3AIM CFA — 548 rue de Cambuston, 97440 Saint-André, La Réunion — SIRET 937 988 905 00017 — NDA 04973634297 — Tél. 06 92 09 85 92 — stagiaire@3aim.fr

FICHE PROGRAMME

FORMATION CERTIFIÉE INRS | **PRÉVENTION / PRAP** | 3AIM CFA

Acteur PRAP IBC — Prévention des risques liés à l'activité physique

Formation certifiée INRS — Industrie, Bâtiment, Commerce et activités de bureau

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Cette formation permet au salarié de devenir acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son travail. Elle vise à développer sa capacité à observer et analyser son activité, identifier les risques et proposer des améliorations de sa situation de travail.

Durée	**2 jours — 14 heures**	**Public**	**Salariés exposés aux risques liés à l'activité physique**
Modalité pédagogique	**Intra-entreprise ou Inter-entreprises**	**Lieu**	**Présentiel — site client ou salle de formation**
Type de formation	**Formation professionnelle continue**	**Participants**	**4 minimum pour ouverture de session**
Intervenant	**Formateur PRAP IBC certifié INRS**	**Validation**	**Certificat Acteur PRAP IBC 24 mois**
Organisation	**14 h de face-à-facepédagogique**		**Selonconditions d'organisation de la session.**

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

Public visé

Tout salarié exposé à des risques liés à l'activité physique dans son travail.

Prérequis

Aucun — formation ouverte à tous.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Repérer les différentes phases de son activité de travail et analyser son activité physique.
- Identifier les risques liés à l'activité physique et les atteintes à la santé qui en découlent, notamment lombalgies et TMS.
- Proposer des améliorations de sa situation de travail et maîtriser les risques sur lesquels il est possible d'agir.

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION — 14 H

MODULE / SÉQUENCE	CONTENU	DURÉE
Domaine 1 — Se situer comme acteur de la prévention	Enjeux des accidents du travail et maladies professionnelles. Principes de prévention des risques professionnels. Fonctionnement du corps humain et atteintes de l'appareil locomoteur. Facteurs de risques biomécaniques, psychosociaux et environnementaux.	Répartition intégrée aux 14 h
Domaine 2 — Observer, analyser et agir sur sa situation de travail	Observer et analyser une situation de travail, repérer les déterminants de l'activité physique et identifier les risques. Proposer des améliorations techniques et organisationnelles, faire remonter l'information et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.	Répartition intégrée aux 14 h

Épreuves certificatives	Observation et analyse d'une situation de travail avec propositions d'amélioration ; application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.	Intégrées aux 14 h

Durée totale : 14 heures de face-à-face pédagogique (2 jours).

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Pédagogie active et participative, alternant apports et mises en situation.
- Observation et analyse de situations de travail réelles ou reconstituées.
- Exercices d'analyse, propositions d'amélioration et application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Salle de formation ou espace adapté sur site client.
- Pièces anatomiques, charges et matériel de manutention.
- Situations de travail réelles ou reconstituées servant de support à l'analyse.
- Supports et ressources pédagogiques utilisés par le formateur PRAP IBC.

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE VALIDATION

Évaluation des acquis

- Évaluation formative en cours de formation (savoirs et savoir-faire). Épreuve 1 : observation et analyse d'une situation de travail et propositions d'amélioration. Épreuve 2 : application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

Validation

Certificat « Acteur PRAP IBC » délivré au candidat ayant participé à l'intégralité de la formation et satisfait aux épreuves certificatives. Validité indiquée : 24 mois, délivré par le réseau Assurance Maladie – Risques Professionnels / INRS.

MODALITÉS DE SUIVI ET ACCOMPAGNEMENT

- Feuille d'émargement permettant d'assurer la traçabilité de la présence du bénéficiaire.
- Suivi de la participation et des acquis pendant la formation par le formateur.
- Évaluation formative et épreuves certificatives selon les modalités prévues pour la formation Acteur PRAP IBC.
- Questionnaire de satisfaction complété à l'issue de la session.
- Questionnaire de satisfaction complété à l'issue de la session et remise des documents de fin de formation / certification selon les résultats obtenus.

