

### PROGRAMME DE FORMATION

# **MAC** (Maintien et Actualisation des Compétences)

# Acteur PRAP IBC — Prévention des Risques liés à l'Activité Physique Industrie Bâtiment Commerce version 2023

1 Jour / 7h

Tarif INTER: 330€HT/stagiaire + frais annexes éventuels

#### **OBJECTIF:**

Maintenir et actualiser les compétences de l'acteur PRAP IBC :

- Identifier les risques de son métier
- Observer et analyser les situations de travail dangereuses
- Participer à la prévention et à la maitrise des risques de son entreprise

<u>PUBLIC VISE – PRE REQUIS</u>: Acteurs PRAP IBC, titulaire d'un certificat PRAP IBC

**NOMBRE DE STAGIAIRES :** 4 MIN – 10 MAX

<u>LIEU</u>: Formation Inter entreprise – Salle de formation de l'OF sur Caen ou Rouen

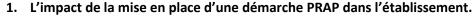
<u>DUREE</u>: 1 journée - 7 heures (9h-12h30/13h30-17h) <u>MODALITE ET DELAI DE MISE EN ŒUVRE</u>: Formation sur demande du client, mise en œuvre sous 3 mois selon disponibilité

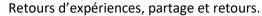
#### **PEDAGOGIE:**

- Alternance de théorie en salle et de mises en situations variées sur postes de travail, encadrée par un formateur PRAP, formée et certifiée à l'INRS.
- Vidéoprojection, paperboard, supports pédagogiques, matériel pédagogique, charges fictives de manutention, analyse pratiques sur poste de travail.

#### **CONTENU DE FORMATION:**

#### Théorie:





- 1. Présentation des analyses réalisées sur les postes de travail
- 2. Présentation du plan d'action suite aux propositions d'amélioration

#### 2. Actualisation des compétences :

Poursuivre l'évaluation de ses risques professionnels.

- 1. Revoir les limites du corps humain.
- 2. Rappel des déterminants de l'activité physique
- 3. Rappel des pricnipes.de sécurité physiques et d'économie d'effort
- 4. Révision et mise en pratique des techniques de manutention
- 5. Mise à jour de « Observer, analyser et proposer des pistes d'améliorations »

#### **Exercices pratiques:**

Observation et analyse d'une situation de travail concrète Mener une recherche de propositions d'améliorations Remplir une fiche outil PRAP IBC

## **Evaluation Certificative: (certification Acteur PRAP valable 2 ans)**

Renouvellement du certificat Acteur PRAP IBC à l'issue de la formation et de la réussite d'une épreuve certificative d'observation et d'analyse d'une situation de travail.

