



PROGRAMME DE FORMATION

FORMATION INITIALE

DEVENIR FORMATEUR PRAP IBC

PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

Secteurs concernés : Industrie, BTP, Commerce, Activités de bureaux

Cette formation a pour finalité de permettre aux participants de devenir des « **Formateurs en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique pour les secteurs de l'Industrie Bâtiment, Bureautique, Commerce (PRAP IBC)** », capables d'accompagner les entreprises dans leur démarche de prévention des risques professionnels et de former les salariés à devenir acteurs de la prévention.

À l'issue de la formation, les stagiaires disposent des compétences **techniques, méthodologiques et pédagogiques** nécessaires pour concevoir, animer et évaluer des actions de formation PRAP IBC conformes aux exigences du réseau prévention et de l'INRS.

Public visé :

- Formateurs d'organismes de formation
- Formateurs internes en entreprise
- Formateurs indépendant souhaitant intervenir dans les formations **PRAP IBC**

Prérequis :

- Être titulaire de l'attestation de réussite au module « **Bases en Prévention des Risques Professionnels** » (e-learning INRS)
- Disposer d'aptitudes relationnelles, ainsi que des capacités d'animation et d'expression orale
- Il est recommandé de maîtriser les outils bureautiques courants, notamment un logiciel de traitement de texte, ainsi qu'un logiciel de présentation

Durée :

- **70 heures – 10 jours**
- Formation organisée en **3 sessions, avec travaux en intersession**

Nombre de participants :

- 4 à 10 stagiaires

Intervenant :

Formateur de Formateurs PRAP IBC certifié par l'INRS et à jour de la certification

Objectifs :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Élaborer un **projet de formation-action PRAP IBC** intégré à la démarche de prévention de l'entreprise
- Mobiliser et sensibiliser les **acteurs internes de la prévention**
- Mettre en œuvre une **démarche structurée d'analyse de l'activité physique de travail**

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



- Identifier les **facteurs de risques biomécaniques, psychosociaux et environnementaux**
- Proposer et hiérarchiser des **pistes d'amélioration durables**
- **Observer et analyser les situations de travail**, afin d'identifier les **risques liés à l'activité physique** et proposer des **pistes d'amélioration**
- Concevoir, animer et évaluer une **formation PRAP IBC à destination des salariés**
- Organiser et déployer des actions de **formation-action PRAP** dans l'entreprise
- **Accompagner durablement** l'entreprise dans le déploiement et l'animation de sa **démarche de prévention**

Compétences Développées :

- **Analyse du travail réel et des déterminants** de l'activité
- Utilisation des **outils PRAP** d'observation et d'analyse
- Conception pédagogique orientée **formation-action**
- **Animation** de groupes d'adultes en prévention
- **Évaluation** des acquis et accompagnement des actions de prévention

Méthodes Pédagogiques :

- Alternance d'**apports théoriques et pratiques**
- **Études de cas** issues des pratiques professionnelles
- Travaux de groupe et **mises en situation**
- **Analyse de situations réelles** (intersession)
- Construction d'un **plan d'actions personnalisé**

Modalités d'évaluation :

L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la formation au moyen d'évaluations formatives, permettant d'accompagner les apprentissages, d'ajuster les apports pédagogiques et de valider progressivement les compétences visées.

La certification s'appuie sur des épreuves certificatives finales, mises en œuvre conformément au référentiel en vigueur de l'INRS.

Le certificat de **Formateur PRAP IBC** est délivré au stagiaire ayant validé l'ensemble des compétences attendues.

Maintien & Actualisation des Compétences :

Le **certificat de Formateur PRAP IBC** est valable **36 mois**.

Afin de conserver sa validité, le formateur doit obligatoirement suivre une formation de **Maintien et Actualisation des Compétences (MAC) Formateur PRAP IBC** avant son échéance, conformément aux exigences du **réseau Assurance Maladie – Risques Professionnels / INRS**.

Accessibilité aux Personnes en Situation de Handicap :

Contactez M. HURIER Greg, à l'adresse suivante ghformation@outlook.fr, en cas de besoin d'un accompagnement spécifique lié à un aménagement de parcours ou à l'accessibilité.

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr

RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303

NDA : 28 760 760 076



PROGRAMME

1. Élaborer un projet de formation-action PRAP intégré à la démarche de prévention

- **Analyser les besoins de l'entreprise**
 - Identification des risques liés à l'activité physique (indicateurs, AT/MP, TMS...)
 - Prise en compte des actions de prévention existantes
 - Réalisation d'un diagnostic
 - **Identifier les enjeux de la prévention**
 - Enjeux humains, économiques et réglementaires
 - Définition des objectifs stratégiques et opérationnels
 - **Construire un projet de formation-action PRAP**
 - Méthodologie de projet
 - Définition des objectifs et des échéances
 - Identification des ressources et contraintes
 - Élaboration d'un plan d'action et d'un plan de communication
 - Définition des critères de réussite
 - **Mobiliser les acteurs de la prévention**
 - Identification des acteurs internes et externes
 - Techniques de mobilisation
 - Animation de réunions de sensibilisation
-

2. Analyser les situations de travail et proposer des actions de prévention

- **Observer et analyser une situation de travail**
 - Recueil d'informations (observation, entretien)
 - Analyse des contraintes physiques, mentales et organisationnelles
 - Formalisation des observations
- **Identifier et caractériser les risques**
 - Repérage des dangers liés à l'activité physique
 - Compréhension des atteintes à la santé
 - Hiérarchisation des risques
 - Analyse des déterminants de l'activité
- **Proposer des pistes d'amélioration**
 - Solutions techniques, organisationnelles et humaines

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr
RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303
NDA : 28 760 760 076



- Application des principes généraux de prévention
 - Limites des gestes et postures
 - **Restituer et argumenter son analyse**
 - Présentation aux acteurs de l'entreprise
 - Prise en compte du retour des salariés
 - Formalisation des propositions
 - **Construire et suivre un plan d'actions**
 - Hiérarchisation des mesures
 - Planification et mise en œuvre
 - Définition d'indicateurs de suivi et d'évaluation
-

3. Concevoir, animer et évaluer une formation PRAP IBC

- **Concevoir une action de formation**
 - Analyse des besoins pédagogiques
 - Définition des objectifs pédagogiques
 - Construction du déroulé et des séquences
 - Choix des méthodes et outils pédagogiques
- **Organiser une formation PRAP**
 - Préparation logistique (temps, salle, supports)
 - Adaptation au public et au contexte professionnel
- **Animer une formation**
 - Techniques d'animation
 - Gestion du groupe et du temps
 - Adaptation aux profils des apprenants
 - Régulation des situations pédagogiques
- **Évaluer les acquis**
 - Évaluation formative
 - Organisation des épreuves certificatives
 - Utilisation des outils INRS
 - Auto-évaluation du formateur
- **Assurer la gestion administrative**
 - Enregistrement des sessions (FORPREV)
 - Suivi des stagiaires
 - Traçabilité des formations

GH FORMATION SARL

310 rue du Bois Mègle - 76890 BIVILLE-LA-BAIGNARDE – 06 59 37 59 35 – ghformation@outlook.fr
RCS de Dieppe - SIRET : 938 454 303 00018 - NAF/APE : 8559A - Enregistrée à l'INSEE le 09/12/2024 - TVA : FR01938464303
NDA : 28 760 760 076