

## DEVENIR ACTEUR PRAP IBC

### Formation certificative en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

#### Domaine Industrie, Bâtiment, Commerce et activités de bureau

#### Durée et lieu de la formation

14 heures en INTRA comprenant une intersession

#### Public visé

Tout salarié du secteur IBC

#### Nombre de participants

Minimum 4 - Maximum 10

#### Prérequis :

Aucun pour les salariés  
Engagement de l'entreprise dans une démarche de prévention  
Mise en œuvre d'un groupe projet ou d'un comité de pilotage

#### Méthodes et outils pédagogiques

- Jeux pédagogiques
- Apports didactiques, travaux en sous-groupes, études de cas filmés
- Etudes de cas sur le terrain avec mises en situation et restitution
- Utilisation et mise à disposition de documents supports

#### Dispositions particulières

La réussite aux épreuves d'évaluation mises en œuvre au cours de la formation, dont les modalités sont définies par l'INRS, permet d'obtenir un certificat d'acteur PRAP IBC. La présence à l'ensemble de la formation est obligatoire pour la délivrance de l'attestation. Le certificat d'Acteur PRAP est valable 24 mois.

#### 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.

Cette formation s'intègre dans une démarche de prévention des risques liés à l'activité physique. Les résultats de cette formation participeront à la mise à jour du document d'évaluation des risques professionnels (document unique).

#### FORMATEUR

**Ergothérapeute**, certifié formateur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique.  
Habilitation portée par l'IMFB.

#### PROGRAMME ET DÉROULEMENT DE L'ACTION

##### 1/ Maîtriser les fondamentaux de la prévention des risques

- Connaître le cadre légal et institutionnel de la prévention des risques
- Maîtriser les enjeux de la prévention des risques sur la santé, le travail et la performance
- Comprendre les processus d'apparition des risques professionnels
- Prendre conscience des différents risques de son secteur professionnel
- Clarifier les notions d'accident de travail, accident de trajet et de maladie professionnelle

##### 2/ Inscrire ses actions dans la démarche de prévention

- Situer ses compétences et son potentiel d'action dans la démarche de prévention de la structure
- Participer activement à la démarche de prévention
- Interagir efficacement avec les autres acteurs de prévention

##### 3/ Réaliser l'évaluation de ses risques professionnels

- Développer des techniques pour observer son travail
- Maîtriser les bases de l'anatomie, physiologie, et pathologie pour identifier les limites du corps humain
- Repérer les facteurs de chutes, d'accident de manutention, et de Troubles Musculo-Squelettiques
- Identifier les situations de travail génératrices de risques
- Évaluer ses contraintes physiques, mentales, et émotionnelles
- Analyser les phases de travail à risques dans son activité professionnelle
- Utiliser des outils de recherche d'améliorations préventives