PROGRAMME DE FORMATION

COMMENSALES Formation · 46 rue Marc Mougneres, 40210 Labouheyre

MAC PRAP IBC

Le MAC PRAP IBC permet à l'acteur PRAP de maintenir et actualiser ses compétences de prévention des risques liés à l'activité physique. La formation s'appuie sur les retours d'expérience, l'analyse de situations réelles de travail et l'actualisation des pratiques de prévention. La réussite à l'épreuve certificative permet de renouveler le certificat d'acteur PRAP IBC pour 24 mois.

Public	Salariés titulaires d'un certificat d'acteur PRAP IBC souhaitant maintenir et actualiser leurs compétences.
Prérequis	Être titulaire du certificat d'acteur PRAP IBC délivré par une entité habilitée.
Durée	7 heures minimum en présentiel.
Effectif	10 participants maximum par groupe.
Lieu et modalité	Présentiel, dans vos locaux (Landes et Nouvelle-Aquitaine).
Tarif	Dès 190 € HT par personne en inter · 1 100 € HT par groupe en intra (jusqu'à 10 personnes)
Délai d'accès	Réponse sous 48 h ouvrées. Formation possible sous 2 à 4 semaines, selon vos disponibilités et notre calendrier.
Validation	Certificat valable 24 mois

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Actualiser ses connaissances sur la prévention des risques liés à l'activité physique.
- Analyser les évolutions de sa situation de travail et les risques associés.
- Actualiser sa capacité à observer et analyser son activité réelle.
- Proposer des améliorations techniques, organisationnelles et humaines.
- Maintenir sa capacité à faire remonter les informations utiles aux acteurs de la prévention.
- Valider les compétences requises pour renouveler la certification PRAP IBC.

Programme détaillé

1. Retour d'expérience et évolution des situations de travail

- Actions menées depuis la formation initiale ou le précédent MAC.
- Difficultés rencontrées et améliorations mises en œuvre.

2. Actualisation des connaissances en prévention

- Enjeux de la prévention et acteurs concernés.
- Risques liés à l'activité physique et atteintes à la santé.
- Évolutions utiles au regard de l'activité des participants.

3. Observer et analyser une situation de travail

- Description de l'activité réelle.
- Repérage des facteurs de risque et déterminants.
- Analyse des causes et des dommages potentiels.

4. Agir sur les situations de travail

- Recherche de pistes d'amélioration.
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Utilisation des aides techniques adaptées.
- Remontée des informations aux personnes concernées.
- Épreuve certificative du MAC PRAP IBC.

Méthodes et moyens pédagogiques

Formation-action en présentiel : retours d'expérience, observations de situations professionnelles, photos ou vidéos si disponibles, analyse collective, exercices pratiques et recherche de pistes d'amélioration adaptées au travail réel.

Évaluation et validation

Lors du MAC, le candidat passe une épreuve certificative du même type et dans les mêmes conditions que celle de la formation initiale PRAP IBC : analyse individuelle d'une situation de travail à partir d'un scénario accompagné d'images ou d'une vidéo, portant sur les compétences 2, 3, 4 et 5.

Le certificat d'acteur PRAP IBC est valable 2 ans. Sa prolongation est conditionnée par le suivi d'un MAC tous les 24 mois et par la réussite à l'épreuve certificative. En cas de changement de poste ou de modification importante de l'environnement de travail, un MAC est nécessaire selon le document de référence.

École en ligne

Inclus : accès à l'école en ligne COMMENSALES pour préparer et réviser (cours, quiz corrigés, fiches), avec narrateur et loupe. Il complète le présentiel, il ne le remplace pas.

Financement

Tarifs HT, sans frais de déplacement à moins de 40 km de Labouheyre (au-delà : sur devis). Nous vous aidons à préparer votre demande de prise en charge (OPCO, France Travail…).

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap : signalez votre besoin avant la formation, nous étudions ensemble les adaptations (rythme, supports, lieu, matériel). L'école en ligne propose un narrateur, une loupe jusqu'à 200 % et un mode de lecture facilitée. Référent handicap : Antonio Dominguez, formation@commensales.fr, 07 71 59 66 26.

Références

Document de référence du dispositif PRAP — Version 9 — 01/2021.
Manuel du formateur d’acteurs PRAP IBC & 2S — INRS — 17/07/2025.

Contact et inscription

COMMENSALES Formation — 46 rue Marc Mougneres, 40210 Labouheyre
formation@commensales.fr · 07 71 59 66 26 · Référent handicap : Antonio Dominguez

Programme à jour au 05/11/2026. Les modalités pratiques (dates, lieu, horaires, nombre de participants) sont précisées dans la proposition ou la convention de formation.