



# MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES DES ACTEURS PRAP (MAC PRAP)


Mise à jour le  
mars 2026

 **DURÉE**  
1 journée

 **PUBLIC**  
Acteur PRAP IBC

 **PRÉREQUIS**  
Avoir suivi la formation initiale PRAP IBC

 **NOMBRE DE PARTICIPANTS**  
4 à 12 stagiaires maximum.

 **MODALITÉ PÉDAGOGIQUE**  
Présentiel.

 **PROFIL DE L'INTERVENANT**  
Formateur certifié.

 **TARIF**  
- Intra-entreprise : 910€ HT/groupe  
- Inter-entreprises : 250€ HT/personne

**INFORMATION PRATIQUE**  
Les modalités, délais d'accès et informations complémentaires relatives à la formation sont disponibles sur notre site internet et à l'accueil de l'IMFS.

## OBJECTIFS

Mettre à jour ses compétences d'Acteur PRAP IBC afin de conserver sa certification et redynamiser la démarche de prévention de son entreprise. Permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou de maladies professionnelles.

## MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Pédagogie ludique et applicative. Expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes : un travail d'analyse de vos situations de travail synthèses régulières complètent la méthodologie, pour ancrer les savoirs et valider les acquis.

## EVALUATION ET VALIDATION

Attestation de formation  
Epreuves certificatives et évaluations selon le référentiel INRS  
Auto-évaluation préalable en amont de la formation  
Évaluation des acquis en fin de formation  
Aucune validation partielle possible

## PROGRAMME DE FORMATION

### Retour d'expériences

Les enjeux de la formation-action PRAP  
Se situer dans le dispositif PRAP  
Les facteurs de risques et de sollicitation  
L'observation et l'analyse des situations de travail dangereuses L'amélioration des conditions de travail et les principes généraux de prévention

### Actualisation des compétences (en tenant compte de l'évolution du dispositif)

Connaître le risque  
Observer et analyser une situation de travail dangereuse Proposer des pistes d'amélioration ou utiliser les techniques apprises

### Evaluation des risques professionnels

Perfectionner ses techniques de prise de hauteur pour observer son travail  
Revoir les limites du corps humain  
Poursuivre le repérage des facteurs de chutes, d'accidents de manutention et de TMS  
Partager ses repérages de situations de travail à risque  
Partager ses analyses de contraintes physiques, mentales et émotionnelles  
Revoir les outils de recherche d'améliorations préventives

### Adapter et optimiser sa pratique professionnelle

Revoir les principes de sécurité physique et d'économie d'effort. Perfectionner les manutentions protectrices adaptées à son secteur d'activité.  
Refaire le point sur l'utilisation des aides techniques préventives

## CONTACT

0596 51 96 14  
contact@imfs.fr

[www.imfs-formation.fr](http://www.imfs-formation.fr)

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Contactez notre référent handicap : G. GROSOL