

# CATALOGUE FORMATIONS

HAUTEUR - INDUSTRIE - PREVENTION



**HAUTEUR & FORMATIONS**

Développeurs de compétences

# PORT DU HARNAIS

Cette Formation d'une journée (7 heures) dispensée par un formateur expérimenté dans le domaine est proposée aux personnes qui sont amenées à travailler en hauteur.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Maîtriser la réglementation relative au travail en hauteur.
- Déterminer les risques liés à une opération afin d'assurer sa sécurité et celle de ses équipiers.
- Réaliser ses missions en toute sécurité.
- Utiliser un harnais et entretenir son matériel.

## PROGRAMME

### La réglementation liée au travail en hauteur :

Le contexte réglementaire  
Les obligations de l'employeur et du salarié  
La notion de marquage CE et de procédure de vérification EPI  
la vérification périodique des EPI

### Le retour sur la notion de chute et de physique :

La force de choc et loi de Newton  
Les facteurs de chute et l'effet pendule  
Tirant d'air et calcul du tirant d'air

### Les équipements de protection individuelle :

Les harnais anti-chute  
Composition du harnais  
Nomenclature  
Caractéristiques du harnais et de protection contre les chutes  
La vérification des harnais et la durée de vie des EPI  
Les systèmes d'arrêt des chutes  
Les liaisons antichutes  
Les absorbeurs d'énergie et les longes  
Les connecteurs et sangles d'ancrage

### La Méthode opérationnelle :

Points fixes  
Amarrages et noeuds  
Possibilités et limites d'utilisation  
Règles d'emploi et de sécurité



La formation PORT DU HARNAIS est organisée pour 6 stagiaires maximum et est accessible à toute personne de plus de 18 ANS (sauf dérogation) maîtrisant le français et ayant une aptitude médicale aux travaux en hauteur. Elle est validée par une attestation de compétence dont le recyclage est préconisé tous les 3 ans.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires, bilan et évaluation individualisée... La validation des acquis se fait sous forme de contrôle continu tout au long de la formation pour la pratique et par test écrit sous la forme de QCM pour la partie théorique.

Les équipements de protection individuelle sont mis à la disposition des stagiaires qui auront la possibilité de les acheter.

# PRENDRE DE

# TRAVAIL SUR CORDES

Cette formation d'une durée de 5 jours consécutifs (35 heures) dispensées par des formateurs expérimentés en travaux en hauteur est destinée à un public désirant acquérir les compétences techniques d'intervention sur cordes en toute sécurité.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Connaître les différents équipements de protection individuelle et leurs utilisations.
- Analyser les risques de chutes selon les sites et interventions.
- Maîtriser les accès et les déplacements sur cordes.
- Acquérir les différentes techniques de vérification et entretien de son matériel.

## PROGRAMME

### Programme théorique :

Définition des travaux en hauteur.  
Réglementation nationale.  
Réglementation européenne.  
Les responsabilités pénales et civiles.  
Les droits et devoirs de chacun.  
Calcul théorique d'une chute. Statistiques.  
Les protections individuelles et collectives.  
Les modes opératoires d'intervention.

### Programme pratique :

Présentation du matériel de sécurité spécifique travaux sur cordes.  
Réglage du harnais (sangles, ajustement, suspension attache dorsale et sternale).  
Réalisation de noeuds (huit, papillon, bunny...).  
Réalisation de points d'ancrage temporaires.  
Réalisation de lignes de vie temporaires (verticales et horizontales).  
Descentes et remontées sur cordes, principe de pendulaire.  
Travail en oblique (principe de travail en passage de cordes).  
Préparation de chantier (balisage, ancrage, ligne de vie, matériel de sécurité...).  
Technique de déplacement en artificiel.  
Technique de mouflage.  
Levage de charges (légères et lourdes).  
Pratiques d'évacuation et secours.



La formation TRAVAIL SUR CORDES est organisée pour 6 stagiaires maximum et accessible à toute personne de plus de 18 ans (sauf dérogation) qui maîtrisent le français ayant une aptitude médicale aux travaux en hauteur. Elle est validée par une attestation de compétence dont le recyclage est préconisé tous les 3 ans.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en application des techniques de progression dans un espace dédié à la pratique, salle de cours... La validation des acquis se fait sous forme de contrôle continu tout au long de la formation pour la pratique et par test écrit sous la forme de QCM pour la partie théorique.

Les équipements de protection individuelle sont mis à la disposition des stagiaires qui auront la possibilité de les acheter.

