



**PROGRAMME DE FORMATION**  
**« MAC ACTEUR EN PREVENTION – PRAP »**

**Maintien et Actualisation des Compétences d'Acteur  
en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique**

*(Durée : 7 heures)*

**OBJECTIFS DE LA FORMATION**

---

- Maintenir et actualiser ses compétences d'Acteur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique :
  - o Etre capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement.
  - o Etre 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.
  - o Etre capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention.

**PUBLIC VISE ET PREREQUIS**

---

- Tous Acteurs PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique) dans les secteurs IBC (Industrie, Bâtiment, Commerce), PE (Petite Enfance) ou 2S (Sanitaire et Social).
- Le nombre de participants par session est fixé à 10 personnes maximum (regroupées par secteur).
- Prérequis : être titulaire d'un certificat d'Acteur PRAP délivré dans les 24 mois précédents.

**MODALITES D'EVALUATION**

---

- L'évaluation des acquis se déroule sous la forme d'une épreuve certificative conformément au référentiel national.
- A l'issue de la formation, un certificat « acteur PRAP – secteur industrie, bâtiment, commerce » reconnu par le réseau INRS/CARSAT sera délivré aux participants ayant satisfaits aux exigences de l'épreuve certificative. La validité du certificat est maintenue par une actualisation des compétences PRAP (MAC) tous les 2 ans.
- Une évaluation à chaud permet de mesurer la satisfaction des stagiaires.

**MODALITES DE SUIVI**

---

- Signature d'une feuille d'émargement.

**METHODE PEDAGOGIQUE**

---

- Stage à dominante action.
- Le stage alterne apports théoriques, études de cas issus de l'expérience professionnelle des participants et des travaux en sous-groupes avec mise en commun des productions.

**CONTENU PEDAGOGIQUE**

---

- Séquence 1
  - o Accueil et présentation.
  - o Évolution des pratiques et actualités.
  - o Échanges et retours d'expériences.
- Séquence 2
  - o Rappels des fondamentaux de la prévention.
  - o Applications concrètes et échanges de pratiques.
  - o Certification des compétences.
  - o Bilan et évaluation de la formation.

**MOYENS TECHNIQUES ET ENCADREMENT**

---

- Outils généraux : ordinateurs portables, vidéoprojecteurs, appareil photo/vidéo, tableaux de papier.
- Matériel pédagogique : pièces anatomiques (colonne vertébrale, lot de vertèbres et de disques...) et charges inertes.
- L'intervenant est un formateur professionnel, habilité par le réseau INRS/CARSAT à dispenser des formations d'acteurs PRAP.