



Mise à jour le 13/05/2024

PROGRAMME DE FORMATION : Prévention des Risques liés à l'Activité Physique, Industrie, Bâtiment, Commerce (PRAP IBC)

OBJECTIFS

Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à l'activité physique. Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (à partir des indicateurs statistiques et des connaissances anatomiques).

Identifier les éléments déterminant des gestes et postures liés aux situations de travail.

Repérer dans son travail des situations pouvant nuire à la santé.

Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents.

Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques identifiés et participer à leur mise en œuvre.

PUBLIC ET PRE-REQUIS

Maîtrise de la langue d'enseignement :
Français lu, écrit, parlé
Tout public

LIEU

Formation en intra-entreprise (dans vos locaux, dates à votre convenance).

Périodicité de maintien des compétences : 2 ans

Durée de la formation : 2 jours soit 14 heures

Nombre de personne par session :

8 à 12 personnes

HORAIRES

08h30 – 12h00 13h30 – 17h00

Ou adaptés selon la demande

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Interaction permanente entre les participants et le formateur.

Pédagogie interactive qui permet de porter un regard critique sur son environnement de travail et de proposer des idées d'amélioration.

En fonction du contexte de l'entreprise, le formateur peut insister sur un thème plus particulièrement (anatomie, techniques de manutention, ...).

Prévoir la manœuvre de charges et des matériels utilisés par les stagiaires sur leur poste de travail.

PROGRAMME (à ajuster selon le public, le contexte de la formation et de l'entreprise)

Solutions Formations - Briguet Olivier – 5 Place Saint Georges – 10170 Vallant Saint Georges
SIRET : 82795532900012

Tel : 06.72.53.80.70 - Mail : contact@solutionsformations.pro

MATIN DU 1^{ER} JOUR 3 HEURES 30

TEMPS D'ÉCHANGE AVEC LES STAGIAIRES

- Accueil
- Tour de table
- Rappel des objectifs de la formation
- Attentes de chaque stagiaire
- Informer les stagiaires du déroulement de la formation et de l'évaluation

1ERE ITEM

- Présentation de la formation-action dans la démarche de prévention de l'entreprise
- L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise
- Les différents acteurs de la prévention de l'entreprise
- Les risques de son métier
- La place de l'activité physique dans l'activité de travail
- Le fonctionnement du corps humain et de ses limites

APRÈS-MIDI DU 1^{ER} JOUR 3 HEURES 30

2EME ITEM

- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leur conséquence sur la santé
- Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique
- Dans sa situation de travail, description de son activité et repérage des situations pouvant nuire à sa santé
- Identification des risques potentiels
- Les différentes causes d'exposition

MATIN DU 2^{EME} JOUR 3 HEURES 30

3EME ITEM

- Retour d'expérience le cas échéant
- Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail à partir des causes identifiées, en agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail et en prenant en compte les Principes Généraux de la prévention



Mise à jour le 13/05/2024

APRÈS-MIDI DU 2^{EME} JOUR 2 HEURES 30

4^{EME} ITEM

- Les aides techniques à la manutention
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Épreuve certificative 1heure

EVALUATION

- Évaluation théorique

BILAN

- Bilan de fin de formation avec les stagiaires individuellement et collectivement.

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Évaluation théorique

Le candidat devra réussir à donner au minimum 22 indicateurs réparti sur la fiche d'épreuve certificative.

DOCUMENTS DÉLIVRES SI RÉUSSITE A L'ÉVALUATION

Une attestation sera adressée à l'employeur à l'issue positive des évaluations.