



7 heures

# ACTEUR EN PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (PRAP) - IBC - MAC



## Compétences visées

Cette formation a pour finalité de maintenir et d'actualiser les compétences du salarié en matière de mise en œuvre de la prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP)



Demande de devis



## Objectifs (être capable)

- De se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son établissement
- D'observer et d'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
- De participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

### Matin

#### Accueil des participants

- Présentation du formateur et des participants
- Objectifs de la formation

#### Consolidation des Connaissances

- Retour sur les principes de base de la PRAP
- Actualisation des réglementations
- Révision des concepts clés
- Retour d'expérience depuis la dernière formation
- Partage d'anecdotes et de situations vécues
- Analyse des changements mis en place

### Après-midi

#### Mise en Pratique et Actualisation

- Actualisation des techniques de manutention
- Nouvelles méthodes ou recommandations
- Utilisation d'équipements mis à jour
- Exercices pratiques de recyclage
- Manipulation d'objets
- Simulation de situations de travail à risque
- Échanges et conclusion
- Discussions sur les apprentissages du jour
- Planification des actions futures

#### Bilan de fin de formation

- QCM
- Recueil de la satisfaction des stagiaires

### Théorie



### Pratique



En intra ou en inter-entreprise



De 4 à 10 personnes

#### Public concerné

Personnel formé PRAP IBC

#### Prérequis

Avoir le certificat PRAP IBC

#### Profil des intervenants

Formateurs PRAP certifié par l'INRS

#### Modalités d'évaluation

- Partie théorique : QCM à choix multiples
- Partie pratique : Evaluation sommative

#### Méthodes pédagogique

Exposé interactif, activités de groupe, démonstration par le formateur, étude de cas, mises en situation

#### Moyens pédagogique

Support de présentation, vidéos, caisses de manutention, cartons lestés

#### Document pédagogique

Remise d'un livret "Acteur en prévention des risques liés à l'activité physique" à chaque apprenant

#### Attribution finale

Certificat de formation, carte de certification PRAP IBC

#### Textes applicables

Code du travail, articles L 4121-1 et suivants  
Code du travail, articles R 4541-1 et suivants  
Documents de référence de l'INRS



Maintien des connaissances  
7 heures tous les 24 mois



Personne en situation de handicap  
Contactez notre référent



La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes :  
Actions de formation