# ÉVACUATION D'UNE PERSONNE SUSPENDUE

Cette Formation d'une journée (7 heures) dispensée par des formateurs expérimentés dans les travaux en hauteur est proposée aux personnes qui sont formées au port du harnais et nécessitant une formation complémentaire pour l'évacuation sur cordes d'une personne suspendue.

A la fin de la formation, les stagiaires auront les connaissances pratiques et théoriques pour utiliser le matériel spécifique à l'évacuation d'une personne sur cordes.



## PROGRAMME

Mise en place de mode opératoire d'évacuation

Installer et utiliser un évacuateur

Accéder à la victime et évaluer son état

Evacuer une personne consciente en sécurité

Evacuer une personne inconsciente en sécurité

Mise en place d'exercices spécifiques selon les contraintes

La formation EVACUATION D'UNE PERSONNE SUSPENDUE est organisée pour 6 stagiaires maximum et est accessible à toute personne de plus de 18 ANS (sauf dérogation) maîtrisant le français et ayant une aptitude médicale aux travaux en hauteur. Elle est validée par une attestation de compétence dont le recyclage est préconisé tous les 3 ans.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires avec une analyse et des actions correctives, bilan et évaluation individualisée...La validation des acquis se fait sous forme de contrôle continu tout au long de la formation.

Les équipements de protection individuelle sont mis à la disposition des stagiaires qui auront la possibilité de les acheter.

# PRENDRE DE

# VÉRIFICATEUR **EPI** CONTRE LES CHUTES DE **HAUTEUR**

Cette Formation d'une durée d'une journée (7 heures) animée par un formateur expérimenté est proposée à toute personne désirant acquérir la compétence pour la vérification périodique des EPI.

Elle vous permettra d'acquérir les connaissances théoriques et pratiques à la vérification des EPI contre les chutes de hauteur afin d'effectuer le contrôle périodique obligatoire en interne (tous les 12 mois maximum).

## **PROGRAMME**

### **Programme théorique :**

- Textes réglementaires européens et nationaux
- Définir les objectifs de contrôle
- Présentation des EPI contre les chutes
- Les normes EPI
- Caractéristique technique des EPI contre les chutes
- Suivi et entretien des EPI, les points de contrôle
- Registre de sécurité

### **Programme pratique :**

- Connaitre les différentes familles de produits EPI contre les chutes de hauteur
- Connaitre les méthodes de vérification pour les différentes familles de produits EPI contre les chutes de hauteur
- Connaitre les méthodes de vérification pour les EPI spécifiques aux travaux sur cordes
- Créer et tenir à jour un registre de sécurité



La formation VÉRIFICATEUR EPI est accessible à toute personne de plus de 18 ans maîtrisant le français et est organisée pour 10 stagiaires maximum. Aucun équipement particulier n'est exigé pour la formation. Néanmoins, les stagiaires peuvent venir avec leurs matériels EPI afin de réaliser une formation la plus adaptée possible.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires avec une analyse et des actions correctives, bilan et évaluation individualisée avec validation de l'aptitude par la délivrance d'une attestation de formation en fin de session.

La validation des acquis se fait sous forme de contrôle continu tout au long de la formation pour la pratique et par test écrit sous la forme de QCM pour la partie théorique.

# CACES PEMP (NACELLES)

Cette Formation d'une durée à définir en fonction de la catégorie de nacelle souhaitée est dispensée par des formateurs expérimentés à toute personne appeler à conduire, même occasionnellement une plateforme élévatrice de personnes.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Appliquer les consignes de conduite et de sécurité en vigueur dans l'entreprise et sur la voie publique.
- Effectuer les vérifications, l'entretien d'usage et l'examen d'adéquation en déut de poste et de rendre compte des anomalies et des difficultés rencontrés
- De mettre en oeuvre la PEMP pour effectuer des tâches à des emplacements variés.



## PROGRAMME

### Programme théorique :

- Travaux en hauteur
- Disposition réglementaire
- Description et classification
- Qui peut conduire une PEMP
- Manoeuvre d'une PEMP
- Fin d'utilisation d'une PEMP
- Choix d'une PEMP et examen d'adéquation en fonction des travaux

### Programme pratique :

- Les vérifications : contrôle visuel, bon fonctionnement
- Positionnement
- Déplacement
- Manoeuvres

Les formations PEMP sont organisées pour 6 stagiaires maximum et sont accessibles aux personnes majeures, maîtrisant le français et ayant une aptitude médicale aux travaux en hauteur. Elle est validée par un certificat d'aptitude à la conduite des engins en sécurité CACES PEMP dont le recyclage est à réaliser tous les 5 ans.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires avec une analyse et des actions correctives...