VALIDATION, CONTEXTE D'UTILISATION ET SUITE DE PARCOURS

La formation vise à rendre le participant acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son environnement professionnel.

Le certificat est renouvelable par une session de maintien et d'actualisation des compétences (MAC), conformément aux indications de la fiche programme fournie.

Suite de parcours / maintien des compétences

Maintien et actualisation des compétences (MAC) Acteur PRAP IBC : 7 heures, tous les 24 mois selon la fiche programme fournie.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Prise de contact ou demande de devis auprès de 3AIM CFA.
- Recueil du besoin de l'entreprise ou du bénéficiaire et vérification de l'adéquation de la formation avec le contexte professionnel.
- Validation des modalités d'organisation : formation présentielle en intra-entreprise ou inter-entreprises, date et lieu.
- Analyse des besoins spécifiques, notamment en matière d'accessibilité et d'aménagement.
- Confirmation de l'inscription et transmission des informations pratiques avant la session.

Délai d'accès : variable selon la date de demande, les places disponibles et les modalités de prise en charge des financeurs. 3AIM CFA communique au demandeur la date prévisionnelle de réalisation après validation de la demande.

TARIFS ET FINANCEMENTS

Tarifs :
150 € par personne et par jour, en intra-entreprise comme en inter-entreprises (4 personnes minimum requises pour l'ouverture d'une session).
Devis personnalisé établi selon l'effectif réel et le lieu de réalisation.
Formation exonérée de TVA au titre de l'article 261-4-4°a du Code Général des Impôts.

Financements possibles :

- **Plan de développement des compétences** de l'entreprise (salariés, financement direct par l'employeur).
- **OPCO** (Opérateur de Compétences) de la branche professionnelle, sous réserve d'éligibilité et de l'accord de prise en charge.
- **AIF — Aide Individuelle à la Formation** (France Travail), pour les demandeurs d'emploi, sous réserve de validation du projet par leur conseiller France Travail.
- **PIC IAE** (Plan d'Investissement dans les Compétences — Insertion par l'Activité Économique), pour les structures d'insertion par l'activité économique finançant la formation de leurs salariés en parcours d'insertion.
- **Autofinancement** (entreprise ou particulier).

3AIM CFA accompagne le bénéficiaire ou l'entreprise dans l'identification du dispositif de financement le plus adapté et dans la constitution du dossier de prise en charge.

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE ET ENCADREMENT

La formation est assurée par un formateur PRAP IBC certifié par l'INRS. 3AIM CFA organise l'encadrement administratif et pédagogique de la session.

- Responsable pédagogique / direction : MOHAMED Rachad.
- Formateur : formateur PRAP IBC certifié par l'INRS.
- Référent handicap : MOHAMED Rachad — 06 92 09 85 92.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

3AIM CFA étudie les besoins spécifiques dès la demande d'inscription afin d'identifier les aménagements possibles concernant l'accueil, les moyens pédagogiques et les modalités d'évaluation, dans le respect des objectifs et exigences de la formation.

Contact référent handicap : MOHAMED Rachad — 06 92 09 85 92 — stagiaire@3aim.fr

INDICATEURS DE RÉSULTATS ET MÉTHODE DE CALCUL

3AIM CFA suit des indicateurs adaptés à cette formation courte. Lorsque les données consolidées ne sont pas encore disponibles, la mention « donnée non disponible — première session en cours » est utilisée, sans estimation.

- Taux de réalisation = nombre de participants ayant suivi la formation jusqu'à son terme / nombre de participants ayant démarré × 100.
- Taux de réussite aux épreuves certificatives = nombre de participants ayant satisfait aux critères certificatifs / nombre de participants évalués × 100.
- Taux de satisfaction = nombre de répondants satisfaits ou très satisfaits / nombre de répondants à la question globale × 100.

Les résultats publiés précisent la période observée et la population concernée.

CONTACTS ET INFORMATIONS ADMINISTRATIVES

Organisme	3AIM CFA
Adresse	548 rue de Cambuston, 97440 Saint-André, La Réunion
Téléphone	06 92 09 85 92
E-mail	stagiaire@3aim.fr
SIRET / NDA	937 988 905 00017 / 04973634297
Référence document	Fiche programme Acteur PRAP IBC — Formation continue
Version	01/01/2026