

# DÉROULEMENT DE FORMATION



(Ref : MOD\_2023015)

## Formation MAC PRAP IBC

Maintien et Actualisation des Compétences -  
Prévention des Risques liés à l'Activité Physique  
Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau



### ORGANISATION

**Durée du module :**

7 heures sur 1 jour

**Nombre de stagiaires :**

Pour des raisons pédagogiques, le nombre de stagiaires est de 4 à 10 par groupe

**Intervenant :**

Formateur certifié par l'INRS.

**Lieu :**

A Définir d'un commun accord (vos ou nos locaux)

**Délais d'accès :**

En intra-entreprise : à définir d'un commun accord (le plus tôt possible en fonction de vos disponibilités et de celles d'AFP97 - si formation INRS, délai minimum de 15 jours)

En inter-entreprises : calendrier regroupant l'ensemble des sessions ouvertes sur certaines thématiques de formation - nous consulter.

*NB : dans le cas où vous sollicitez un financement de la part de votre OPCO, Pôle Emploi, CPF ou autres, assurez-vous des délais de traitement de vos demandes.*

**Tarif :**

200,00 € / personne

**Personne en situation de handicap** : merci de nous contacter pour étudier la faisabilité de réalisation de cette formation selon votre handicap.



### STATISTIQUES 2022

Nombre de sessions : 1  
Nombre de stagiaires formés : 7  
Taux de réussite : 100%

### CONTENU PÉDAGOGIQUE

**Public visé :**

Cette formation s'adresse aux salariés de tous les secteurs au sein desquels des activités physiques imposent des déplacements, des manipulations d'objets répétitives ou occasionnelles, des manutentions manuelles, ou des secteurs au sein desquels des activités de type administratif impliquent un travail à composante principale statique, engendrant des postures contraignantes (exemple : travail devant écran de visualisation)

La formation est ouverte à tous salariés des secteurs Industrie, BTP, Commerce, Activités de bureau.

**Prérequis :**

Salarié ayant obtenu le certificat PRAPIBC (formation initiale) ou MAC PRAPIBC dans les 24 mois précédents (fournir une copie du certificat)

**Objectifs :**

Cette formation vise à rendre tout personnel capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des risques liés à l'activité physique auxquels il est exposé, en proposant, de manière concertée, des améliorations techniques, organisationnelles et humaines, et en maîtrisant les risques sur lesquels il a la possibilité d'agir.

**Compétence 1** : être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.

**Compétence 2** : être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.

**Compétence 3** : être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

*Réglementation : Articles L4121-1 et L4121-2 du code du travail.*



# DÉROULEMENT DE FORMATION



## Formation MAC PRAP IBC

Maintien et Actualisation des Compétences -  
Prévention des Risques liés à l'Activité Physique  
Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau



(Ref : MOD\_2023015)

### PROGRAMME

Retour sur l'expérience des participants, sur ce que la PRAP a changé dans leur activité.

#### Rappels :

- Les principes de la prévention des risques
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie
- Les éléments déterminants de l'activité physique
- Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail
- Observation et analyse d'une situation de travail
- Analyse des postes de travail
- Identification et analyse des déterminants de l'activité physique
- Proposition de pistes d'amélioration
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort (exercices pratiques)

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

#### Méthodes pédagogiques :

Le formateur s'appuiera sur le retour d'expérience des participants, afin de cadrer la formation en fonction des mises à jour à effectuer.

Formation à dominante pratique.

Outils pédagogiques : Tables, chaises, ordinateur, vidéoprojecteur, paper board, tableau blanc, supports pédagogiques, feuille de papier, stylo, etc...

Matériel pédagogique : Charges fictives de manutention : caisse avec poignées, caisse sans poignées, tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées, etc...

#### Modalités d'évaluation :

Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait à l'épreuve certificative peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP - selon document de référence INRS.

#### Périodicité :

La validité du certificat est fixée à deux ans, et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'une formation « Maintien et Actualisation des Compétence » (MAC) tous les 24 mois - 1 jour (7h00), ainsi qu'à la réussite de l'épreuve certificative.

Documentation stagiaires : ED7201 de l'INRS remis à chaque stagiaire

(Si la formation initiale ou dernière formation MAC non réalisée avec AFP97)