Les équipements de protection individuelle sont mis à la disposition des stagiaires qui auront la possibilité de les acheter.

# PRENDRE DE

# ÉCHAFAUDAGE ROULANT

Cette formation d'une durée de 7 heures (1 journée) dispensées par des formateurs expérimentés est destinée aux personnes amenées à monter, démonter et utiliser des échafaudages roulants.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- monter, modifier et démonter un échafaudage roulant conformément à la notice du fabricant
- Savoir utiliser un échafaudage roulant en toute sécurité
- Acquérir les différentes techniques de vérification et entretien de son matériel
- Connaître et savoir utiliser le harnais de sécurité.

## PROGRAMME

### Programme théorique :

Sensibilisation aux chutes de hauteur,  
Textes réglementaires européens et nationaux,  
Droits et devoirs employeurs/employés,  
Les échafaudages roulants (différents types, caractéristiques techniques),  
Les règles de sécurité du montage et du démontage,  
Les points de vérifications,  
Les règles de sécurité d'utilisation.

### Programme pratique :

Réception et conformité des échafaudages,  
Le balisage et la signalisation,  
Examen d'adéquation avant montage,  
Montage d'un échafaudage roulant en sécurité (techniques/règles de sécurité), Vérifications avant mise en service,  
Utilisation des échafaudages,  
Démontage d'un échafaudage en sécurité.



La formation MONTAGE/ DEMONTAGE D'ÉCHAFAUDAGE ROULANT est organisée pour 10 stagiaires maximum et accessible aux personnes qui maîtrisent le français ayant une aptitude au travail en hauteur sans restriction de port de charges . La formation est validée par une attestation de formation dont le recyclage est à prévoir tous les 3 ans.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires avec une analyse et des actions correctives, bilan et évaluation individualisée ... La validation des acquis se fait sous forme de contrôle continu tout au long de la formation pour la pratique et par test écrit sous la forme de QCM pour la partie théorique.

Les équipements de protection individuelle sont mis à la disposition des stagiaires qui auront la possibilité de les acheter.

# MILIEUX CONFINÉS

Cette Formation d'une journée (7 heures) dispensée par des formateurs expérimentés est destinée aux personnes amenées à pénétrer et/ou intervenir en milieux confinés.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Identifier les dangers et évaluer les risques
- Connaître les procédures liées au travail en espace confiné
- Préparer et sécuriser la zone d'intervention
- Utiliser les différents équipements de détection et de protection
- Connaître les procédures de dégagement d'urgence d'une victime

## PROGRAMME

### Programme théorique :

Cadre réglementaire, obligations et responsabilité de l'employeur et des opérateurs

Définitions des milieux confinés : asphyxie/explosion

Toxicité de gaz rencontrés en milieux confinés

Les effets physiologiques sur l'organisme : hypoxie, hypercapnie

les effets psychologiques sur l'organisme : claustrophobie, spasmophilie nerveuse

Organisation des travaux en milieu confiné

Les détecteurs de gaz et explosimètres

Méthode de ventilation des milieux confinés

La protection respiratoire en masque à cartouche (APR) et masque auto-sauveteurs

Procédure d'alerte

### Programme pratique :

Mise en place des équipements d'accès (tripodes

Analyse des risques

Utilisation des détecteurs de gaz, procédure

Ventilation

Descente en milieu confiné

Le rôle spécifique du surveillant de surface, code sonore et visuel

Cas concret d'une situation d'alerte

Mise en place du masque auto-sauveteur

Les méthodes de secours en milieu confiné



Les formations PEMP sont organisées pour 6 stagiaires maximum et sont accessibles aux personnes majeures, maîtrisant le français et ayant une aptitude médicale aux travaux en hauteur à jour et qui ont suivi au minimum une formation port du harnais.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation : mise en situation des stagiaires avec une analyse et des actions correctives...Elle est validée par une aptitude au travail en milieu confiné par la délivrance d'une attestation de formation valable 3 ans.

Matériel nécessaire : détecteur Gaz et masque auto sauveteur

# TRAVAILLER

# ATMOSPHERE EXPLOSIVE

Cette formation d'une durée de 7 heures (1 journée) dispensée par des formateurs expérimentés est destinée aux personnes amenées à travailler dans les espaces confinés de l'agriculture, industrie ou du BTP ou à être en vigilance extérieure pour un collègue.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Identifier les risques de formation d'une atmosphère explosive
- Appliquer les mesures techniques et organisationnelles permettant d'empêcher l'inflammation d'une zone ATEX

## PROGRAMME

Les notions élémentaires.

Le triangle du feu, énergie d'activation...

Les risques liés aux produits et aux équipements.

Les dangers, les effets d'une explosion de poussières, de gaz.

Le zonage.

Les mesures de protection dans les zones à risque d'explosion.



La formation ATMOSPHERE EXPLOSIVE est organisée pour 10 stagiaires maximum et est accessible aux personnes qui maîtrisent le français. Elle est validée par une attestation de fin de formation et ne fait pas l'objet d'une évaluation des acquis et des compétences.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation.

Matériel nécessaire : détecteur Gaz

**EN INDUSTRIE ...**

# RISQUES CHIMIQUES N1

Cette Formation d'une journée (7 heures) dispensée par un formateur expérimenté est proposée aux personnels qui sont amenés à travailler sur un site chimique.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- Comprendre les risques présentés par les produits chimiques et leurs installations
- Acquérir les bases d'une culture sécurité propre à la chimie
- Diminuer le nombre et la gravité des accidents du travail
- Répondre à l'obligation de formation, pour les entreprises extérieures, par l'UIC
- Obtenir son habilitation RC 1

## PROGRAMME

Introduction aux risques chimiques :

Les dangers et les risques liés aux sites chimiques

Formation aux risques induits par la présence de plusieurs entreprises

Contexte et enjeux de la sécurité

Les risques et moyens de prévention / protection

Organisation de la prévention lors des interventions

Rôle et responsabilité du titulaire d'un certificat de Niveau 1

L'obligation de respecter les mesures du plan de prévention, de l'autorisation de travail et des permis



Les formations N1 sont organisées pour 10 stagiaires maximum et sont accessibles aux personnes majeures, maîtrisant le français.

Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation. Elle est validée d'une attestation de formation valable 3 ans. Elle est conforme au cahier des charges de l'UIC et est obligatoire pour obtenir l'habilitation N2.

# TRAVAILLER

**EN INDUSTRIE ...**

# SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

Cette Formation initiale réalisée sur 2 jours (7 heures) animée par un formateur expérimenté est proposée aux personnes salariées. Elle vous permettra de :

- Identifier les situations dangereuses
- Intervenir efficacement face à une situation d'accident ou de malaise
- Mettre en application vos compétences au profit de la santé et de la sécurité au travail
- Mettre en oeuvre la chaîne de sauvetage jusqu'au secours médicalisés

La formation est essentiellement pratique. Les explications du programme sont données pendant l'apprentissage des gestes. Le formateur réalise les démonstrations et fait faire des exercices d'apprentissages à chaque stagiaire.

## PROGRAMME

### Le rôle du sauveteur secouriste du travail :

Cadre juridique  
Prévention

### Le plan d'intervention INRS:

Protéger ( soi-même, les autres, la victime)  
Examiner la victime  
Faire alerter ou alerter les secours  
Secourir la victimes

### Les gestes à effectuer lorsque la victime :

Saigne (abondamment ou non)  
S'étouffe  
Se plaint d'un malaise  
Se plaint de brûlures  
Se plaint d'une douleur empêchant certains mouvements  
Ne répond pas et respire ( Position Latéral de Sécurité)  
Ne répond pas et ne respire pas ( réanimation cardio-pulmonaire)



Les critères d'évaluations utilisés pour cette validation sont ceux définis par l'INRS, dans le référentiel de formation des Sauveteurs Secouriste du travail.

Un certificat de Sauveteur Secouriste du Travail (carte SST) valable 24 mois, sera délivré au candidat qui a participé activement à l'ensemble de la formation et fait l'objet d'une évaluation favorable de la part de formateur. Le candidat n'ayant pas obtenu une évaluation favorable, se verra délivrer une attestation de suivi de formation.

Pour conserver la qualité de Sauveteur Secouriste du Travail dans l'entreprise, la formation d'une journée de Maintien et d'actualisation des Compétences doit avoir lieu avec un intervalle maximum de 24 mois. Passé ce délais, le salarié ne sera plus considéré comme sauveteur secouriste du travail et ne pourra plus intervenir en tant que tel.

Le matériel est mis à la disposition des stagiaires par le centre de formation.

# PORTER

# INCENDIE

## ÉQUIPIER DE PREMIÈRE INTERVENTION

Cette formation d'une durée de 7 heures (1 journée) dispensées par un formateur expérimenté est destinée à tous les personnels d'un établissement.

Elle vous permettra de mettre en oeuvre l'extincteur approprié le plus rapidement possible en cas d'incendie.

