

## Devenir acteur PRAP IBC - Formation initiale - option bureau

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique pour l'Industrie, le Bâtiment et les commerces (PRAP IBC)

### Pré-requis

**Pour les salariés :** aucun.

**Pour l'entreprise :** être engagée dans une démarche de prévention en lien avec l'évaluation des risques professionnels.

### Public

Les salariés des entreprises adhérentes du SPSTI dans les secteurs de la bureautique.

### Objectifs de formation

Dans le cadre d'une démarche d'amélioration continue ayant pour but d'adapter le travail à l'homme, les principaux objectifs du stage reposent sur :

- La formation de salariés à la prévention des risques liés au travail sur écran, en particulier les troubles musculosquelettiques,
- L'acquisition de connaissances permettant aux salariés d'améliorer leur poste de travail,
- La participation à la maîtrise du risque.

### Contenu

- Comprendre l'intérêt de la prévention et les différents enjeux,
- Connaître les risques de son métier afin de repérer les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé,
- Notions élémentaires des facteurs biomécaniques (appareil locomoteur et œil),
- Les éléments déterminants de l'activité de bureau : fatigue visuelle, activité physique statique...,
- Notions d'ergonomie pour l'aménagement des bureaux et différentes techniques de sécurité et d'économie d'efforts (réglage du siège, de l'écran...),
- Observer et analyser une situation de travail,
- Identifier les risques et leurs causes,
- Méthode de recherche des pistes d'amélioration.

### Méthodes pédagogiques

- Apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique,
- Méthodologie d'analyse d'une situation de travail réelle,
- Travail d'intersession à réaliser pour analyser les phases de travail à risque dans son activité professionnelle.



Durée : 14h en 2 jours non consécutifs



Tarif : 1 120 € HT pour un groupe (de 4 à 10 personnes)



Lieu : en entreprise



Pour les dates de formation, consulter votre SPSTI

### Evaluation

La présence du stagiaire à l'ensemble de la formation est nécessaire dans le but de son évaluation.

Un certificat « acteur PRAP » Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau est délivré à l'issue de la formation si le candidat a satisfait aux exigences des épreuves certificatives. Celui-ci a une validité de 24 mois et nécessite d'être renouvelé par une formation PRAP IBC – MAC (Maintien des compétences).

Nos formations sont accessibles aux PSH.  
Nous pouvons étudier ensemble les conditions de réalisation.