



FORMA2S  
18 Place de Verdun  
59650 Villeneuve d'Ascq  
[www.forma2s.fr](http://www.forma2s.fr)  
Tél :0673426574

Date de création : 02/01/24

Doc N° : PRAPINI-PF-01

## PROGRAMME FORMATION

### PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique Initiale

#### OBLIGATIONS REGLEMENTAIRES

Etre acteur PRAP permet au salarié lui-même d'être acteur de sa propre prévention et de celle de son entreprise ou de son établissement.

Cette formation, cette démarche s'inscrit dans le plan de de prévention générale de maitrise des accidents du travail et des maladies professionnelles pour toute employeur.

<p><b>OBJECTIF</b></p> <p>Etre capable de contribuer à la mise en œuvre de la PRAP, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles et en maîtrisant les risques sur lesquels il a possibilité d'agir</p> <p><b>.MISSION</b></p> <p>Intervenir sur son lieu de travail en respectant certains gestes utiles pour ne pas se faire mal.</p> <p><b>PUBLIC CONCERNE</b></p> <p>Salariés secteurs industrie, BTP, commerce et activités de bureau.</p> <p><b>PRÉ REQUIS</b></p> <p>Aucun</p> <p><b>DÉLAI D'ACCÈS</b></p> <p>2 à 3 semaines.</p> <p><b>DURÉE</b></p> <p>14h sur 2 jours – Horaires 08h30-12h00 et 13h00-16h30</p> <p><b>LIEU DE FORMATION</b></p> <p>intra-entreprise exclusivement</p>	<p><b>ACCESSIBILITÉ</b></p> <p>Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.</p> <p><b>NOMBRE DE STAGIAIRES</b></p> <p>4 personnes minimum 10 personnes maximum</p> <p><b>MODALITES D'EVALUATION</b></p> <p>Évaluation théorique et pratique</p> <p><b>METHODE DE VALIDATION</b></p> <p>Seuls les candidats qui ont suivi l'intégralité de la formation et qui sont aptes à mettre en œuvre l'ensemble des compétences attendues de l'acteur PRAP pourront valablement être reconnus au titre de Acteur Prap Épreuve certificative en fin de formation.</p> <p><b>TARIFS</b></p> <p>Nous contacter</p>
--	---

## PROGRAMME / CONTENU

Forma2s – SIRET : 88496772000027  
18 Place de Verdun 59650 Villeneuve d'Ascq +33 (0)6 73 42 65 74  
[contact@forma2s.fr](mailto:contact@forma2s.fr) – [www.forma2s.fr](http://www.forma2s.fr)

	<p style="text-align: center;"> <b>FORMA2S</b>  18 Place de Verdun  59650 Villeneuve d'Ascq  <a href="http://www.forma2s.fr">www.forma2s.fr</a>  Tél :0673426574 </p>	<p>Date de création : 02/01/24</p> <p>Doc N° : PRAPINI-PF-01</p>
---	---	--

## PROGRAMME FORMATION

### PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique Initiale

*Programme élaboré par l'Institut National de la Recherche et de la Sécurité (INRS)*

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

Comprendre l'intérêt de la prévention.

Chiffres clés et réglementation

Connaître les risques de son métier.

Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur la connaissance du fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.

Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique

en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain

Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à votre santé.

Etre capable de participer à la maîtrise des risques dans son entreprise ou son établissement.

Proposer des améliorations de sa situation de travail.

Faire remonter l'information aux personnes concernées.

Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort.

#### EVALUATION CERTIFICATIVE

#### METHODES PEDAGOGIQUES

Alternance de partie théorique et pratique

Participatives et actives

Support informatique reprenant les points clés de la formation PRAP

Démonstrations par le formateur PRAP (étude poste)

Exercices d'apprentissage de chaque stagiaire

#### MOYENS PEDAGOGIQUES

Vidéo projecteur, charges spécifiques à l'activité de l'entreprise, supports pédagogiques stagiaires (caméra ou appareil photo.)

#### INTERVENANTS

Formateurs professionnels à jour de formation continue

**Forma2s** – SIRET : 88496772000027

18 Place de Verdun 59650 Villeneuve d'Ascq +33 (0)6 73 42 65 74

[contact@forma2s.fr](mailto:contact@forma2s.fr) – [www.forma2s.fr](http://www.forma2s.fr)