

# PROGRAMME DE FORMATION PRAP IBC

## PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE MILIEU BÂTIMENT INDUSTRIE COMMERCE ET ACTIVITÉS DE BUREAU

(suivant référentiel INRS V9 01/2021)

Réf : PRAP IBC | Durée : 2 jours | 14 heures | Tarif : 275 € HT / stagiaire

Accès : selon disponibilité à la date de l'inscription

Contact : Tanya DARI | ☎ 01.56.72.92.45 | [formation@ipal.fr](mailto:formation@ipal.fr) | [www.ipal.fr](http://www.ipal.fr)



**Accessibilité** : Pour une identification des besoins, merci de contacter le référent pédagogique

### Objectifs :

- > Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- > 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
- > Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

### Caractéristiques de la formation :

- > Les formateurs sont certifiés par le réseau INRS / AMRP et à jour de leur formation
- > Elle a fait l'objet d'une déclaration et d'un enregistrement obligatoires dans l'outil de gestion national
- > Elle comporte une certification finale.

**Pré-requis et condition de participation** : aucun

**Durée pédagogique** : La durée de la formation est de 14 heures en présentiel (pauses comprises), réparties si possible sur trois semaines, en tenant compte des contraintes de l'entreprise.

**Nombre de participants** : Pour des raisons pédagogiques, le nombre de stagiaires est limité à 10 par groupe maximum. Au-delà de 10 participants = 2 groupes.

### Méthodes pédagogiques :

- > Alternance théorie et pratique
- > Supports vidéo réalisés par l'INRS

### Matériels pédagogiques :

- > 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 : être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

- > 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 : 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.

- > 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 : être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

- > 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