

# PRAP IBC

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique INDUSTRIE - BUREAUX - COMMERCE

### Objectifs pédagogiques

- **Identifier les risques physiques** dans les environnements industriels et commerciaux.
- **Appliquer des techniques de prévention** pour réduire les blessures liées aux gestes et postures.
- **Utiliser correctement les équipements** de sécurité pour améliorer les conditions de travail.
- **Intégrer les bonnes pratiques** pour promouvoir la santé et la sécurité au travail.

### Méthodes pédagogiques

- Exposés interactifs
- Démonstrations pratiques
- Ateliers et simulations
- Supports multimédias

### Modalités d'évaluation

- Pratique : Mise en situation sur les techniques de prévention.
- Théorie : QCM sur les risques physiques et la réglementation.

### Inscription

Pour vous inscrire à cette formation, contactez-nous à [contact@apoi.re](mailto:contact@apoi.re) ou au **06 93 87 33 53**. Nous vous accompagnerons dans le processus d'inscription.

### Nos formateurs

Nos formateurs PRAP, experts en prévention des risques, allient expérience terrain et approche interactive pour des formations enrichissantes.

### Modalités

*La formation est accessible après une analyse des besoins réalisée avec l'employeur ou le référent. Le délai d'accès est d'au moins un mois après validation de la demande.*

**DURÉE** : 14 heures

**VALIDITÉ** : 24 mois

**PUBLIC** : salariés des secteurs de l'industrie, du bâtiment et du commerce, ainsi qu'aux responsables de la prévention des risques liés à l'activité physique.

**PRÉREQUIS** : Aucun

**RÉGLEMENTATION** : La formation PRAP IBC est régie par le Code du Travail et les décrets relatifs à la prévention des risques professionnels, visant à assurer la sécurité des travailleurs dans les secteurs de l'industrie, du bâtiment et du commerce.

**NOMBRE DE PARTICIPANTS** : 10 personnes maximum

**ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES** : Lors de l'inscription, nous évaluons les adaptations nécessaires, avec l'appui de partenaires, et invitons les personnes en situation de handicap de contacter notre référent **M. BELGUENDOZ Benaouda** par mail à [direction@apoi.re](mailto:direction@apoi.re).

**CERTIFICAT** : Une attestation de formation sera délivré suite à la validation des épreuves.

### Nos tarifs

Sur devis

# PRAP IBC

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique INDUSTRIE - BUREAUX - COMMERCE

### Programme

#### **1. Sensibilisation aux enjeux de la prévention**

- Identifier les bénéfices de la prévention des risques pour l'entreprise et les collaborateurs.
- Comprendre l'importance d'une approche proactive en matière de sécurité.
- Connaître les différents acteurs impliqués dans la gestion des risques.

#### **2. Compréhension des risques spécifiques au métier**

- Expliquer les mécanismes qui peuvent mener à des accidents ou des troubles de santé.
- Identifier les risques propres à l'activité exercée et leurs impacts potentiels.
- Repérer les situations de travail dangereuses pour la santé.

#### **3. Analyse des impacts physiques sur le corps**

- Mieux comprendre le fonctionnement du corps humain et ses limites.
- Identifier les signes de troubles musculo-squelettiques (TMS) et autres atteintes physiques.

#### **4. Observation et évaluation des pratiques professionnelles**

- Examiner ses habitudes de travail pour repérer les actions à risques.
- Analyser les causes de ces risques et les comportements à modifier.

#### **5. Amélioration des conditions de travail**

- Proposer des ajustements concrets pour réduire les risques identifiés.
- Appliquer les principes de prévention pour améliorer son environnement de travail.

#### **6. Communication des risques aux parties prenantes**

- Identifier les interlocuteurs clés dans l'entreprise pour signaler les risques.
- Adopter les bonnes pratiques pour partager les informations et préoccupations de sécurité.

#### **7. Adoption de techniques sécuritaires et économiques**

- Appliquer des techniques d'économie d'effort et de sécurité physique au quotidien.
- Utiliser les équipements d'assistance à la manutention de manière efficace.