

# Devenir Acteur PRAP IBC : Industrie BTP Commerce et activités de bureau (Acteur PRAP IBC)



## Objectif

Prévenir les risques professionnels par des actions concrètes ou par des remontées d'informations sur les risques réels rencontrés dans les situations de travail du quotidien.

## RISQUES PHYSIQUES

Modalité pédagogique — **PRÉSENTIEL**

### — EN RÉSUMÉ

La formation initiale "Devenir Acteur PRAP IBC : Industrie BTP Commerce et Activités de bureau" est l'outil indispensable pour instaurer une démarche de prévention dynamique et durable en entreprise.

À l'issue de cette formation, les stagiaires seront en mesure d'optimiser leurs pratiques professionnelles et de participer activement à l'évaluation des risques dans leurs situations de travail.

### — COMPÉTENCES VISÉES

- Maîtriser les fondamentaux de la prévention des risques.
- Inscrire ses actions dans la démarche de prévention.
- Réaliser l'évaluation de ses risques professionnels.
- Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles.

### — PÉDAGOGIE

Recueil des attentes pré-formation. Pédagogie ludique et applicative, expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes. Alternance de périodes de formation en présentiel et d'applications en entreprise pendant l'intersession.

70% pratique 30% théorique.

FORMATION



Certifiante



Best-seller

— **14 heures**

soit 2 jours de formation

Référence —

**P101**

### PRÉREQUIS

Aucun.

### PUBLIC

Personnel d'entreprise ou d'établissement public.

### ORGANISATION

De 4 à 10 stagiaires.

### INTERVENANTS

Formateurs spécialisés dans le secteur IBC certifiés par l'INRS.

### ÉVALUATION

Délivrance du certificat Acteur PRAP IBC à l'issue de la formation, sous réserve de réussite aux épreuves certificatives. Délivrance d'une attestation individuelle de formation et d'un certificat de réalisation. Évaluation à chaud et à froid. Certificat valable pendant 2 ans.

## Le programme

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

- Les cadres légal et institutionnel de la prévention des risques.
- Les enjeux de la prévention des risques sur la santé, le travail et la performance.
- Les processus d'apparition des risques professionnels.
- Les différents risques de son secteur d'activité.
- Les notions d'accident de travail, d'accident de trajet et de maladie professionnelle.

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

- Connaître son potentiel d'action dans la démarche de prévention.
- Participer activement à la démarche de prévention.
- Interagir efficacement avec les autres acteurs de la prévention.

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

- Les techniques de prise de hauteur pour observer son travail.
- Les limites du corps humain : anatomie, physiologie, pathologies.
- Repérer les facteurs de chutes, d'accidents de manutention et de TMS.
- Identifier les composantes d'une situation de travail génératrice de risques.
- Évaluer ses contraintes physiques, mentales et émotionnelles.
- Analyser les phases de travail à risque dans son activité professionnelle.
- Les outils de recherche d'améliorations préventives.

### 4 Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Simulations sensorielles des handicaps physiques dus au travail.
- Les manutentions protectrices adaptées à son métier.
- L'utilisation des aides techniques préventives.

### 5 Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles (spécifique aux activités de bureau)

- Ergonomie du poste de travail.
- Pratique visuelle.
- Activités physiques de compensation.