



DEVEZ FORMATEUR  
DES ACTEURS PRAP IBC

PRATIQUE  
50%



THÉORIE  
50%



**Formation en intra-entreprise**  
(dans vos locaux, dates à votre convenance)



**Formation en inter-entreprises**  
(dans un centre proche de chez vous)

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Cette formation a pour finalité de permettre au futur formateur d'Acteurs PRAP IBC, de concevoir, organiser, animer et évaluer une action de formation PRAP intégrée à la démarche de prévention.

## PUBLIC

Toute personne amenée à animer des formations PRAP dans les secteurs de l'industrie, du BTP, du commerce et des activités de bureau.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- DC1 : Elaborer un projet de formation-action prap intégré à la démarche de prévention de l'entreprise ou de l'établissement.
- DC2 : Observer et analyser les risques liés à l'activité physique dans le cadre d'une situation de travail afin de proposer des pistes d'amélioration et de suivre leur mise en place.
- DC3 : Organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique.

## DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

Remise d'un classeur comprenant plus de 100 pages recto/verso, reprenant le contenu de la formation et les référentiels de l'INRS.

Cours richement illustrés et interactifs adaptés au contexte professionnel



### INTERVENANT(S)

Formateur de Formateur PRAP IBC  
certifié par l'INRS



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Exposés interactifs, démonstrations par  
le formateur, étude de cas, application  
terrain, mise en situation...



### CONDITIONS D'ÉVALUATION

Évaluation théorique et pratique selon  
la grille de certification des  
compétences du Formateur PRAP de  
l'INRS

## ORGANISATION DE LA FORMATION

### PRÉREQUIS

Être titulaire des « Bases en Prévention » de l'INRS

Dirigeant, employeur ayant suivi la journée  
d'information / formation PRAP

Disposer de capacités relationnelles, d'animation  
et d'expression

Avoir suivi une formation d'Acteur PRAP  
(conseillé)

### DURÉE

10 jours de formation (3 jours + 3 jours + 4 jours)  
3 jours de travaux intersession (1 jour + 2 jours)

### EFFECTIF

Effectif minimum préconisé : 4 apprenants  
Effectif maximum obligatoire : 10 apprenants

### MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES

21 heures tous les 36 mois

### ATTRIBUTION FINALE

Certificat Formateur PRAP IBC de l'INRS

Attestation de fin de formation

### ORGANISME DE DÉLIVRANCE

INRS / SOFIS

### RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

Articles L454-1 et suivants du Code du Travail  
Document de référence de l'INRS

### ENGAGEMENT QUALITÉ SOFIS



Habilitation INRS  
Formation de Formateurs  
PRAP-IBC n°501559/2014/  
PRAP-IBC-02/O/13



Id DD 005488



Certification FAC  
CPS FAC 119  
Règles disponibles sur [www.certfr.fr](http://www.certfr.fr)



# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE | 50%

### Les enjeux de la démarche prévention

- Le contexte national et d'entreprise
- Les enjeux humains, sociaux, économiques et juridiques
- Présentation du cadre réglementaire

### Se situer dans le dispositif PRAP

- La démarche de prévention dans l'entreprise
- Les différents acteurs de la prévention
- Rôle et compétences de l'acteur et du formateur PRAP

### La place de l'activité physique dans l'activité de travail

- Présentation des notions clés
- L'homme en situation de travail
- Notion de charge de travail

### Le fonctionnement du corps humain et ses limites

- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

### Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé

- Les TMS des membres supérieurs et inférieurs
- Les atteintes au niveau du dos

### Les facteurs de risques et de sollicitation

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)
- Les sollicitations de l'appareil locomoteur

### L'analyse d'une situation de travail et des déterminants

- Le recueil d'informations sur l'activité physique par l'observation et l'expression du vécu de la personne en situation de travail
- La formalisation des informations recueillies sur un outil adapté (ITaMaMi, QOOQCP, 5M...)

### L'analyse des déterminants

- Les différents éléments d'une situation de travail
- L'analyse dans sa situation de travail, des déterminants de son activité physique

### Amélioration des conditions de travail et principes généraux de prévention

- Les principes généraux de prévention
- L'aménagement dimensionnel des postes de travail
- L'élaboration d'un diagnostic
- La recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail

### Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- La portée et les limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- La manutention manuelle de charges inertes et/ou le travail en situation statique
- Le travail en équipe

### Du constat à l'action : la démarche projet

- L'élaboration d'un projet de formation action PRAP intégré à une démarche de prévention
- L'analyse de la demande, des besoins, la finalité, les étapes de mise en œuvre, les ressources, freins et leviers

### Les concepts de base de la communication

- Le schéma et les canaux de la communication
- Les principaux systèmes de représentation

### La conception d'une action de formation

- Les niveaux d'ingénierie
- L'analyse des besoins
- La construction d'une action de formation
- La progression pédagogique
- La formulation d'objectifs pédagogiques
- La conception d'un déroulé pédagogique

### Les caractéristiques de la formation pour adultes

- Les spécificités de la formation pour adultes
- Les éléments facilitant l'apprentissage
- Les courants de la pédagogie

### L'animation d'un groupe en formation

- La communication en groupe
- Les fonctions d'animation du formateur
- La gestion du groupe et des dysfonctionnements

### Les outils et techniques pédagogiques

- L'étude cas, l'exposé, l'exposé interactif, le travail en sous-groupe, la démonstration pratique, les cas concrets

### L'évaluation d'une action de formation

- Les niveaux d'évaluation
- Les objectifs, les modalités et les outils d'évaluation

### Les procédures administratives et l'habilitation

- Outil de gestion national (FORPREV)
- Les cadres et procédures administratifs d'une formation
- Les procédures et les outils du Document de Référence
- Le dispositif d'habilitation du réseau prévention
- Le maintien et actualisation des compétences du formateur PRAP



# PROGRAMME

## PARTIE PRATIQUE | 50%

### **Analyse de situations de travail**

- Observation de situations réelles de travail, en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Caractérisation des risques liés à l'activité physique et analyse des causes d'exposition
- Utilisation des différents outils d'évaluation du manuel PRAP, pour décrire la situation, identifier les situations dangereuses et rechercher les déterminants

### **Participation à la maîtrise du risque**

- Propositions d'amélioration de situations de travail en agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail
- Prise en compte des Principes Généraux de Prévention au cours de cas concrets

### **Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités**

- Application des règles de sécurité physique et d'économie d'effort lors de techniques de lever-porter-déplacer-déposer de charges inertes
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et d'aides à la manutention

### **Conception et animation de séquences de formation-action**

- Réalisation de supports
- Animations de modules de formation

## **TRAVAUX INTERSESSION**

### **Réalisation d'un pré-projet de formation-action**

- Réalisation d'un pré-projet de formation-action
- Restitution à l'ensemble du groupe lors de la reprise de la deuxième session

### **Analyse d'une situation de travail en milieu professionnel**

- Description d'une situation de travail
- Analyse de la situation de travail en faisant apparaître les dangers, dommages potentiels et risques caractérisés en lien avec les déterminants
- Synthèse des besoins à satisfaire et pistes d'amélioration hiérarchisées et leurs critères de résultat
- Restitution à l'ensemble du groupe lors de la reprise de la troisième session

