

PRAP IBC – Activités de Bureau Formation Initiale

La méthode s'inscrit dans une démarche ergonomique participative qui fonctionne comme un projet. La formation PRAP IBC Bureau doit être adaptée à l'activité et à la culture de l'entreprise. Agir ensemble et à tous les niveaux de l'entreprise permet une appréhension globale du risque, depuis son origine jusqu'au problème rencontré sur un poste précis. Dans ce cadre, l'information et/ou la formation de chacun des acteurs de l'entreprise constitue une étape primordiale de la maîtrise du risque de TMS.

Un recyclage est obligatoire tous les 2 ans (durée : 7 h) ; il doit être réalisé avant la date de validité du certificat en cours.

Durée : 14.00 heures (2 jours)

Profils des stagiaires

- Formation destinée au personnel des secteurs de l'industrie, du BTP, du commerce et activités de bureau, personnel ayant une activité de travail sur écran
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap
- Référent Pédagogique et Handicap de l'Organisme : Frédéric GAUDIN - Tel : 0692 91 09 50 - Mail : info@star-aid.fr

Prérequis : Aucun

Objectifs pédagogiques

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité de bureau dans son entreprise
- Observer et 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
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement

Contenu de la formation

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique statique dans son entreprise ou son établissement
 - Comprendre l'intérêt de la prévention
 - Connaître les risques de son métier
- Observer et 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
 - Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité de bureau en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
 - Les risques d'apparition de troubles musculo-squelettiques (TMS) : douleurs des mains, coudes, épaules, lombalgies, troubles circulatoires, ...
 - Les éléments déterminants de l'activité de bureau : fatigue visuelle, position statique, posture physique, position assise prolongée, ...
 - Notions d'ergonomie pour l'aménagement des bureaux et les différentes techniques d'économie d'efforts adaptées au bureau (réglage de siège, d'écran, d'appui, luminosité, ...)
 - Observation et analyse d'une situation de travail de bureau
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise
 - Proposer des améliorations de sa situation de travail
 - Faire remonter l'information aux personnes concernées
 - Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Organisme de Formation habilité PRAP IBC Activités de Bureau par l'INRS

Formateur titulaire d'un certificat de formateur PRAP IBC Bureau valide

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques, Etudes de cas concrets et Mises en pratique
- Remise d'un livret synthétisant les points clés vus en formation

Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Grille de certification INRS pour évaluer les acquis
- Délivrance du Certificat PRAP si les acquis sont validés
- Remise d'une attestation de formation avec mention des acquis
- Questionnaire de satisfaction à chaud