

PROGRAMME DE FORMATION PRAP IBC

PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

INDUSTRIE • BÂTIMENT • COMMERCE & ACTIVITÉS DE BUREAU

(Conforme au référentiel INRS V9 01/2021)

Caractéristiques de la formation :

- > L'ensemble de nos formateurs est conventionné par la CRAM ou l'INRS
- > Elle a fait l'objet d'une déclaration et d'un enregistrement obligatoires dans l'outil de gestion national
- > Elle comporte une certification finale

Durée pédagogique : 14 heures en présentiel réparties si possible sur trois semaines, en tenant compte des contraintes de l'entreprise. Cette formation peut être organisée sur plusieurs séquences espacées d'une durée permettant d'assurer la cohérence pédagogique de l'ensemble de la formation pour répondre aux contraintes de certaines entreprises ou aux spécificités des publics formés. Ce découpage est indicatif, il peut varier en fonction du nombre et du niveau des stagiaires, ainsi que des contraintes propres à l'entreprise. Il est admis de regrouper plusieurs séquences sur une même demi-journée ou sur une journée si cela s'avère nécessaire.

Nombre de participants : 4 à 8 participants par session. En dessous de 4 participants, la formation n'est plus possible. Au-delà de 8 stagiaires, sa durée est majorée d'une demi-heure par personne supplémentaire. A partir de 15 participants, la session est doublée et 2 formateurs sont nécessaires.

Méthodes pédagogiques :

- > Alternance théorie et pratique,
- > Supports vidéos réalisés par l'INRS,
- > 1 caisse avec poignées
- > 1 caisse sans poignées
- > Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées
- > Fascicule de support de formation pour chaque participant

Validation et modalités : Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait à l'épreuve certificative peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP IBC. La validité de ce certificat est fixée à deux ans, et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'un stage « Maintien et Actualisation des Compétences » (MAC) tous les 24 mois, ainsi qu'à la réussite de l'épreuve certificative. En cas de changement de poste ou de modification importante de l'environnement de travail, une actualisation de la formation est nécessaire.



Programme et contenu de la formation :

> **Domaine de compétences 1 :** Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

> **Domaine de compétences 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.

> **Domaine de compétences 3 :** Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

Domaine de compétences 1

- > Comprendre l'intérêt de la prévention
- > Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
- > Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- > Connaître 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

Domaine de compétences 2

- > Connaître et repérer les limites le 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

Domaine de compétences 3

- > Proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des causes identifiées au cours de son analyse, en agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail et 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 et d'économie d'effort (PSPEE)
- > Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail (de lever et de porter des charges (nature de la charge et du trajet, plier les jambes, garder le dos droit, centre de gravité...),
- > Connaître et utiliser les équipements mécaniques et aides à la manutention

