

# Formation Prévention du Risque lié à l'Activité Physique IBC (PRAP IBC)



<p>→ <b>DURÉE</b></p> <p>2 journées ..... consécutives (14 heures)</p> <p>→ <b>POUR QUI ?</b></p> <p>Salariés du secteur Industrie Bâtiment - Commerce (maximum 10 stagiaires)</p>	<p><b>OBJECTIFS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Comprendre les risques de votre métier et l'intérêt de la prévention</li> <li>▶ Connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites</li> <li>▶ Observer votre travail et repérer ce qui peut nuire à votre santé</li> <li>▶ Participer à votre prévention et à la maîtrise des risques dans votre entreprise</li> </ul>
<p>→ <b>PRÉ REQUIS</b></p> <p>Aucun</p> <p>→ <b>MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b></p> <p>Formateur PRAP IBC expérimenté : coach sportif pendant 13 ans et certifié par l'INRS</p> <p>Diaporama illustré</p> <p>Alternance de théorie, d'ateliers et de mises en situation</p> <p>Retours d'expériences des participants</p> <p>Formation certifiante : Carte PRAP IBC délivrée par l'INRS Validation : selon grille d'évaluation INRS</p>	<p><b>CONTENU DE LA FORMATION</b></p> <p><b>Identifier la place de l'activité physique dans l'activité professionnelle</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les notions d'AT/MP</li> <li>• Les notions de danger, de risque et de dommage</li> <li>• Les enjeux pour l'ensemble de la structure</li> </ul> <p><b>Comprendre le corps humain et les risques d'atteinte à la santé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les notions de base d'anatomie/physiologie</li> <li>• Les atteintes de l'appareil locomoteur et ses conséquences</li> <li>• Les facteurs de risques aggravants</li> </ul> <p><b>Analyser sa propre situation de travail et dégager des pistes de solution</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La notion de situation de travail</li> <li>• Description des sollicitations du corps dans son activité</li> <li>• Les déterminants de cette activité</li> <li>• L'élaboration et la communication des pistes de solution</li> </ul> <p><b>Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intégrer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort</li> <li>• Appliquer ces principes à la manutention manuelle de charges inertes</li> </ul>
<p>→ <b>PRIX (net de taxe)</b></p> <p>Intra entreprise</p> <p>4 à 5 stagiaires 1050 €</p> <p>6 à 10 stagiaires 1350 €</p>	<p>Épreuve certifiante et mise en application sur les situations de travail des stagiaires</p>
<p>→ <b>DATES ET LIEU</b></p>	<p>Dates : Nous consulter Lieu : Dans votre entreprise (intra)</p>

EFFIPRÉV

Cabinet de santé sécurité au travail  
RCS : 893 438 051 RCS Béziers  
Organisme de Formation n°: 76341097334  
IPRP DREETS Occitanie n° 2021040934016

Courriel : [contact@effiprev.fr](mailto:contact@effiprev.fr)  
Internet : [www.effiprev.fr](http://www.effiprev.fr)  
Tel : 09.83.83.34.00

