

## PRAP IBC - PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE INDUSTRIE COMMERCE BTP ET ACTIVITÉS DE BUREAU

Durée

2 jours

Référence Formation

6-SP-PCSE

### Objectifs

Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liées à l'activité physique dans son entreprise  
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 travaillant dans les secteurs où ils ont des activités physiques avec manutentions manuelles ou un travail statique

### Pré-requis

Pas de prérequis spécifique Pour le MAC : être titulaire du certificat d'acteur prap

### Moyens pédagogiques

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation équipée d'un vidéo projecteur, tableau blanc et paperboard ainsi qu'un ordinateur par participant pour les formations informatiques.  
Positionnement préalable oral ou écrit sous forme de tests d'évaluation, feuille de présence signée en demi-journée, évaluation des acquis tout au long de la formation.  
En fin de stage : QCM, exercices pratiques ou mises en situation professionnelle, questionnaire de satisfaction, attestation de stage, support de cours remis à chaque participant.  
Formateur expert dans son domaine d'intervention  
Apports théoriques et exercices pratiques du formateur  
Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle des participants  
Réflexion de groupe et travail d'échanges avec les participants  
Pour les formations à distance : Classe virtuelle organisée principalement avec l'outil ZOOM.  
Assistance technique et pédagogique : envoi des coordonnées du formateur par mail avant le début de la formation pour accompagner le bénéficiaire dans le déroulement de son parcours à distance.

### PROGRAMME

#### - Ouverture de la formation

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

#### - Un enjeu majeur de santé au travail

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

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

#### CAP ÉLAN FORMATION

www.capelanformation.fr - Tél : 04.86.01.20.50

Mail : contact@capelanformation.fr

Organisme enregistré sous le N° 76 34 0908834

[version 2023]

**- Les dommages liés à l'activité physique**

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**

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**

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**

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**

Atteintes des objectifs et évaluation  
Certification Prap

**- Effectif : jusqu'à 10 participants**

**- Périodicité du maintien des compétences : 2 ans**

Périodicité du maintien des compétences : 2 ans

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

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

**- Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS**

Profil formateur : formateur PRAP IBC certifié INRS

**- Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail**

Contexte réglementaire : Art. L4121-3 du Code du Travail