

Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)

Industrie BTP Commerce et Activités de bureau (IBC)
Formation initiale (FI)

IM 03 (P.7.5.04 Ind1)

Version 2026 Ind 1

03/02/2026

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique.
- Participer à la prévention et à la maîtrise du risque professionnel dans son établissement.
- Connaître le fonctionnement du corps humain.
- Connaître et utiliser les principes de sécurité physique et d'économie d'effort (PSPEE).

CONTENU PÉDAGOGIQUE

JOUR 1

LA PREVENTION

- L'origine du dispositif PRAP
- Les acteurs externes et internes
- Accident du travail et maladie professionnelle
- Les enjeux humains, économiques et réglementaires
- Prévention primaire, secondaire et tertiaire

LE MÉCANISME D'APPARITION DU DOMMAGE (MAD)

- Définition du principe
- Différence entre risque et danger
- Les différents risques
- Le DUERP

LE FONCTIONNEMENT DU CORPS HUMAIN

- Les systèmes du corps humain
- Les articulations et leurs limites
- Les troubles musculosquelettiques et facteurs de risques

L'INVESTIGATION : OBSERVER ET ANALYSER L'ACTIVITÉ

- Présentation des différents déterminants
- Faits, opinions, jugements
- Méthode d'analyse
- Utilisation de la grille d'analyse acteur PRAP

JOUR 2

LES PISTES D'AMÉLIORATION

- Les pistes d'amélioration humaines, organisationnelles et techniques
- Les 9 principes généraux de prévention
- La grille de hiérarchisation des pistes d'amélioration

L'ANALYSE D'UN POSTE DE TRAVAIL

- Grille d'analyse d'une situation de travail complétée en intersession

LES PRINCIPES DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT (PSPEE)

- Présentation des principes et identification de situation pratique

EPREUVE CERTIFICATIVE

- Evaluation certificative conforme au document de référence PRAP INRS

INTERSESSION

A l'issue de la formation, les participants seront capables d'analyser les contraintes physiques pour les réduire, en agissant sur les facteurs techniques, organisationnels et humains.

Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)

Industrie BTP Commerce et Activités de bureau (IBC)

Formation initiale (FI)

IM 03 (P.7.5.04 Ind1)

INTERSESSION

- Observer et analyser un poste de travail
- Utiliser et compléter en partie l'outil INRS « Outil d'observation et d'analyse d'une situation de travail » (à l'exception des pistes d'amélioration)

MODALITÉS



- 2 jours en discontinu (14 heures) avec un travail en intersession
- En présentiel
- Horaires à définir avec le client



- En intra-entreprise ou inter-entreprise
- Dans vos locaux ou dans nos locaux



- Minimum 6 stagiaires maximum 10 stagiaires
- Le personnel de l'entreprise souhaitant devenir Acteur PRAP IBC

PRÉ-REQUIS



- Maîtriser la langue française
- Etablissement engagé dans une démarche de prévention des risques professionnels

INTERVENANT

Laurent ADMIRAT, titulaire du certificat de Formateur PRAP IBC délivré le 28/04/2023 jusqu'au 28/04/2026



19 Boulevard Berthelot,
63400 Chamalières



07 85 99 64 16

groupeadis.fr

Certifié ISO 9001 : 2015

Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP)

Industrie BTP Commerce et Activités de bureau (IBC)

Formation initiale (FI)

IM 03 (P.7.5.04 Ind1)

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES :



Mises en situation pratique : retour d'expérience, démonstrations, scénario, Echanges interactifs



Apports théoriques : power point, vidéo, support papier, modèles anatomiques des articulations

SUIVI ET ÉVALUATION

- Questionnaire de positionnement
- Evaluation certificative conforme au document de référence PRAP INRS
- Délivrance du certificat « Acteur PRAP IBC » au candidat ayant suivi la totalité de la formation et ayant satisfait à l'évaluation continue.
- Certificat d'une durée de validité de 24 mois, nécessité de suivre une formation de Maintien et d'Actualisation des Compétences (MAC) d'une durée d'une journée de 7 heures.
- Une feuille d'émargement
- Un questionnaire individuel de satisfaction
- Bilan collectif de l'action

TARIF

- 320€ HT - 384€ TTC / stagiaire
- Frais annexes en complément

INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Prendre contact par mail pour l'inscription.
- L'analyse du besoin déterminera le délai de réalisation de l'action.

ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

- Les modalités d'accueil et de prise en charge des personnes en situation de handicap sont communiquées dans le règlement intérieur.
- Pour les personnes ayant besoin d'aménagements spécifiques, nous vous invitons à nous en informer afin d'identifier les besoins en compensation (techniques, organisationnels, humains).

CONTACTS



Emilie MALBRANQUE
Responsable ADIS Conseil
e.malbranque@adis-asso.com
07.85.99.64.16



Jihane VAN WIJCK
Assistante Commerciale
j.vanwijck@adis-asso.com
07.55.61.99.43



19 Boulevard Berthelot,
63400 Chamalières



07 85 99 64 16

groupeadis.fr

Certifié ISO 9001 : 2015