



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



1 / 4

Soyez acteur de votre parcours de formation et passez à l'action !

## Objectifs

- Situer le rôle de l'acteur PRAP dans son entreprise ou son établissement.
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain.
- Participer à la maîtrise du risque et à sa prévention dans son entreprise ou son établissement.

## Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Alternance d'exposés, d'exercices, d'études de cas et de mises en situation, un travail intersession sera demandé aux stagiaires.

Matériel pédagogique:

- Utilisation de diaporama pour illustrer le contenu.
- Utilisation de vidéos éditées par l'INRS.
- Pour les mises en situation, du matériel est apporté par le formateur (caisse avec poignée, gants). Le reste du matériel est fourni par l'entreprise afin que les stagiaires manipulent les objets de leur quotidien au travail.
- La salle devra être suffisamment grande pour le groupe et lui permettre de bouger pour la manipulation des caisses.
- La salle devra posséder un branchement électrique, un tableau blanc ou un paper board.
- A l'issue de la formation, il sera remis à l'acteur PRAP : le support édité par l'INRS « Devenir acteur PRAP, memento formation-action » (ED 72 01).

Evaluation:

- Tout au long de la formation l'acteur PRAP sera évalué à l'aide des différentes activités qui seront menées (exercices, études de cas...) afin de pouvoir mener les remédiations nécessaires.



### Durée de formation

0,5 jour pour la phase préparatoire  
2 jours soit 14 heures de formation (les journées ne sont pas consécutives : 15 jours d'intervalle)



### Public

Tout public du secteur de l'industrie, commerce, bâtiment et services  
De 4 à 10 participants maximum

Taux de réussite: 95 %

Taux d'échec : 5 % (lié aux abandons pour maladie)  
données pour les 6 derniers mois mise à jour février 2023.



### Prérequis

Aucun prérequis nécessaire pour suivre la formation.



### Niveau / Certification Obtenue

Certificat acteur PRAP, attestation de formation et certificat de réalisation



### Type de formation / stage

Présentiel

Intra



adhénia formation

RENCONTRONS-NOUS !

05 53 45 85 70  
CONTACT@ADHENIA-FORMATION.FR

CRÉ@VALLÉE SUD

AVENUE DE BORIE MARTY  
24660 NOTRE DAME DE SANILHAC

SIRET : 753 127 398 00026

DÉCLARATION D'EXISTENCE :  
72 24 01587 24

SE FORMER TOUT AU LONG DE SA VIE !

WWW.ADHENIA-FORMATION.FR

INFORMATIQUE, TECHNIQUE  
ET BUREAUTIQUE

COMMERCE, MARKETING,  
COMPTABILITÉ, GESTION

RELATIONS ET  
RESSOURCES HUMAINES

DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL

SÉCURITÉ ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

LANGUES  
ÉTRANGÈRES

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



2 / 4

- L'épreuve certificative aura lieu conformément à la fiche d'évaluation des acteurs PRAP de l'INRS

Les stagiaires qui auront suivi l'ensemble de la formation et qui auront satisfait à l'épreuve certificative seront validés. Ces derniers recevront un certificat d'Acteur Prévention des Risques liés à l'Activité Physique.

La durée de validité de ce certificat est fixée à deux ans. Sa prolongation est conditionnée par le suivi d'un stage « maintien et actualisation des compétences (recyclage) de l'acteur PRAP» d'une journée tous les 24 mois.

Intervenant: Formateur habilité PRAP IBC

## Programme

### Projet PRAP Entreprise Phase préparatoire en amont de la formation (obligatoire)

- Contexte
  - Finalité du projet
  - Les atouts de votre projet
  - Les freins possibles
  - Les étapes
- Etape 1 : Information/Formation du dirigeant ou responsable qualité/sécurité ou personne responsable du projet
- Etape 2 : Information des différents protagonistes
- Etape 3 : Constitution du groupe projet
- Etape 4 : choix des indicateurs
- Etape 5 : Formation des acteurs PRAP
- Etape 6 : Animation du groupe projet et suivi des indicateurs

### PROGRAMME

- Présentation du formateur, des participants et de la formation.





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



3 / 4

## Partie 1 : Situer le rôle de l'acteur PRAP dans son entreprise ou son établissement

- Connaître les risques de son métier  
Danger, situation dangereuse, dommage, risque  
AT (accident du travail) , MP (maladie professionnelle)
- Identifier la nature et l'importance des AT et MP liés à l'activité physique dans son entreprise  
Les AT et MP et l'activité physique  
PRAP et réduction des AT et MP
- Identifier les préjudices  
Préjudices humains  
Préjudices sociaux  
Préjudices économiques  
Une démarche de prévention Pourquoi ?  
Acteurs de la prévention dans l'entreprise

## Partie 2 : Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain

- Le corps humain et l'activité physique  
Le mouvement, notre corps et ses limites  
Les atteintes de l'appareil locomoteur  
Les facteurs de risque : biomécaniques, psychosociaux, environnementaux, individuels
- Détecter les risques (Étude de cas et mise en situation)  
Les sollicitations de l'appareil locomoteur dans son activité  
Recherche des causes potentielles

## Partie 3 : Participer à la maîtrise du risque et à sa prévention dans son entreprise ou son établissement (Étude de cas et mise en situation)

- Recherche des pistes d'amélioration  
à partir des causes identifiées



adhénia formation

RENCONTRONS-NOUS !

05 53 45 85 70  
CONTACT@ADHENIA-FORMATION.FR

CRÉ@VALLÉE SUD

AVENUE DE BORIE MARTY  
24660 NOTRE DAME DE SANILHAC

SIRET : 753 127 398 00026

DÉCLARATION D'EXISTENCE :  
72 24 01587 24

SE FORMER TOUT AU LONG DE SA VIE !

WWW.ADHENIA-FORMATION.FR

INFORMATIQUE, TECHNIQUE  
ET BUREAUTIQUE

COMMERCE, MARKETING,  
COMPTABILITÉ, GESTION

RELATIONS ET  
RESSOURCES HUMAINES

DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL

SÉCURITÉ ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

LANGUES  
ÉTRANGÈRES

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



4 /  
4

en agissant sur l'ensemble des composants de sa situation de travail  
en s'appuyant sur les principes généraux de prévention  
Epreuve certificative

- Se protéger en utilisant les aides à la manutention et appliquant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Faire remonter l'information aux personnes concernées

A qui ?  
Comment ?

**BILAN**

