><b>Comprendre l'intérêt de la prévention</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement</li> <li>- Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention</li> <li>- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles</li> </ul> <p><b>Connaitre les risques de son métier</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage</li> <li>- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits</li> <li>- Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé</li> </ul>   |
| <b>Domaine de compétences n°2</b> | 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 | <p><b>Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaitre le fonctionnement du corps humain</li> <li>- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain</li> <li>- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé</li> </ul> <p><b>Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité</li> <li>- Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique</li> <li>- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels</li> </ul> |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>Domaine de compétences n°3</b></p> | <p>Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention</p> | <p><b>Proposer des améliorations de sa situation de travail</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- A partir des causes identifiées au cours de son analyse</li><li>- En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail</li><li>- En prenant en compte les principes généraux de prévention</li></ul> <p><b>Faire remonter l'information aux personnes concernées</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifier les personnes concernées</li><li>- Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement</li></ul> <p><b>Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail</li><li>- Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention</li></ul> |
|--|---|--|

### **Evaluation**

L'évaluation formative en continue et les épreuves d'évaluation certificatives finales sont réalisées conformément au document de référence de l'INRS V9-01/2021 en vue de la délivrance d'un certificat acteur PRAP sous réserve que le stagiaire ait suivi l'intégralité de la formation.

### **Réglementation applicable**

Art. L4121-1 et L4121-2

### **Tarifs :**

Intra-entreprise : nous consulter

Possibilité de prise en charge totale ou partielle par votre OPCO dans le cadre d'un plan de prévention

#### **Contact :**

Mylène DUBROCA

0692 55 44 28

redbird.reunion@gmail.com