

Formation Acteur PRAP IBC (Industrie Bâtiment Commerce) | 2 jours

Code module : 21 - Version : 7

Durée : 2 jours (14 heures)

Composition du groupe : De 4 à 10 personnes

Pré-requis : Aucun

Modalités pédagogiques disponibles :

- ✓ Intra présentiel (dans vos locaux)
- ✗ Intra en classe distancielle
- ✗ Inter présentiel
- ✗ Inter en classe distancielle

Public : Toute personne concernée directement ou indirectement par l'activité physique

Accès handicapés : Nous consulter pour adapter les modalités de mise en oeuvre

Objectifs pédagogiques :

- Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnels (Définitions, et Indicateurs statistiques)
- Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (Notions d'anatomie, physiologie)
- Identifier les éléments déterminants des Gestes et Postures de travail (Aménagement, Contraintes, Relationnel)
- Proposer les améliorations susceptibles de réduire les risques et participer à leur mise en oeuvre (Notion d'ergonomie)
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents (Mise en pratique des principes avec différents objets)

Méthodes pédagogiques :

- Exposé
- Travail d'échanges avec les participants
- Etudes de cas, mises en situation
- Validation des acquis par des questionnaires, tests d'évaluation
- Envoi d'un mémo à l'issue de la formation

Modalités d'évaluation :

Questionnaire d'évaluation

Modalités de sanction :

- Remise d'une attestation de fin de formation
- Evaluations selon grille INRS
- Remise du certificat Acteur PRAP (validité : 2 ans), prévoir formation MAC PRAP IBC pour le maintien de la certification

Intervenant :

- Formateur habilité INRS, CV sur demande

Suivi de formation :

- Feuille de présence émargée par demie-journée

Moyens et assistance pédagogiques en distanciel :

Format en distanciel non proposé

Modalités et délais d'accès / pédagogiques :

- Délai de réponse à la demande de devis sous 48 heures après prise de contact par téléphone, e-mail ou formulaire.

Cette formation certifiante va plus loin qu'une formation « gestes et postures » car elle traite également les problématiques d'organisation et d'ergonomie des postes de travail. (Pour savoir choisir entre PRAP et GESTES ET POSTURES, nous vous conseillons la lecture de [cet article](#).)

En 2 jours, vous comprendrez et mettrez en oeuvre les bons gestes, vous étudierez les possibilités d'aménagement de postes et vous entraînerez à devenir force de proposition dans l'amélioration des conditions de travail des salariés.

PROGRAMME

1- Introduction de la formation ACTEUR PRAP IBC

- Présentation du programme INRS

2- Connaître les enjeux et les causes des AT / MP

- Les enjeux
 - Enjeux humains
 - Enjeux financiers
- Statistiques
 - Quelques chiffres récents pour illustrer la nécessité de mettre en place une démarche préventive
- Les causes principales des accidents du travail
- Les causes principales des maladies professionnelles

3- Connaître le fonctionnement du corps humain

- Le corps humain et son fonctionnement lors d'une activité physique
 - Les mécanismes du corps
 - Le fonctionnement de l'appareil locomoteur
- Les principales atteintes du corps au cours d'une activité physique
- Les conséquences réversibles et irréversibles sur la santé

4- Savoir identifier les principes de prévention

- Les 9 principes généraux de prévention
- Les axes d'amélioration des conditions de travail
- Initiation aux notions de DUERP et de PAPRIACT

5- Maîtriser les techniques de positionnement et d'économie d'efforts

- Les gestes et postures à utiliser lors d'une activité physique
- Les techniques pour économiser ses efforts

6- Identifier les possibilités d'aménagement des postes de travail

- L'aménagement dimensionnel
- L'ergonomie et l'environnement du poste de travail

7- S'entraîner pour acquérir les bons réflexes de prévention

- Mises en situation sur les gestes et postures
- Etudes de cas sur l'ergonomie des postes de travail