



## PROGRAMME DE FORMATION

### M.A.C. PRAP IBC

## Maintenir ses acquis et ses compétences d'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique

#### Objectifs

Réaliser une analyse réflexive de ses pratiques.

Observer et analyser sa situation de travail, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourus.

Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement.

#### Public concerné et pré requis

Personnels exposés à la manutention manuelle et aux efforts physiques.

Être dans la capacité physique suffisante pour exercer toutes postures inconfortables et manutentions de charges.

#### Documents délivrés

ED7201, grille d'observation et d'analyse de l'acteur PRAP IBC + tous documents jugés nécessaires par le formateur.

#### Modes pédagogiques

Périodes en formation présentielle basées sur des mises en situation, échanges et exposés didactiques.

#### Compétences visées et contenu

- \* Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou établissement.
- \* Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé.
- \* Proposer des améliorations sur sa situation de travail.
- \* Signaler les situations à risques
- \* Échanger avec tous les acteurs PRAP pour proposer des améliorations visant la suppression ou la réduction des risques liés à l'activité physique lors de la manutention manuelle.
- \* Rappel des bonnes pratiques et des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

#### Dispositif et suivi d'évaluation

Évaluation certitative, les participants se voient délivrer un certificat d'Acteur PRAP IBC.



Max. 10  
personnes



Formateur  
PRAP IBC



7 heures



Tous les  
2 ans

