

# PROGRAMME

## Travail en hauteur

### Module Complémentaire (MC2)

#### UTILISATION EPI MAINTIEN AU TRAVAIL

Un système de maintien permet d'intervenir en appui sur des structures type charpentes métalliques, pylône ou fortes pentes (talus, toitures) et permet à l'utilisateur de travailler les mains.

#### Objectif :

- Acquérir les connaissances théoriques et pratiques relatives à l'utilisation du harnais et des systèmes anti-chutes et maintien.
- Évaluer les risques de chute de hauteur sur différents postes de travail et choisir les moyens de protection adaptés.
- Être capable de se sécuriser et évoluer en protection individuelle en antichute et maintien en sécurité.
- Connaître les règles, les limites d'utilisation des dispositifs antichute et savoir se sécuriser.
- Vérifier son harnais antichute et les systèmes antichute et maintien (longes, connecteurs, stop chute,).

#### Pré requis :

- Formé au port du harnais antichute (Module initial) - Attestation à nous fournir
- Apte médicalement aux travaux en hauteur et être âgé de plus de 18 ans
- Aucun niveau de connaissances n'est requis pour suivre cette formation.
- Maîtrise la langue française.

#### Public cible :

Toute personne devant utiliser des EPI antichute et de maintien dans le cadre de son activité professionnelle.

#### Durée :

14 heures (2 jours)

21 heures (3 jours) avec Module Initial

#### Effectif maximum par formation :

6 personnes

#### Lieu de formation :

En Intra

# PROGRAMME

## Contenu de la formation :

### THEORIE :

- Règlementaire : Rappel
  - Les principes généraux de la prévention
  - Le décret du 21/09/2004
  - Les obligation et responsabilités de l'employeur et employé
  - Conditions préalables au recours à un équipement de protection individuelle
  - Le droit de retrait
- Les dispositifs d'ancrage (selon la EN 795) :
  - Présentation des différents types d'amarrages et ses caractéristiques
- Équipement de protection individuelle :
  - Présentation des différents types d'EPI et leurs fonctions (harnais, antichute, connecteurs, longues et coulisseau antichute, longe de maintien)
  - Configuration de travail en hauteur (maintien et l'arrêt de chute).
- Adéquation : conditions à prendre en compte avant utilisation
  - Facteur de chute
  - Tirant d'air
  - Effet pendulaire/ballant
  - L'environnement et poste de travail
- Conséquences d'une chute :
  - Différence entre chute et saut
  - Force de choc et ses séquelles (seuil d'occurrence)
- Secours :
  - Travail isolé
  - Moyen nécessaires
- Contrôle des EPI antichute :
  - Obligation réglementaire
  - Fiches techniques
  - Vérification et contrôle des EPI avant action
  - Entretien et stockage.

# PROGRAMME

## PRATIQUE :

- Présentation des différents types d'EPI
- Réglage et ajustement du harnais antichute
- Mise en place, manipulation des systèmes antichute et savoir se déplacer sur différents ateliers pratique (pose d'un ancrage provisoire, évolution sur points ancrage, lignes de vie fixe et temporaire, sur supports d'assurance souple, mise en place un système d'arrêt des chutes, utiliser un point d'ancrage avec absorbeur d'énergie, Utiliser un équipement de maintien au travail en appui.
- Les amarrages : nœuds simples (différents nœuds, résistance et sangle)
- Vérification des EPI par contrôle visuel et tactile des EPI

## Moyens Pédagogiques :

- Méthodes pédagogiques et techniques :
  - Exposés (Powerpoint), études de cas et exercices pratiques.
  - Salle de réunion, PC et vidéoprojecteur, tableau
  - Salle de formation composé d'ateliers pour les manipulations et mises en condition
- Moyens Humains :
  - Un formateur ayant plus 15 ans d'expériences dans le milieu des travaux en hauteur
- Méthode d'évaluation :
  - Évaluation des connaissances théorique par QCM en entrée et sortie de formation.
  - Évaluation de la pratique par exercices sur les différents ateliers.

**Périodicité : nous préconisons un recyclage tous les 3 ans  
(MAC Maintien et Actualisation des Compétences).**