

## PREVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITE PHYSIQUE

### Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau (PRAP IBC)

#### DURÉE

14 heures en présentiel (2 jours)

#### PUBLIC

Tous les secteurs au sein desquels des activités physiques imposent des déplacements, des manipulations manuelles... ou des activités de types administratifs engendrant des postures contraignantes

#### PRÉ REQUIS

Accessible à tous

#### COÛT

Nous consulter  
Eligible au CPF

#### LIEU

- Dans votre entreprise  
Groupe de 1 à 10 participants  
- Ou dans nos locaux,  
en Inter-entreprises

#### DATES

- A votre convenance, en Intra structure
- **Calendrier disponible, En Inter-entreprises**

#### ÉVALUATION ET VALIDATION

Certificat d'Acteur PRAP IBC délivré suite à l'épreuve certificative favorable  
*Maintien et Actualisation des Compétences Acteur PRAP IBC : Tous les 24 mois*

*La formation Acteur PRAP doit être intégrée totalement à la démarche de prévention de l'entreprise (DUER-Code du travail)*

#### OBJECTIFS

Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise  
D'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  
De participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention

#### PROGRAMME

Comprendre l'intérêt de la prévention en repérant les différents enjeux  
L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle  
Les différents enjeux pour le personnel et l'entreprise.  
Les différents acteurs de la prévention  
Le fonctionnement du corps humain et ses limites  
Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé  
Les facteurs de risque et ses origines  
Dans sa situation de travail, description de son activité et repérage des situations pouvant nuire à sa santé  
Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail :  
➤ En prenant en compte les principes généraux de prévention  
Faire remonter l'information aux personnes concernées en utilisant les modes de communication en vigueur dans l'entreprise

#### *Pratique*

Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort, gestes et postures  
Connaître et utiliser les équipements mécaniques et aides à la manutention

#### METHODES PEDAGOGIQUES :

Expositive, découverte, interrogative, démonstrative, applicative

#### MOYENS PEDAGOGIQUES :

Vidéo projecteur, ordinateur, tableau blanc, charges inertes : caisses avec poignées, tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées.