

## Formation Travail en Hauteur et Port des EPI

### Objectif de formation

À l'issue de la formation et en situation professionnelle, les participants seront capables d'évaluer les risques liés au travail en hauteur, de choisir et d'utiliser les Équipements de Protection Individuelle (EPI) adaptés, de mettre en œuvre les techniques de déplacement et de travail en hauteur en toute sécurité, et d'intervenir efficacement en cas de situation d'urgence conformément à la réglementation en vigueur.

### Durée de la formation

21 heures (3 jours)

### Profils des stagiaires

- Personnels amenés à travailler en hauteur
- Monteurs-installateurs
- Techniciens de maintenance
- Agents des services techniques
- Opérateurs sur sites industriels, BTP ou événementiel
- Toute personne exposée au risque de chute de hauteur dans son activité professionnelle

### Nombre de stagiaires

De 4 à 8 personnes

### Prérequis

- Aptitude médicale au travail en hauteur (absence de contre-indication)
- Condition physique compatible avec le travail en hauteur
- Compréhension du français (écrit/oral)

### Objectifs pédagogiques du programme

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

1. **Identifier** les risques liés au travail en hauteur dans leur environnement professionnel
2. **Appliquer** la réglementation et les principes de prévention relatifs au travail en hauteur
3. **Sélectionner** les EPI adaptés à la situation de travail et à l'environnement

4. **Contrôler** l'état des EPI avant utilisation et effectuer les vérifications périodiques
5. **Utiliser** correctement les différents systèmes antichute et équipements de travail en hauteur
6. **Mettre en œuvre** les techniques d'accès, de déplacement et de travail en hauteur en sécurité
7. **Réagir** de manière appropriée face à une situation d'urgence ou de secours

## **Contenu de la formation en jour**

### **Jour 1 : Réglementation, évaluation des risques et EPI**

#### **Matin (9h-12h30) : Réglementation et principes de prévention**

- Cadre réglementaire du travail en hauteur :
  - Code du travail et textes applicables
  - Directive Équipements de travail
  - Normes européennes relatives aux EPI antichute
  - Recommandations CNAMTS
- Principes généraux de prévention :
  - Hiérarchie des mesures de prévention
  - Prévention intégrée et protection collective
  - Conditions de recours aux EPI
  - Responsabilités de l'employeur et des salariés
- Évaluation des risques liés au travail en hauteur :
  - Identification des situations à risque
  - Analyse des facteurs de risque (environnement, équipements, organisation)
  - Appréciation des risques et hiérarchisation
  - Mesures de prévention adaptées

#### **Après-midi (13h30-17h) : Connaissance et gestion des EPI**

- Typologie et caractéristiques des EPI contre les chutes de hauteur :
  - Systèmes d'arrêt de chute (harnais, longes, antichutes, absorbeurs)
  - Systèmes de retenue et de maintien au travail

- Systèmes d'accès sur cordes (descendeurs, bloqueurs)
- Connecteurs, ancrages et lignes de vie
- Gestion, entretien et maintenance des EPI :
  - Vérifications périodiques obligatoires
  - Contrôles avant utilisation
  - Entretien et stockage des équipements
  - Traçabilité des EPI (registres, fiches de vie)
- Travaux pratiques :
  - Identification des différents types d'EPI
  - Lecture des notices et marquages
  - Exercices de contrôle visuel des équipements
  - Utilisation des fiches de vie et des registres de sécurité

## **Jour 2 : Techniques d'utilisation des EPI et travail en hauteur**

### **Matin (9h-12h30) : Techniques de base et port du harnais**

- Le harnais antichute et ses accessoires :
  - Choix du harnais adapté à la situation de travail
  - Points d'accrochage et leurs fonctions
  - Réglages et ajustements
  - Confort et ergonomie de l'utilisateur
- Mise en pratique des techniques de base :
  - Équipement et vérification mutuelle
  - Techniques d'enfilage et de réglage du harnais
  - Utilisation des longes et connecteurs
  - Tests de suspension et positions de travail
- Situations pratiques sur structure basse :
  - Déplacements horizontaux sur ligne de vie
  - Franchissement d'obstacles
  - Progression en facteur 0

- Évolution en maintien au travail

### **Après-midi (13h30-17h) : Systèmes antichute et progression en hauteur**

- Systèmes d'arrêt de chute et techniques d'utilisation :
  - Antichutes à rappel automatique
  - Antichutes mobiles sur support d'assurage
  - Absorbeurs d'énergie et longes double
  - Calcul des tirants d'air et effets pendulaires
- Progression en hauteur avec différents dispositifs :
  - Utilisation des échelles avec systèmes antichute
  - Progression sur PIRL et échafaudages sécurisés
  - Utilisation des points d'ancrage temporaires
  - Franchissement de structures avec double longe
- Exercices pratiques en situation réelle :
  - Scénarios de déplacement en hauteur
  - Mise en œuvre des techniques appropriées
  - Choix et installation des systèmes antichute
  - Évaluation des risques en situation

### **Jour 3 : Techniques avancées et secours en hauteur**

#### **Matin (9h-12h30) : Techniques avancées et situationnelles**

- Techniques avancées de progression et de travail :
  - Utilisation des systèmes de maintien au travail
  - Techniques de positionnement et d'équilibre
  - Manipulation d'outils en hauteur
  - Organisation du poste de travail
- Situations de travail spécifiques :
  - Travail sur toitures et terrasses
  - Accès et travail en milieu confiné vertical
  - Travail sur structures métalliques

- Utilisation des plateformes élévatrices (sensibilisation)
- Mises en situation adaptées aux contextes professionnels des participants :
  - Scénarios spécifiques aux métiers représentés
  - Évaluation des risques en situation réelle
  - Choix des équipements et techniques appropriés
  - Retours d'expérience et analyses de pratiques

### **Après-midi (13h30-17h) : Secours et évacuation, évaluation finale**

- Secours et évacuation en hauteur :
  - Plan de prévention et procédures d'urgence
  - Techniques de base de sauvetage et d'évacuation
  - Dégagement d'urgence d'une victime suspendue
  - Utilisation des kits de secours
- Mise en pratique des techniques de secours :
  - Scénarios de suspension et de sauvetage
  - Techniques de hissage et d'évacuation simple
  - Communication et coordination des secours
  - Manipulation des dispositifs d'évacuation d'urgence
- Évaluation des acquis et bilan de la formation :
  - Évaluation théorique (QCM)
  - Évaluation pratique sur parcours technique
  - Debriefing individuel et collectif
  - Recommandations personnalisées

### **Équipe pédagogique**

Formateur spécialisé dans le travail en hauteur, certifié et expérimenté, possédant une solide expérience dans les techniques de travail en hauteur et de secours, et maîtrisant parfaitement la réglementation et les normes associées aux EPI antichute.

### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Salle de formation adaptée pour la partie théorique
- Site de formation pratique adapté au travail en hauteur et sécurisé

- Structure d'évolution en hauteur avec différents scénarios
- Échelles, échafaudages, PIRL
- Points d'ancrage et lignes de vie
- Zone de suspension et d'évacuation
- Équipements de protection individuelle :
  - Harnais antichute variés (avec différents points d'accrochage)
  - Longes avec absorbeurs d'énergie
  - Antichutes mobiles et à rappel automatique
  - Systèmes de maintien au travail et de positionnement
  - Casques, gants et autres EPI complémentaires
- Matériels pédagogiques :
  - Supports de cours illustrés et documentation technique
  - Vidéos et animations pédagogiques
  - Maquettes et échantillons de matériels
  - Fiches pratiques et aide-mémoire
- Matériel de secours :
  - Dispositifs d'évacuation et de sauvetage
  - Mannequin pour les simulations
  - Kits de secours

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

- Feuille d'émargement par demi-journée
- Évaluation des connaissances théoriques (QCM)
- Évaluation continue des compétences pratiques
- Mises en situation sur parcours technique
- Grille d'évaluation individuelle des compétences
- Formulaire d'évaluation de la satisfaction
- Attestation individuelle de formation
- Compte-rendu de formation avec recommandations

## **Validation de la formation**

Attestation de formation au travail en hauteur et au port des EPI contre les chutes

## **Sanction de la formation**

Délivrance d'une attestation de compétences individuelles détaillant les techniques et équipements maîtrisés

## **Financement de la formation**

- Plan de développement des compétences de l'entreprise
- OPCO selon les branches professionnelles
- Financement personnel

## **Recyclage**

Formation de recyclage recommandée tous les 3 ans, ou en cas d'évolution significative des techniques ou de la réglementation.

## **Délais d'accès**

- Inscription possible jusqu'à 2 semaines avant le début de la formation selon disponibilité
- Formation intra-entreprise organisable sous 4 semaines

## **Suite de parcours**

- Formation de formateur au travail en hauteur
- Spécialisation aux techniques d'accès et de positionnement par cordes (CQP)
- Formation aux techniques de sauvetage en hauteur avancées
- Formation à l'utilisation des nacelles élévatrices (CACES®)

## **Débouchés**

Cette formation permet d'exercer des activités professionnelles nécessitant le travail en hauteur dans de nombreux secteurs : BTP, industrie, maintenance, événementiel, télécommunications, énergie, etc.

## **Accessibilité**

Cette formation nécessitant des aptitudes physiques particulières pour le travail en hauteur, certaines situations de handicap peuvent être incompatibles avec son suivi. Notre responsable formation étudiera au cas par cas les possibilités d'adaptation ou proposera des alternatives.

Référente Handicap : Lise Varlet - 07.60.53.88.23

**Quelques chiffres :**

Taux de satisfaction :

Taux de réussite :

Taux d'abandon :