REDBIRD
PREVENTION ET SECOURISME A LA REUNION

REDBIRD_V3 du 02/10/2025

Programme de formation
Prévention des Risques liés à l'activité physique (PRAP)
Industrie – Bâtiment – Commerce et activités de bureau (IBC)

Objectifs de la formation

- Rendre tout le personnel capable de contribuer à la mise en œuvre de la Prévention des Risques Liés à l'Activité Physique, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles et en maitrisant les risques sur lesquels il a possibilité d'agir.
- Prévenir les risques professionnels par des actions concrètes ou par des remontées d'informations sur les risques réels rencontrés dans les situations de travail du quotidien.

Compétences visées 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 et Prérequis

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

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.

Méthodes pédagogiques

Modalités : en présentiel
Méthodes pédagogiques : Alternance théorie et pratique
Moyens techniques : Support vidéo réalisé par l'INRS - 1 caisse avec poignée - 1 caisse sans poignée - Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées
Moyens humains : Formateur PRAP IBC certifié par l'INRS

Organisation et modalités d'accès

Nombre de participants : Groupe de 4 à 10 participants
Durée : 14 heures soit 2 jours en présentiel avec intersession idéalement de 15 jours

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.

Modalités d'accès :
- Par l'employeur (plan de développement des compétences/OPCO)
- A l'initiative du salarié (plan de développement des compétences/fonds propres)

Délai d'accès :
- En intra : dates, horaires et lieu de votre choix
- En inter : consulter le calendrier

Modalités d'évaluation

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.

REDBIRD
PREVENTION ET SECOURISME A LA REUNION

PRAP IBC

Modalités tarifaires

Tarif intra-entreprise : 1500€
Tarif inter-entreprise : 300€
Possibilité de prise en charge totale ou partielle par votre OPCO dans le cadre d'un plan de prévention

Contenu de la formation

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

Début de la formation	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
Domaines de compétences n°1	
Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise	**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 **Connaitre 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
Domaines de compétences n°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
Domaines de compétences n°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