

## Formation MAC PRAP (Prévention des Risques liés à l'activité Physique pour les secteurs de l'Industrie, du Bâtiment et du Commerce) V29062022

### Objectifs

Permettre aux salariés formés de dégager des pistes d'amélioration des situations de travail établies, ou à venir, nécessitant de la manutention manuelle, des déplacements avec ou sans port de charges, des gestes répétitifs, des postures contraignantes et des efforts importants, dans les domaines organisationnels, techniques et humains.

### Prérequis

Etre en possession d'un certificat PRAP IBC encore en cours de validité

### Public concerné

Tous salariés du secteur Industrie Bâtiment Commerce et administratif possédant un titre d'acteur PRAP.  
10 salariés maximum par session.

### Durée

7 heures de face à face pédagogique.

### Moyens pédagogiques

- Utilisation du référentiel pédagogique INRS,
- Une approche pédagogique basée sur la simulation de situations réelles,
- Mises en situation au travers de cas pratiques,
- Exercices à partir de vidéos et photos,
- Travail de groupe et de sous-groupe,
- Au poste de travail
  - analyse par les participants de leur situation de travail,
- Restitution collective,

### Moyens de l'évaluation

Fiche individuelle d'évaluation de l'acteur PRAP

Feuille d'émargement par demi-journée pour délivrance attestation de présence

### Validation

Certification INRS acteur PRAP Option Industrie Bâtiment Commerce, délivré selon les critères des épreuves certificatives, valable 24 mois

Attestation de fin de formation

### Formateur

Certifié INRS à jour des Maintiens et Actualisation des Compétences.

## PROGRAMME

### État des lieux de l'entreprise

Envoie plusieurs semaines avant du dossier de préparation de la formation (avancement de la démarche de prévention AT/MP).

Rencontre de la personne responsable de la mise en place de la démarche de prévention.

### MAC des acteurs

***Tour de table (faire le point avec les acteurs sur les actions mises en place)***

***Analyse d'une situation de travail de l'entreprise suite à visite ou sur une vidéo***

***Caractériser l'activité physique et sa place dans l'activité de travail***

Apprendre à identifier les différentes activités physiques dans une séquence de travail.

***Appréhender l'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique en milieu professionnel***

Apprendre à identifier les indicateurs caractéristiques de l'entreprise, mesurer l'importance des enjeux humains et économiques pour le personnel de l'entreprise.

***Repérer les situations à risque liées à l'activité physique en milieu professionnel***

Apprendre à faire le lien entre le fonctionnement du corps humain et l'activité physique en situation de travail : gestes, efforts, répétitivité, postures, déplacements.

***Identifier les éléments déterminant l'activité physique en situation de travail***

Apprendre à reconnaître les déterminants de l'activité physique au travail et observer les situations de travail.

***Participer à la maîtrise des risques liés à l'activité physique***

Formuler des hypothèses d'amélioration des situations de travail observées.

### Epreuve certificative

**Mise en application des principes d'économie d'effort sur des manipulations de charges inertes dans l'entreprise**

**Remise de l'attestation de fin de formation**