

# FORMATION PRAP IBC PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



Guadeloupe  
1691 rue Becquerel - 97122 BAIE MAHAULT  
Siret 48261013600012 – APE 8559A  
☎ 0590 323 743 📠 0590 323 744  
tlf971@me.com

Guyane  
50, avenue Voltaire – 97300 CAYENNE  
Siret 48261013600020 – APE 8559A  
☎ 0594 386 833 📠 0590 323 744  
tlf973@orange.fr

**SARL TLF : TOUTE LA FORMATION** - siège 10 Lot Lamothe 97129 LAMENTIN  
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 95 97 01309 97 du 07 septembre 2005 auprès du Préfet de région Guadeloupe  
Agrément SSIAP N° 0602  
Habilitation ASP TITRE V RNCP FORMAPLUS 3B  
Habilitation SST 2115/2012/SST-1/20  
Habilitation CPS 774/2011/CPSID-1/20

# Les principes de prévention des risques

## Principes généraux de prévention des risques

1. Éviter les risques
2. Évaluer les risques
3. Combattre le risque à la source
4. Tenir compte de l'état d'évolution de la technique
5. Adapter le travail à l'homme (Conception du poste, Choix des Équipements, Méthode de production)
6. Remplacer ce qui est dangereux par ce qui ne l'est pas ou peu dangereux
7. Planifier la prévention de façon globale
8. Prendre des mesures de protection collectives en priorité sur la protection individuelle
9. Donner des instructions appropriés aux travailleurs

**Pour satisfaire ces principes de prévention il est important de respecter une méthodologie : ( Démarche PRAP )**

- **Mobiliser** : s'accorder pour agir ensemble en organisant la concertation
- **Évaluer les risques** : repérer les situations à risque, analyser l'activité physique dans la situation de travail
- **Maîtriser le risque** : élaborer un plan d'actions pour transformer les situations de travail
- **Evaluer les résultats**

## Objectifs de la formation PRAP

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

**Les finalités de la formation PRAP** : faire acquérir aux salariés des connaissances leur permettant de participer efficacement à l'amélioration de leurs conditions de travail.

Les objectifs de la formation PRAP s'intègrent dans une démarche globale de prévention, ils passent par la mobilisation des acteurs et décideurs de l'entreprise...

### Les objectifs :

1. Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnels (Définitions, et Indicateurs statistiques)
2. Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (Notions d'anatomie, physiologie)
3. Identifier les éléments déterminants des Gestes et Postures de travail (Aménagement, Contraintes, Relationnel)
4. Proposer les améliorations susceptibles de réduire les risques et participer à leur mise en œuvre (Notion d'ergonomie)
5. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents (Mise en pratique des principes avec différents objets)

SARL TLF – 10, lotissement Lamothe – 97129 Lamentin  
Siret 48261013600012 – APE 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 95 97 01309 97 du 07 septembre 2005 auprès du  
Préfet de région Guadeloupe

Agrément SSIAP N° 0602  
Agrément CQP APS N° 97 07 09 06 01  
Agrément SST N° 20.2.SST.06.013

☎ 0590 323 743 📠 0590 323 744 - ✉ [tlf971@wanadoo.fr](mailto:tlf971@wanadoo.fr)

## **Conditions générales**

### **Engagement de l'entreprise :**

Pour être efficace, la formation PRAP doit être soutenue par la hiérarchie

### **Groupe :**

10 personnes maximum (pour une participation active de chaque personne).

### **Secteur d'activité :**

Tout secteurs d'activité  
Tertiaire, Logistique, manutention, intérim, commerce, industrie,

### **Participants :**

- Tenue vestimentaire adaptée : pantalon ample, chaussures plates.

### **Durée de formation possible :**

14 HEURES SUR 2 JOURS répartis sur 2 semaines

### **Matériel nécessaire et Supports pédagogiques :**

Rétroprojecteur - écran - tableau blanc - paperboard - objets, de forme, de poids et de volume différents

### **Validation du stage :**

Proposition de mesures d'amélioration, Remise d'une attestation de stage.

### **Formateurs :**

- La formation est assurée par un formateur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique, formé par l'INRS.

### **Méthode Pédagogique :**

- La pédagogie est basée sur une interaction permanente entre les participants et le formateur.
- Le formateur implique les participants par une pédagogie interactive, qui leur permet de porter un regard critique sur leur environnement de travail et à proposer des idées d'amélioration.
- Le formateur peut insister sur un thème (anatomie, techniques de manutention,...) en fonction du contexte de l'entreprise

### **Obtention du certificat d'acteur PRAP :**

Les candidats qui ont suivi la totalité de la formation et qui ont satisfait aux évaluations obtiendront le certificat d'acteur PRAP, délivré par l'INRS/CRAM/CGSS par l'intermédiaire de la sarl TLF

SARL TLF – 10, lotissement Lamothe – 97129 Lamentin  
Siret 48261013600012 – APE 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 95 97 01309 97 du 07 septembre 2005 auprès du  
Préfet de région Guadeloupe

Agrément SSIAP N° 0602  
Agrément CQP APS N° 97 07 09 06 01  
Agrément SST N° 20.2.SST.06.013

☎ 0590 323 743 📠 0590 323 744 - ✉ [tlf971@wanadoo.fr](mailto:tlf971@wanadoo.fr)