

# Formation PRAP IBC

## 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 Service Prévention de santé au travail dans le secteur 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.

### ■ Évaluation

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).

### Intervenants :

Formateurs certifiés par l'INRS

### Organisation :

De 6 à 8 personnes

### Modalités d'inscriptions :

Veillez prendre contact auprès de votre SPSTI



**Durée** : 14 h en 2 jours  
non consécutifs



**Tarif** : 1 180 € HT par groupe



**Lieu** : la formation est assurée dans les locaux de l'entreprise



Pour les dates de formation, consulter votre SPSTI

### Des formateurs certifiés

Pour former et certifier votre personnel à être acteur PRAP, cette formation est assurée par des formateurs PRAP certifiés.

La formation de formateur PRAP est réalisée via un processus de qualification validé par l'Inrs. Cette formation vise à développer les compétences permettant d'animer un projet de formation-action PRAP intégré à la démarche de prévention de l'entreprise ou de l'établissement, d'informer, de sensibiliser et de former les salariés à la PRAP.



Nos formations sont accessibles aux PSH.

Nous pouvons étudier ensemble les conditions de réalisation