

Acteur PRAP IBC (Industrie, bâtiment, commerce) - Initial

Les manutentions manuelles, le port de charges, les gestes répétitifs, les postures de travail prolongées, les vibrations, peuvent nuire à la santé ou entraîner des efforts inutiles ou excessifs. La formation PRAP IBC (Industrie, Bâtiment, Commerce) permet aux salariés de prendre en charge leur propre prévention et de participer aux actions de prévention des risques professionnels dans leur entreprise. Cette formation s'inscrit dans les principes généraux de prévention



BORDEAUX, 33100

Formation Accessible PMR

Faisable en entreprise

Satisfaction
95%

Réussite
100%

Durée
14 Heures

Prix
275,00 € TTC

Contenu de la formation

Maîtrise des fondamentaux de la prévention des risques professionnels

- Les cadres légaux et institutionnels de la prévention des risques.
- Les enjeux de la prévention des risques sur la santé, le travail et la performance.
- Les processus d'apparition des risques professionnels.
- Les différents risques de son secteur d'activité.
- Les notions d'accident de travail, d'accident de trajet et de maladie professionnelle

Les actions dans la démarche de prévention

- Identification de son potentiel d'action dans la démarche de prévention.
- Participation active à la démarche de prévention.
- Interaction efficace avec les autres acteurs de la prévention

L'évaluation de ses risques professionnels

- Les techniques de prise de hauteur pour observer son travail.
- Les limites du corps humain : anatomie, physiologie, pathologies.
- Repérage des facteurs de chutes, d'accidents de manutention et de TMS.
- Identification des composantes d'une situation de travail génératrice de risques.
- Évaluation des contraintes physiques, mentales et émotionnelles.
- Analyse des phases de travail à risque dans son activité professionnelle.

Adaptation et optimisation des pratiques professionnelles

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les manutentions protectrices adaptées à son métier.
- L'utilisation des aides techniques préventives.
- Ergonomie du poste de travail
- Pratique visuelle en bureautique
- Activités physiques de compensation (échauffements et étirements)

HABILITATION INRS

Le certificat du formateur est valide

Habilitation INRS n° H33976/2019/Prap-IBC-1/O/01