



## Formation initiale Acteur PRAP IBC

# Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

### Objectifs

Permettre à tout salarié de participer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physiques, auxquels il est exposé, en proposant de manière concertée des pistes d'améliorations.

### Public concerné

Tous salariés des secteurs  
**Industrie, BTP, Bureau et Commerce.**

**Nombre de stagiaires  
par session conseillé :**  
mini 4 / maxi 12

### Lieu

Dans les locaux de l'entreprise  
- pour la partie théorique : en salle  
- pour la partie pratique : sur poste ou en salle

### Pré-requis

Aucun

**Durée :** 14h de formation (jours non nécessairement consécutifs)

Optionnel : ½ journée d'étude du projet de l'entreprise et des postes par le formateur

### Pédagogie

Démarches : déductive et inductive

Méthodes : magistrale, interrogative, découverte, démonstrative, analogique et applicative

### Validation de la formation

Un certificat PRAP sera délivré à chaque stagiaire qui :

- A suivi la totalité de la formation
- A acquis toutes les compétences selon le référentiel de l'INRS.

La validité de ce certificat est d'une durée de 24 mois, la prolongation de celle-ci est conditionnée par un recyclage tous les 24 mois.

En application de l'art L6353-1 c. Trav. Une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire en fin de session.

**Evaluation :** épreuve certificative en fin de formation selon le référentiel PRAP INRS

### Gestion du handicap

Tout problème de santé qui pourrait impacter la formation (motricité réduite, difficulté psychologique, maladie...) devra être signalé au formateur afin qu'il puisse anticiper l'éventuelle difficulté d'un stagiaire sur un exercice.

**L'animateur / formateur :** Formateur Prévention des Risques liés à l'Activité Physique certifiée par un organisme de formation habilité INRS.



## *Compétences visées*

### Compétence 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
  - a) Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
  - b) Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles
- Connaître les risques de son métier
  - a) Comprendre le phénomène d'apparition du risque
  - b) Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
  - c) Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs

### Compétence 2 :

#### ***Être capable 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***

- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
  - a) Connaître le fonctionnement du corps humain
  - b) Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
  - c) Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
  - a) Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
  - b) Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique potentiels
  - c) Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

### Compétence 3 :

#### ***Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement***

- Proposer des améliorations de sa situation de travail
  - a) A partir des causes identifiées au cours de son analyse
  - b) En agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail
  - c) En prenant en compte les principes généraux de prévention
- Faire remonter l'information aux personnes concernées
  - a) Identifier les personnes concernées
  - b) Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise.
- Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort.
  - a) Connaître et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
  - b) Connaître et utiliser les différents équipements et aides à la manutention