

Référence	6-PRAP-IBC
Durée	2 jours (14 heures)
Éligible CPF	NON
Mise à jour	25/08/2025

Formation Acteur PRAP – IBC (Industrie, Bâtiment, Commerce)



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les risques liés aux activités physiques dans les secteurs Industrie, Bâtiment et Commerce.
- Adopter des postures et gestes adaptés pour réduire les TMS.
- Être capable d'intervenir sur les situations de travail et de proposer des améliorations ergonomiques.
- Contribuer à la prévention des risques dans l'entreprise en tant qu'acteur PRAP.



PUBLIC CONCERNÉ

Salariés des secteurs Industrie, Bâtiment et Commerce exposés aux risques liés à l'activité physique.
Encadrants et managers souhaitant sensibiliser leurs équipes à la prévention.



PRÉREQUIS

Aucun prérequis obligatoire pour la formation de base Acteur PRAP – IBC.
Compréhension et expression en français suffisantes.
Aptitude physique minimale pour participer aux ateliers pratiques.



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Alternance théorie/pratique.
- Supports visuels : diaporama, vidéos, photos.
- Travaux pratiques et mises en situation réelles.
- Débriefings collectifs et échanges entre participants.
 - Remise d'un support de cours.



MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Questionnaire de satisfaction
- Évaluation formative : questions/réponses et exercices pratiques en cours de formation.
- Évaluation sommative :
 - Mise en situation pratique individuelle ou en binôme.
 - Quiz de connaissances pour valider les acquis.
- Observation des postures et gestes appliqués.



MOYENS TECHNIQUES EN PRÉSENTIEL

- Salle équipée d'un vidéoprojecteur et paperboard.
- Postes de travail ou zones d'activité pour ateliers pratiques.
- Matériel de manutention : charges, chariots, outils adaptés à IBC.
- Supports pédagogiques : guide PRAP IBC, fiches techniques, protocoles de sécurité.



VALIDATION

- Attestation de formation délivrée si :
Présence complète à la formation.
- Validation des compétences pratiques et théoriques.
- Possibilité de renouvellement ou MAC tous les 24 mois selon recommandations INRS.



ORGANISATION

Délai d'accès : 5 jours ouvrés
(délai variable en fonction du financeur)

Les cours ont lieu de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h



ACCESSIBILITÉ

Les personnes en situation d'handicap sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

Pour tout renseignement, notre référent handicap reste à votre disposition : mteyssedou@ait.fr



PROFIL FORMATEUR

Nos formateurs sont des experts dans leurs domaines d'intervention

Formateur certifié PRAP IBC par l'INRS.

Expérience dans l'animation de formations sécurité dans les secteurs IBC.

Capacité à adapter les contenus aux situations professionnelles des participants.



RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

INRS : PRAP IBC, ALM.

Code du travail : Articles L4121-1 à L4121-5

Textes complémentaires : R231-1 à R231-6

Qualiopi : critères 1 et 3

Formation Acteur PRAP – IBC (Industrie, Bâtiment, Commerce)

MODULE 1 : INTRODUCTION À LA PRÉVENTION DES RISQUES DANS L'INDUSTRIE, LE BÂTIMENT ET LE COMMERCE

- Définition des risques professionnels et des TMS spécifiques aux secteurs IBC.
- Chiffres clés et impacts humains et économiques.
- Rôle et mission de l'Acteur PRAP dans ces secteurs.

MODULE 2 : PRINCIPES DE LA PRÉVENTION

- Les trois niveaux de prévention : primaire, secondaire, tertiaire.
- Principes ergonomiques adaptés aux activités physiques dans IBC.
- Importance de la posture et du mouvement dans la prévention des risques.

MODULE 3 : ANALYSE DES SITUATIONS DE TRAVAIL IBC

- Identifier les situations de travail à risque spécifiques à l'industrie, au bâtiment et au commerce.
- Observation et diagnostic des postes.
- Analyse du travail et des mouvements (ALM) appliquée aux secteurs IBC.

MODULE 4 : GESTES ET POSTURES ADAPTÉS IBC

- Techniques de manutention manuelle adaptées aux activités IBC.
- Transfert de charges et déplacements sécurisés.
- Exercices pratiques de renforcement musculaire et d'étirement.
- Mises en situation sur le poste de travail : manutention de charges, gestes répétitifs, postures statiques.

MODULE 5 : ORGANISATION ET AMÉLIORATION CONTINUE

- Proposer des améliorations ergonomiques adaptées aux postes IBC.
- Communication et dialogue social pour la prévention des risques.
- Mise en place d'actions simples de prévention.

MODULE 6 : RÔLE DE L'ACTEUR PRAP

- Responsabilités dans l'entreprise.
- Détection et signalement des situations dangereuses.
- Communication des alertes et sensibilisation des collègues.

MODULE 7 : SYNTHÈSE ET ÉVALUATION

- Quiz de connaissances théoriques.
- Mise en situation pratique finale sur les postes IBC.
- Retour d'expérience et échanges sur les apprentissages.