

**PROGRAMME DE FORMATION INITIALE PRAP
PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUES
SECTEUR : INDUSTRIE, BTP, COMMERCE ET ACTIVITÉS DE BUREAU**

PUBLIC CONCERNÉ

- Tout salarié désigné par son entreprise

PRÉ REQUIS

- Aucun pré requis n'est exigé pour suivre la formation prévention des risques liés à l'activité physique

OBJECTIFS DE LA FORMATION

1. Connaître les risques liés à son activité ou à son métier
2. Analyser en détail sa situation de travail
3. Proposer à son encadrement des améliorations techniques ou organisationnelles d'aménagement de son poste de travail
4. Mobiliser les personnes concernées par la prévention des risques dans la structure
5. Adopter de bonnes pratiques et des gestes appropriés à la tâche à effectuer.

CONTENU DE LA FORMATION

PARTIE 1 ETRE CAPABLE DE SE SITUER EN TANT QU'ACTEUR DE PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS SON ENTREPRISE OU SON ETABLISSEMENT

- **Les bénéfiques de la prévention**
Les enjeux pour l'entreprise
L'intérêt de la démarche de prévention
Les différents acteurs et leurs rôles
- **Les risques liés à son métier**
Le mécanisme d'apparition du dommage
Les principaux risques liés à son métier
Repérer des situations dangereuses dans son métier

PARTIE 2 OBSERVER ET ANALYSER SA SITUATION DE TRAVAIL EN S'APPUYANT SUR LE FONCTIONNEMENT DU CORPS HUMAIN, AFIN D'IDENTIFIER LES DIFFERENTES ATTEINTES À LA SANTÉ POSSIBLES

- **Les dommages potentiels liés à l'activité physique en s'appuyant sur des connaissances relatives au fonctionnement du corps humain**
Le fonctionnement du corps humain
Les limites du corps humain et les atteintes à la santé
- **Observer son travail afin d'identifier ce qui peut nuire à sa santé**

Observer et décrire son activité
Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique
Analyser les causes d'exposition

PARTIE 3 PARTICIPER À LA MAITRISE DU RISQUE ET À LA PRÉVENTION DANS SON ENTREPRISE

- **Proposer des pistes d'amélioration :**
 - À partir de sa propre analyse
 - En essayant d'agir sur toutes les composantes de sa situation de travail
 - En s'appuyant sur les principes généraux de la prévention
- **Remonter les informations aux personnes concernées**
 - Identifier les acteurs de la prévention
 - Les clés d'une bonne remontée d'information en suivant les procédures de son entreprise
- **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

LES DOCUMENTS DE RÉFÉRENCES

- Manuel du formateur (INRS)/ Devenir acteur PRAP Mémento formation-action (INRS)
- Document de référence du dispositif prévention des risques liés à l'activité physique (INRS)
- Épreuve certificative de la formation d'acteur PRAP IBC (INRS)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La formation est axée sur la participation des futurs acteurs PRAP. À l'issue de cette formation, les acteurs PRAP auront chacun réalisé une analyse d'une situation de travail en entreprise avec des pistes d'améliorations associées.

- Démonstrations et exposés du formateur
- Ateliers d'apprentissage/ Travaux de groupe/ Mises en situation/Études de cas /QCM

MOYENS PÉDAGOGIQUE

- **Matériel informatique** (ordinateur portable et vidéo projecteur)
- **Matériel de démonstration**
 - Modèles anatomique, caisses avec et sans poignets, autres matériels en lien avec les activités de l'entreprise

INTERVENANT

- Formateur titulaire du certificat INRS « Formateur PRAP IBC » en cours de validité
- Titulaire d'un Master Qualité Sécurité Environnement et 10 ans d'expérience professionnelle

DURÉE ET EFFECTIF

- 14 heures en présentiel réparties si possibles sur trois semaines /10 participants maximum



Validité du programme 1 janvier 2024 au 31 décembre 2024/V3

ACCESSIBILITÉ

Les conditions d'accueil et d'accès peuvent être adaptées aux personnes en situation de handicap. Avant toute formation, il est nécessaire de contacter le référent handicap Kamel Bellahcene (0612748642/bellahcene_kamel@live.fr) afin de déterminer les besoins humains, techniques, organisationnels et pédagogiques nécessaires à la mise en œuvre la formation

MODALITÉ D'ÉVALUATION

- Grille de certification des compétences PRAP/QCM/Étude de cas

VALIDATION DE LA FORMATION

- Certificat d'acteur PRAP IBC valable 24 mois
- Un certificat d'acteur PRAP IBC sera délivré aux participants ayant assisté à la totalité de la formation et satisfait à l'ensemble des épreuves certificatives

MODALITÉ D'ACCÈS

- L'inscription à la formation est accessible dans un délai de 14 jours minimum une fois le dossier complet

TARIF

- Coût pédagogique à partir 1200 euros TTC/ jour
- Un devis sera réalisé sur-mesure