



PROGRAMME DE FORMATION

MAINTIEN & ACTUALISATION DES COMPETENCES DEVENIR FORMATEUR PRAP IBC PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE

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

La formation **Maintien et Actualisation des Compétences (MAC) Formateur PRAP IBC** a pour finalité de permettre aux formateurs PRAP IBC de **maintenir et d'actualiser leurs compétences** conformément aux exigences du réseau Assurance Maladie – Risques Professionnels et de l'INRS, afin de renouveler leur certification **tous les 36 mois**.

Elle permet aux participants d'intégrer les évolutions du dispositif PRAP, d'actualiser leurs connaissances en prévention des risques liés à l'activité physique, d'analyser leurs pratiques professionnelles et de renforcer leurs compétences pédagogiques pour concevoir, animer et évaluer des formations d'Acteurs PRAP IBC.

Alternant retours d'expérience, échanges de pratiques, apports méthodologiques, travaux de groupe, mises en situation pédagogiques et épreuves certificatives, cette formation favorise le partage d'expériences entre formateurs et l'appropriation des outils actualisés nécessaires à l'exercice de leurs missions au sein des entreprises.

Public Visé :

Cette formation s'adresse à toute personne titulaire du certificat « Formateur PRAP IBC », et souhaitant maintenir et actualiser leurs compétences.

Prérequis :

- Être titulaire d'un certificat « Formateur PRAP IBC » délivré par une entité habilitée

Durée :

- 21 heures – 3 jours

Nombre de participants :

- 4 à 10 stagiaires

Intervenant :

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

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



Objectifs :

À l'issue du MAC, le stagiaire sera capable de :

- Se mettre à jour avec les nouveautés du réseau de prévention, notamment les évolutions des référentiels INRS, les actualisations des outils PRAP, les nouvelles recommandations, ainsi que les pratiques actualisées en matière d'analyse de l'activité et d'animation de formation
- Réactualiser sa maîtrise des outils d'analyse de l'activité physique
- Mettre à jour ses compétences pédagogiques pour concevoir et animer une formation-action PRAP IBC
- Démontrer le maintien de ses compétences lors des épreuves certificatives

Démarche Pédagogique :

La démarche pédagogique repose sur une **approche active, participative et centrée sur l'expérience des formateurs**. Elle s'articule autour de plusieurs axes complémentaires :

- **Recueil des attentes pré-formation** afin d'adapter le déroulé aux besoins réels des participants et à leurs pratiques professionnelles.
- **Pédagogie active et participative**, mobilisant expérimentations pratiques, mises en situation, jeux de rôles et analyses collectives.
- **Échanges structurés et retours d'expérience**, permettant aux formateurs de partager leurs pratiques, d'identifier leurs points d'amélioration et de mutualiser les solutions opérationnelles.
- **Adaptation pédagogique continue**, tenant compte des profils, des acquis et des besoins spécifiques des stagiaires pour garantir une progression efficace et individualisée.

Cette démarche favorise l'appropriation des outils actualisés du réseau prévention, renforce la posture de formateur PRAP IBC et soutient la montée en compétence durable des participants.

Modalités d'évaluation :

Le **certificat de Formateur PRAP IBC** est renouvelé à l'issue de la réussite aux **épreuves certificatives INRS**. Il est délivré pour une durée de **3 ans**. Une **attestation de fin de formation** ainsi qu'un **certificat de réalisation**, conformes aux exigences du Code du travail, sont également remis au participant.

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 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



Le Programme :

1^{er} Jour

1. Actualisation des connaissances PRAP et du dispositif

- Nouveaux enjeux de la prévention des risques liés à l'activité physique
- Évolutions du dispositif PRAP (référentiels, certifications, outils)
- Actualités du réseau prévention (INRS, CARSAT, Cramif, CGSS)
- Rappel des fondamentaux : principes généraux de prévention (L4121-2)
- Impacts des évolutions réglementaires sur les formations PRAP

2. Retour d'expérience des formateurs

- Analyse des pratiques professionnelles
- Difficultés rencontrées en formation et en entreprise
- Échanges de pratiques et mutualisation des solutions
- Analyse de situations réelles apportées par les stagiaires

3. Approfondissement des risques liés à l'activité physique

- Actualisation des données AT/MP, TMS, statistiques nationales
- Analyse des déterminants de l'activité (physiques, cognitifs, organisationnels)
- Focus sur les secteurs IBC : manutentions, postures, gestes répétitifs

2^{ème} Jour

1. Réactualisation de la démarche d'analyse de l'activité

- Observation, entretien, recueil d'informations
- Analyse des contraintes et déterminants
- Hiérarchisation des risques
- Utilisation des outils PRAP actualisés (grilles, ED, référentiels)

2. Mise en situation : analyse d'une situation de travail

- Observation filmée ou en direct
- Analyse collective
- Identification des risques et déterminants
- Construction d'arguments de prévention

3. Proposer des pistes d'amélioration

- Solutions techniques, organisationnelles et humaines
- Application des PGP
- Limites des gestes et postures
- Restitution argumentée aux acteurs de l'entreprise

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



4. Accompagnement de l'entreprise

- Rôle du formateur PRAP dans la démarche de prévention
 - Construction d'un plan d'actions
 - Indicateurs de suivi et d'évaluation
-

3^{ème} Jour

1. Actualisation des compétences pédagogiques

- Processus d'apprentissage chez l'adulte
- Techniques d'animation actualisées
- Gestion du groupe et des situations difficiles
- Adaptation pédagogique aux publics et contextes

2. Conception pédagogique

- Mise à jour du déroulé pédagogique PRAP IBC
- Choix des méthodes et outils
- Construction d'une séquence pédagogique performante
- Intégration des nouveautés du réseau prévention

3. Mise en situation d'animation

- Animation d'une séquence PRAP par les stagiaires
- Analyse collective et feedback structuré
- Auto-évaluation du formateur

4. Épreuves certificatives MAC

- Analyse d'une situation de travail
- Animation d'une séquence pédagogique
- Argumentation des pistes d'amélioration
- Vérification de la conformité au référentiel INRS

5. Bilan & Traçabilité

- Synthèse des acquis
- Plan de progression individuel
- Rappel des obligations administratives : FORPREV, certificats, traçabilité

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