



PRATIQUE  
50%



THÉORIE  
50%

DEVENEZ FORMATEUR  
DES ACTEURS PRAP IBC



**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.

## 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

- Être capable d'accompagner l'entreprise ou l'établissement dans sa démarche de prévention et dans l'évaluation et l'expression de ses besoins de formation-action prap.
- Être capable d'élaborer un projet de formation-action prap en tenant compte de la spécificité de l'entreprise ou de l'établissement.
- Être capable de mobiliser les différents acteurs et assurer la promotion d'une formation-action prap.
- Être capable d'analyser les risques liés à l'activité physique d'une situation de travail, dans le but de proposer des pistes d'amélioration.
- Être capable de déterminer d'éventuelles pistes d'amélioration (techniques, organisationnelles et humaines) permettant de supprimer ou réduire les risques identifiés.
- Être capable de construire un plan d'action d'amélioration des conditions de travail en rapport avec le projet de prévention de l'entreprise ou de l'établissement.
- Être capable de concevoir et organiser une formation-action prap.
- Être capable d'animer une séquence de formation en prenant en compte les caractéristiques d'un public adulte en formation.
- Être capable d'utiliser différentes méthodes d'évaluation.
- Être capable d'assurer ou faire assurer la gestion administrative d'une session de formation-action prap.

## 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



## ORGANISATION DE LA FORMATION

### PRÉREQUIS

Être titulaire des « Bases en Prévention » de l'INRS  
Journée de formation du Dirigeant, employeur vivement recommandée

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

Savoir utiliser un logiciel de traitement de texte ainsi qu'un logiciel de présentation

Avoir suivi une formation d'Acteur PRAP (conseillé)

### DURÉE

10 jours de formation (3 jours+3 jours+ 4 jours)  
répartis sur 3 semaines non consécutives  
+ 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 valable 36 mois, sous réserve de suivi de l'ensemble de la formation et de réussite aux épreuves certificatives  
Attestation de fin de formation

### ORGANISME DE DÉLIVRANCE

Assurance Maladie Risques Professionnels / INRS / SOFIS

### RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

Articles L4541-1 et suivants du Code du Travail  
Document de référence de l'INRS

### ENGAGEMENT QUALITÉ SOFIS



Habilitation Assurance Maladie Risques  
Professionnels et INRS  
Formation de Formateurs PRAP-IBC  
n°501559/2014/PRAP-IBC-02/O/13



### INTERVENANT(S)

Titulaire du certificat de Formateur de Formateur PRAP IBC, certifié par l'Assurance Maladie Risques professionnels et l'INRS



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

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



### CONDITIONS D'ÉVALUATION

3 épreuves certificatives :

- Réalisation et présentation d'un pré-projet de formation-action prap
- Analyse d'une situation de travail à l'aide de la méthode adaptée
- Conception et animation d'une séquence de formation-action dans le cadre du projet de formateur prap



# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE | 50%

### Les enjeux de la démarche PRAP

- 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