### PROGRAMME

#### Programme théorique :

Les consignes de sécurité  
Le triangle du feu et les classes de feu  
Les extincteurs et leur fonctionnement

#### Programme pratique :

Manœuvre des extincteurs par les participants sur feux réels (feux secs, hydrocarbure, gaz...)  
Notion de prévention sur le site



La formation est participative basée sur l'alternance de transmission de savoir et d'exercices pratiques tirés du quotidien de l'entreprise. Elle est organisée pour 10 stagiaires maximum et est accessible aux personnes qui maîtrisent le français. La formation est validée par une attestation de formation.

Le matériel est mis à la disposition des stagiaires par le centre de formation.

# SECOURS ...

# PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES

Cette Formation d'une durée de deux jours (14 heures) animée par un formateur expérimenté est proposée aux personnes concernées par les problématiques liées à l'ergonomie, aux gestes et postures sur poste de travail.

A la fin de la formation, les stagiaires seront capables de :

- réduire et prévenir les accidents ou lésions dus aux manutentions manuelles
- acquérir les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les problèmes de santé liés aux gestes et postures
- déterminer la meilleure façon d'effectuer une manutention manuelle sans prendre de risques
- effectuer les gestes et postures appropriées au travail
- sensibiliser le personnel aux maladies professionnelles et TMS

Tous les points qui seront abordés sont dispensés de manière concrète et vivante par le formateur utilisant la technique de la pédagogie interactive. Les apports théoriques sont complétés par des exercices pratiques progressifs.

## PROGRAMME

### Statistiques des accidents et Accidents de Travail

#### Notions élémentaires d'anatomie :

Le squelette (les membres supérieurs, inférieurs et le tronc)  
La musculature

La colonne vertébrale (les vertèbres, les articulations, le disque vertébral)  
L'accident de la colonne vertébrale

#### Prévention des accidents :

Les conditions d'utilisation de l'Équipement de Protection Individuelle  
L'éducation gestuelle : les bons gestes et les bonnes postures selon les objets à manipuler ou gestes à effectuer  
Les positions au poste  
Notions d'ergonomie

#### Applications pratiques :

Étude d'un poste de travail  
•Principes de sécurité et d'économie d'effort

#### Prise de conscience du personnel :

Donner au salarié matière à réflexion concernant son poste de travail  
L'amener à éviter le répétitif dans ses gestes ou postures contraignantes  
Argumenter sur la nécessité de son changement dans sa méthode de travail  
Les déterminants de l'activité physique



La formation est accessible à toute personne et est validée par une attestation de formation. Hauteur & Formations mettra en oeuvre tous les moyens techniques et humains pour la bonne réalisation de cette formation selon les recommandations de la CARSAT.

# PRÉVENIR

# HABILITATION **ÉLECTRIQUE**

## NIVEAU NON ÉLECTRICIEN BO HOV

Cette formation d'une durée allant de 7 heures à 14 heures (selon le poste des stagiaires) dispensées par des formateurs expérimentés est destinée à toute personne amenée à faire des travaux à proximité d'équipements électriques.

Elle vous permettra d'acquérir les connaissances théoriques et pratiques relatives à la prévention des risques électriques et à la sécurité des interventions à proximité d'équipements électriques.

### **PROGRAMME**

#### **Présentation de la procédure d'habilitation énoncée dans le recueil UTE C18-530 :**

Notions importantes (tension, courant, puissance...)  
Evaluation des risques, effets physiopathologiques de l'électricité  
Exemple d'accident (direct, indirect, court-circuit...)  
Classement des installations  
Définition des travaux non électriques  
Règles de sécurité découlant des dangers du courant électrique

#### **Conduite à tenir en cas d'incident ou d'accident d'origine électrique**

#### **Travaux en sécurité :**

Distance de sécurité  
Autorisation de travaux  
Lecture de la signalisation  
Principe et exemple de verrouillage  
Manoeuvre et consignation, rôle des différents intervenants  
Matériel de sécurité électrique (outillage et EPI)  
Outils électriques à la main  
Outillage spécifique aux électriciens

La formation est participative basée sur l'alternance de transmission de savoir et d'exercices pratiques tirés du quotidien de l'entreprise. Elle est organisée pour 10 stagiaires maximum et accessible aux personnes qui maîtrisent le français. La formation est validée par une attestation de formation.

# LES RISQUES ...

# **HAUTEUR & FORMATIONS**

**25 bis rue Marcel Bouderiez  
59650 Villeneuve d'Ascq**

**Tél : 03 20 84 38 46  
contact@hauteur-formations.com  
www.hauteur-formations.com**