

## PROGRAMME : FORMATION de Formateur PRAP IBC MAC

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

Secteur : Industrie Bâtiment Bureau Commerce – Maintien et Actualisation des Compétences

Doit être remis au stagiaire avant son inscription définitive : Article L. 6353-8 du code du travail

### Prérequis :

**1-Le candidat devra présenter \*l'attestation de fin de formation « Base en prévention » ou suivre une formation afin d'Acquérir des bases en prévention des risques professionnels autoformation@01001** selon le référentiel national dispensé  
-Par l'INRS (formation en ligne de 8h env. Chaque module est estimé à 2h. La consultation est libre et s'effectue en fonction de son rythme (dans la limite de 90 jours maximum déclenchée lors de la première connexion) :

Sur le site de l'INRS : Bases en prévention (dans la barre de recherche)

**autoformation@01001**

Sur le site : [www.eformation-inrs.fr](http://www.eformation-inrs.fr) autoformation : Acquérir les bases en prévention

Sur le site : [www.ead-inrs.com](http://www.ead-inrs.com) autoformation : Acquérir les bases en prévention

-Par la CARSAT/CRAM/CGSS « Dans les services prévention des caisses régionale de Sécurité Sociale » (formation interne) « Obtenir des compétences de bases en prévention »

**2- Présenter la carte de formateur d'acteur PRAP IBC à jour**

**3- Le dirigeant** d'établissement ou d'organisme de formation : « employeur du futur formateur PRAP » **devra suivre une journée d'information/formation organisée par la CARSAT** du secteur de l'établissement.



Durée : 21 h mini (réparties sur 3 jours de 7 heures)



Lieu : Interne organisme de formation ou inter-entreprises



Groupe : de 5 à 10 personnes



Certificat de Formateur de Formateur PRAP IBC Au candidat qui aura répondu favorable à l'évaluation.



Validité 36 mois

**MAC « Maintien et Actualisation des Compétences » : 21 h**

Prolongation de la validité du certificat de 36 mois.

### Objectifs :

Maintenir et actualiser les compétences sur les savoirs et les savoirs faire de l'apprenant sur :

1- Etre capable d'élaborer un projet :

2 - Etre capable de réaliser une démarche PRAP dans le cadre d'une formation-action des salariés

3 - Etre capable d'organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique



Carte d'identité obligatoire

Photo d'identité récente

Tenue adaptée

### 3. Contenu :

1 - Présentation

2 - Restitution du travail personnel

3 - Point sur l'élaboration d'un projet

4 - Les limites de notre corps humain-Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort-Les techniques de manutention

5 - Réaliser une démarche PRAP dans le cadre d'une formation-action des salariés

6 - Organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique

7 - Les méthodes et techniques d'animation - L'animation et le déroulé pédagogique -

La certification

8 - Le suivi des formations - L'habilitation - Forprev

9 - Bilan

### 5. Moyens pédagogique :

#### 5.1 Logistique :

Une salle adaptée à la formation de formateur PRAP.

Un nombre suffisant de chaises afin d'en avoir une par personne.

#### 5.2 Matériels pédagogiques :

Conformément aux documents de références élaborés par l'INRS

#### 5.3 Matériel de formation :

Ordinateur portable, vidéoprojecteur, écran, tableau, feutres.

Squelette « colonne vertébrale » et

articulations de vertèbres. Articulations épaule, poignet, genou, cheville.

Mannequin articulé de l'INRS "Bébert".

Caisses pour l'application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

**4. Méthodes pédagogiques :** Heuristique, démonstrative, applicative, mixte - Alternance d'apports théoriques & pratiques.

CF 05-19

CAROLE FORMATION

[www.caroleformation.fr](http://www.caroleformation.fr)

4 B Route de Loiseau - 33126 FRONSAC - Tél : 06 10 74 41 03 - [caroleformation@free.fr](mailto:caroleformation@free.fr)

Siret : 531 358 794 00034 - APE : 8559A - Centre de formation enregistré sous le n° : 72 33 08352 33

TVA non applicable suivant l'article 293 Bdu CGI « Membre d'une association agréée, le règlement des honoraires par chèque est accepté »



N° datadock : 0029904