



## Formation Prap IBC :

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique secteur  
Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau

 06.81.77.06.41

 amayaprev@hotmail.com

 <https://amayaprev.fr/>

### Objectifs :

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

### Programme :

- Comprendre l'intérêt de la prévention
- Connaître les risques de son métier
- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
- Proposer des améliorations de sa situation de travail
- Faire remonter l'information aux personnes concernées
- Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

**Prévoir deux heures pour la réalisation d'un travail intersession sur le poste de travail**

### Validation :

- Cette formation est régie par un ensemble de dispositions définies par l'INRS et le réseau prévention (modalités de mise en œuvre, référentiels, documents administratifs, critères d'évaluation certificative..)
- Un certificat PRAP IBC est délivré aux participants qui ont suivis avec succès la totalité de la formation et satisfait aux évaluations certificatives.

### Maintien et Actualisation des Compétences :

La validité de ce certificat est fixée à 2 ans d'une durée de 7 heures et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'une formation "Maintien et Actualisation des Compétences" (MAC) où des évaluations certifiantes seront à nouveau réalisées.

Modalités : Formation en présentiel composée d'un groupe de 6 à 10 personnes

Durée : 14 heures (2 jours non consécutifs)

Public cible : Personnel occupant un poste à manutention manuelle  
Accessible aux personnes en situation de handicap

Pré-requis : Aucun pré-requis nécessaire pour suivre cette formation

#### Méthodes pédagogiques :

Théorie : Magistrale : exposé interactif. Démonstrative : Vidéos. Interrogative : Quizz, vrai/faux...  
Pratique : Active : Brainstorming, étude de cas concrets, exercices pratiques...

#### Moyens matériels :

Théorie : PowerPoint, vidéos, Paper Board, documentation papier...  
Pratique : Charges de natures diverses

Fourni par votre entreprise : Une salle de formation suffisamment grande, équipée de tables, chaises, tableau blanc, paper-board, vidéoprojecteur.

#### Fourni par la formatrice :

Documentation, Modèle anatomique colonne vertébrale et disque intervertébrale, charges diverses...