



## FORMATION PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (PRAP)

### Public concerné

Tous les salariés

### Nombre de stagiaires

4-10

### Durée

14 heures / 2 jours

### Prérequis

Aucun

### Encadrement

Educateur sportif

Formateur PRAP certifié et à jour de son MAC

### Taux de réussite

100%

### Modalités d'accès à la formation

Aucune

### Délais d'accès à la formation

4 semaines minimum

### Equivalence / Passerelle / Allègement /

#### Débouchés

Non / Non / Non / Prérequis pour suivre la formation de formateur PRAP IBC

### Modalités d'accès aux personnes en situation de handicap

Contactez-nous pour connaître l'accessibilité à la formation.

### Lieu de formation :

Au sein de votre entreprise

### Tarifs (net de taxes)

Intra entreprise  
Nous consulter

### Objectifs de formation

Le stagiaire sera capable de :

- Connaître les risques de son métier afin de repérer les situations susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts excessifs ou inutiles,
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur la connaissance du corps humain
- Maîtriser le risque en proposant à son encadrement de proximité toute idée d'améliorations techniques ou organisationnelles, et en économisant les efforts par l'organisation et la simplification des manutentions manuelles et par l'utilisation de techniques gestuelles

### Méthodes pédagogiques

Pédagogie active, Echanges interactifs, Mises en situations pédagogiques, apports de connaissances théoriques, études de cas pratiques, utilisation de supports multimédias.

Port d'un gilet pédagogique indiquant les postures inadéquates.

Accès à un espace privé pour retrouver les documents de la formation.

### Evaluation et certificats

Evaluation Selon les modalités des épreuves certificatives prévues par le document de référence Certificat de réalisation (Conforme à l'Arrêté 2018 du Ministère du Travail).

### Maintien et actualisation des compétences

Tous les 2 ans.

### Aspect réglementaire :

« L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6 ;

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles. »

Article R4541-8 du code du Travail

## Contenus

### **Domaine de Compétences 1**

#### **Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement**

##### **1.1 Comprendre l'intérêt de la prévention**

- Repérer les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement
- Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention
- Situer les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

##### **1.2 Connaître les risques de son métier**

- Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
- Reconnaître les principaux risques de son métier et les effets induits
- Repérer, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé

### **Domaine de Compétence 2**

#### **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.**

##### **2.1 Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain.**

- Connaître le fonctionnement du corps humain
- Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
- Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé

##### **2.2 Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé**

- Observer et décrire son activité de travail en prenant en compte sa complexité
- Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
- Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels

### **Domaine de Compétences 3**

#### **Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention**

##### **3.1 Proposer des améliorations de sa situation de travail**

- A partir des causes identifiées au cours de son analyse
- En agissant sur l'ensemble des déterminants de sa situation de travail
- En prenant en compte les principes généraux de prévention

##### **3.2 Faire remonter l'information aux personnes concernées**

- Identifier les personnes concernées
- Utiliser les modes de communication et de remontée d'information en vigueur dans l'entreprise ou l'établissement

##### **3.3 Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort**

- Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail
- Connaître et utiliser les différents équipements mécaniques et aides à la manutention

## Modalité d'évaluation

Selon le référentiel de l'INRS

Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait à l'épreuve certificative peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP

En vue de l'obtention du certificat d'acteur PRAP une épreuve certificative est proposée de façon à permettre :

- Une évaluation de chaque compétence
- Les regroupements en situations d'évaluation qui correspondent au plus proche à des situations réelles de travail.

Les compétences seront évaluées par le formateur PRAP en respectant les modalités définies, en s'appuyant sur la grille d'évaluation certificative de l'acteur PRAP (IBC ou 2S) et en s'aidant du guide de l'épreuve certificative de la formation de l'acteur.

Formation réalisée en partenariat avec Bureau Conseils et Formations – BCF – 3 rue Guérin – 30320 Margueritt