



FORMATION MAC PRAP IBC : MAINTIEN & ACTUALISATION DES COMPÉTENCES PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Option Industrie, BTP, Commerce & Activités de Bureau
Certification INRS



Fiche programme

PUBLIC : Cette formation est ouverte aux professionnels en activité qui souhaitent devenir acteurs de la prévention des risques liés à l'activité physique au sein de leur établissement.

PREREQUIS : Avoir un certificat d'acteur PRAP IBC

OBJECTIFS :

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant que le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Participer à la maîtrise du risque dans son établissement et à sa prévention

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

Méthodes actives : heuristique, active, démonstrative, expérientielle, applicative et participative Travaux en groupe, études de cas, mise en situation, apports théorique

Matériel utilisé : 1 caisse avec poignées, 1 caisse sans poignées, tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées

Matériel pour la mise en scène des PSEEE (Principes de Sécurité et d'Économie d'Effort) : caisses avec et sans poignées, sceau, balais, bouteilles d'eau, etc.

Modèle de la colonne vertébrale, des disques intervertébraux, de la hernie discale, du genou

SUIVI DE L'EXÉCUTION DE D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION :

Feuille de présence. Formulaire d'évaluation de la formation Grille de Certification (passage Certification)

Certification : Évaluation écrite individuelle. Seuls les candidats ayant suivi la totalité de la formation et qui ont satisfaits aux épreuves certificatives peuvent prétendre à l'obtention du certificat d'acteur PRAP IBC.

Le MAC : Le maintien et l'actualisation des compétences auront lieu tous les 2 ans avec 1 jour soit 7 heures de formation.

INTERVENANT(S) : PARTENARIAT AVEC UN ORGANISME HABILITÉ PRAP IBC & INTERVENTION D'UNE FORMATRICE CERTIFIÉE FORMATEUR PRAP IBC & PRAP 2S EN COURS DE VALIDITÉ, OSTÉOPATHE DO (2013)

INDICATEURS DE RESULTATS : N/A

ACCESSIBILITE : Si vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour suivre une formation, contactez-nous et nous chercherons un moyen d'adaptation qui vous convienne. referenthandicap@3safe.fr

MODALITES D'INSCRIPTION & DÉLAIS :

Sur réservation : contact@3safe.fr

Délais d'accès : 15 jours

Nombre de stagiaires par session : 10 personnes maximum

TARIFS : (FINANÇABLE OPCO)

800€ HT en intra (département 50 et 14),
autres départements nous contacter (frais en sus)

Durée : 1 jour / 7 heures

Modalité(s) : 100% PRÉSENTIEL

Site : EN INTRA entreprise

PROGRAMME :

CONTENU DE LA FORMATION :

- **Le PRAP :** Fondement, intérêt de la prévention, enjeux
- **Les acteurs de la prévention internes et externes**
- **L'anatomie et les pathologies en lien avec l'activité physique**
- **Les AT/MP**
- **L'observation et l'analyse d'une situation de travail dangereuse :**

Mécanisme d'apparition du dommage

Éléments d'une situation de travail

Proposition d'amélioration d'une situation de travail

- **Appliquer les principes d'auto-prévention et les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents en fonction de la situation de travail**
- **Échanger sur les actions mise en place depuis la formation initiale**

VALIDATION / CERTIFICATION : Présence obligatoire à l'intégralité de la formation. Réussite aux épreuves certificatives selon la grille d'évaluation INRS. Certification valable 24 mois. Le stagiaire doit suivre la formation de « Maintien et Actualisation des Compétences » pour prolonger sa certification

3SAFE – Morgan DETOISIEN Organisme de formation

<https://3safe.fr> - Téléphone : 07.80.59.68.92 - Mail : contact@3safe.fr

Formations Grand-Ouest Normandie en Intra

PFPRAPIBCMAC
V6-2026

Numéro déclaration d'activité : 28 50 01329 50 auprès de la Préfecture de Normandie, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état - SIRET : 438 408 676 00056

Page 1 sur 1