

## Public concerné

Tous les salariés, opérateurs et agents des secteurs de l'industrie, du BTP, du commerce et des activités de bureau.

## Prérequis

Pour garantir l'efficacité des actions menées, il est indispensable que le dirigeant de la structure (ou son représentant) maîtrise les compétences en prévention permettant d'assurer les conditions de réussite de la formation. Pour cela il lui est recommandé de suivre la formation spécifique organisée par des organismes de formation habilités à former des formateurs prap ou les services formation des Carsat/Cram/CGSS.

## Objectifs de la formation

Objectif de formation : prévenir les risques liés à l'activité physique dans sa situation de travail au sein d'une entreprise des secteurs de l'industrie, du BTP, et du commerce et des activités de bureau.

Objectifs pédagogiques :

- Connaître les risques de son métier afin de repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts excessifs ou inutiles.
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur la connaissance du fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé encourues.
- Participer à la maîtrise du risque en proposant à son encadrement de proximité toute idée d'amélioration d'ordre technique, organisationnel ou humain.

## Contenu de la formation

- La notion de situation de travail, de danger, de situation dangereuse, de risque, de dommage dans le milieu professionnel.
- Les AT et les MP, les préjudices humains et économiques pour l'entreprise.
- Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur.
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur, lombalgies, TMS, ...
- Les différents facteurs de risques : biomécaniques, psycho sociaux et ceux liés à l'environnement physique (vibrations, froid, chaleur, bruit, ...).
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

## Méthodes pédagogiques utilisées

- Apports de connaissances.
- Mises en situation au plus proche de l'activité réelle du salarié.

## Durée

2 jours soit 14 heures

## Validation

A l'issue de la formation, si les participants ont satisfait aux exigences de l'épreuve certificative, l'Assurance Maladie - Risques Professionnels et l'INRS leur délivrent un certificat « d'acteur prap IBC » valable 24 mois.

***Devenir acteur prap IBC (prévention des risques liés à l'activité physique - industrie, BTP, commerce et activités de bureau)***

---

Ce certificat, pour rester valable, impose de participer à une formation « Maintenir et actualiser ses compétences d'acteur prap IBC » (MAC) d'une durée de 7 heures.

Ces formations (initiale et MAC) sont assurées par un formateur certifié faisant partie d'une entreprise ou d'un organisme de formation habilités par l'Assurance Maladie - Risques Professionnels et l'INRS.