



Programme de formation initiale de l'acteur PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique

Durée : 2 jours - 14 heures minimum

Code module : PRAP IBC

Tarif : Sur devis

OBJECTIFS

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
- Observer et d'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.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

PUBLIC

Tout public

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

OUTILS ET METHODOLOGIE PÉDAGOGIQUE

Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.

Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique.

Évaluation à chaud en fin de formation, débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés.

Méthode pédagogique : magistrale, méthode démonstrative, méthode active.

- Les moyens matériels de la formation :

Ressources documentaires obligatoires :

- Document de référence PRAP.
- Grille de certification des compétences des acteurs PRAP IBC

Le matériel obligatoire :

SECURICONSLT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : admin@securiconsult.fr – Site : www.securiconsult.fr

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France_V4_01_12_2025



Programme de formation initiale de l'acteur PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique

- 1 caisse avec poignées
- 1 caisse sans poignée
- tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées

MOYENS D'ENCADREMENT DE LA FORMATION

SECURICONSULT s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. L'animation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permet l'ancrage en temps réel.

Cette animation s'appuie sur une alternance de parties théoriques et essentiellement pratiques (conforme au dernier référentiel de l'INRS).

Alternance de méthode active et méthode « étude de cas » par jeux de rôle et/ou jeux de simulation

LIEU DE FORMATION

Formation dispensée en intra-entreprise

MODALITES ET DELAIS D'ACCÈS

Pour l'inscription : Merci d'adresser votre demande d'inscription au référent pédagogique cité ci-après.

Les dates de sessions seront communiquées dès votre demande d'inscription.

Si prise en charge par un OPCA : vous devez en faire la demande à votre OPCA un mois avant le démarrage de la session.

Processus d'inscription : Votre inscription sera considérée comme validée une fois que le devis de formation et la convention de formation seront retournées signées à notre organisme.

CONTACT

Antoine LECOUTRE – Référent pédagogique et référent handicap

Téléphone : 06.76.16.35.60

Mail : admin@securiconsult.fr

ACCESSIBILITÉ

Entretien préalable avec le référent handicap.

Il appartient au client de s'assurer que les locaux soient conformes et accessibles aux personnes en situation de handicap.

SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : admin@securiconsult.fr – Site : www.securiconsult.fr

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France_V4_01_12_2025



Programme de formation initiale de l'acteur PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique

PROGRAMME

1/ MAITRISER LES FONDAMENTAUX DE LA PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

- Les cadres légaux et institutionnels 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.

SUIVI ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Tests de positionnement, mises en situation, cas concrets, livret de formation, attestation de présence, documents d'évaluation de satisfaction, attestation de formation individualisée et grille de certification de l'INRS.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Seules les compétences mentionnées ci-dessous seront évaluées de manière certificative par le formateur PRAP, les autres compétences faisant l'objet d'une évaluation formative.

SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : admin@securiconsult.fr – Site : www.securiconsult.fr

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France_V4_01_12_2025



Programme de formation initiale de l'acteur PRAP IBC : prévention des risques liés à l'activité physique

Compétences évaluées	Nature et description des épreuves
Épreuve des domaines de compétences 1, 2 et 3 (IBC et 2S)	
Compétences 2, 3, 4 et 5	- Le formateur devra construire un scénario d'une situation de travail présentant un ou des risque(s) que le stagiaire devra observer et analyser. Ce scénario s'accompagnera d'images ou d'une vidéo suffisamment représentatives d'une situation de travail en lien avec son secteur d'activité professionnelle et permettant de répondre à l'ensemble des indicateurs. - Il sera remis aux stagiaires avec la grille vierge (IBC ou 2S selon le cas) au format A3. Ceux-ci disposeront de 40 minutes et réaliseront le travail individuellement. Les candidats en difficulté à l'écrit pourront réaliser l'épreuve oralement. Dans cette hypothèse, le formateur écrira en travers de la grille « réalisée à l'oral ». - Il évaluera les diverses prestations des stagiaires en s'appuyant sur le corrigé type du scénario proposé qu'il aura rédigé au préalable. Les participants conserveront le scénario ainsi que le corrigé.

CERTIFICATION

Afin d'obtenir la certification, il conviendra de participer à la totalité de la formation et réussir l'épreuve certificative. La modalité d'évaluation se fait selon le référentiel INRS

Ce certificat, délivré par le réseau Assurance maladie Risques professionnels / INRS, est valable au niveau national pour une durée de 24 mois.

Engagement de l'entreprise

L'engagement de l'entreprise dans une démarche de prévention est essentiel pour garantir le succès de la formation. En instaurant une culture proactive de la sécurité, l'entreprise montre son soutien et sa volonté d'assurer le bien-être de ses employés, ce qui favorise une meilleure assimilation des compétences acquises.

Qualification du formateur

Le formateur sera titulaire du certificat de « Formateur prap » IBC ou 2S valide ou de « Formateur de formateurs prap » IBC ou 2S valide

DATES

Nous consulter.

Tous les 2 ans l'acteur PRAP doit suivre un recyclage d'une durée de 7 heures, lui permettant de maintenir et d'actualiser ses compétences. À cette occasion, ses compétences sont de nouveau évaluées.

DISPOSITIONS PRATIQUES

Groupe de 10 personnes maximum.

SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : admin@securiconsult.fr – Site : www.securiconsult.fr

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France_V4_01_12_2025