

## SANTÉ

# Prévention des risques liés à l'activité physique : PRAP

PRAP IBC : INDUSTRIE, BTP ET COMMERCE

PUBLIÉ LE 26/09/2024



### Secteur(s)

Bâtiment, Négoce des matériaux de construction, Travaux Publics

### Public visé

Encadrement technique, Personnel d'exécution

### Durée

A titre indicatif, 14 heures

### Recyclage des compétences

Oui

### Opération(s) effectuée(s)

Manutention manuelle et toute autre activité physique sollicitante (efforts, amplitudes gestuelles, postures maintenues, ...)

### Métiers

Formation transversale à tous les métiers

### Mots clés

Manutention, Manuel, PRAP, Geste, Posture, TMS, Charge, Physique, Santé, CSSCT

## Formation

**Détails du public visé :** Tout salarié ayant dans leur activité une part importante d'activité ou de travail physique : manutention manuelle, port de charges, travaux ou gestes répétitifs, postures de travail prolongées (exemple : travail devant écran de visualisation), utilisation d'engins ou d'outils exposant à des chocs ou des vibrations... Attention, le dirigeant doit également être formé et maîtriser les compétences PRAP.

### Objectifs de la formation :

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

### Contenu :

Comprendre l'intérêt de la prévention  
Connaître les risques de son métier  
Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain  
Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé  
Proposer des améliorations de sa situation de travail  
Faire remonter l'information aux personnes concernées  
Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

## Déroulé de la formation

**Partie théorique** : Oui.

**Partie pratique** : Oui.

**Détails sur la durée de la formation** : A titre indicatif, 14 heures en présentiel. L'organisme de formation peut prendre en compte les contraintes de l'entreprise pour répartir les temps de formations sur trois semaines.

**Existence d'un test à l'issue de la formation** : Sans être un test, l'obtention du certificat est censée quand même résulter d'une « épreuve certificative » à réaliser par le participant, évaluée et conservée par le formateur.

**Autre détails sur les modalités de formation** : La formation PRAP doit être dispensée par un formateur PRAP (certifié par le réseau de prévention INRS / CARSAT / CRAM / CGSS) qui peut être interne ou externe à l'entreprise.

## Reconnaissance de formation

**Quelle reconnaissance est délivrée à la suite de la formation ?** Certificat de compétences professionnelles (selon le référentiel INRS).

**Nom de la reconnaissance de formation** : Certificat d'acteur PRAP (selon le référentiel INRS).

## Recyclage des compétences

**Détails sur le recyclage** : Selon le référentiel INRS, la validité de ce certificat est fixée à 2 ans, et la prolongation de celle-ci est conditionnée par le suivi d'un stage « Maintien et Actualisation des Compétences » (MAC) tous les 2 ans, ainsi qu'à la réussite de l'épreuve certificative.

En cas de changement de poste ou de modification importante de l'environnement de travail, une actualisation de la formation est nécessaire.

**Fréquence du recyclage** : Selon le référentiel INRS, 2 ans.

**Durée légale minimum de la formation de recyclage** : Selon le référentiel INRS, 7 heures.

**Détails sur la durée du recyclage** : Selon le référentiel INRS, 7h en présentiel.

## Textes de référence

- [Article L4121-2 du Code du Travail](#)

L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.

Ces mesures comprennent :

- 1° Des actions de prévention des risques professionnels, y compris ceux mentionnés à l'article [L. 4161-1](#) ;
- 2° Des actions d'information et de formation ;
- 3° La mise en place d'une organisation et de moyens adaptés.

L'employeur veille à l'adaptation de ces mesures pour tenir compte du changement des circonstances et tendre à l'amélioration des situations existantes.

- [Article R.4541-8 du Code du travail](#)

L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles [...] d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

- [Document de référence INRS V8.04/2019 "Document de référence du dispositif PRAP"](#)
- [Manutention manuelle - aide mémoire](#)

## Organisme de formation

- **Quelle reconnaissance doit avoir l'organisme de formation (habilitation, certification, qualification...)?** Selon le référentiel INRS, habilitation.
- **Entité(s) délivrant la reconnaissance à l'organisme de formation :** Selon le référentiel INRS, réseau de prévention : INRS / CARSAT / CRAM / CGSS / INRS / EUROGIP.
- **Faut-il une autorisation en tant que centre d'examen ?** Non.



Accéder à la page : <https://gp2s-construction.fr/formations/prevention-des-risques-lies-a-lactivite-physique-prap/>