



## Travail en hauteur

### Port et utilisation du Harnais

Durée : 1 journée - 7 heures

<u>Objectif</u>	Appliquer les règles générales de sécurité lors de travaux en hauteur. - Evaluer les risques de chute de hauteur sur différents postes de travail et choisir les moyens de protection appropriés. - Utiliser dans les meilleures conditions, un harnais lors de travaux en hauteur. - Vérifier et entretenir son harnais de sécurité et ses systèmes antichute.
<u>Public</u>	Tout personnel ayant à utiliser des échafaudages.
<u>Pré-requis</u>	Etre âgé(e) de plus de 18 ans. Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis pour suivre cette formation. Absence de contre-indication médicale aux travaux en hauteur.

Sanction Cette formation est sanctionnée par une Attestation individuelle de fin de formation remise au stagiaire

### Méthode, moyens pédagogiques

- ✓ Formateur expert
- ✓ Moyens pédagogiques  
Ordinateur portable  
Vidéoprojecteur  
Mises en situation pratiques  
Livret pédagogique
- ✓ Alternance équilibrée entre ateliers pratiques et théorie
- ✓ Modalités d'évaluation des acquis
- ✓ L'évaluation des acquis théoriques et pratiques dans différentes situations de travail est réalisée en fin de formation sur la base de QCM et d'exercices pratiques. Un avis formulé par l'intervenant permettra à l'employeur de rédiger une autorisation de travail en hauteur avec un harnais.

## PROGRAMME

### THEORIE

Travaux en hauteur et règles de sécurité  
Présentation du contexte réglementaire

Accidents et causes d'accidents  
Protection collective  
Les moyens d'accès (échelles, escabeaux, échafaudages, PEMP)  
Protection individuelle

Les dispositifs d'ancrage (Recommandation CNAMTS R430)  
Amarrages sur structure existante, amarrage sur point d'accroche manufacturé fixe ou transportable

Caractéristiques des moyens de protection individuelle  
Les casques  
Les composants d'un système de liaison : le harnais, la longe, les sangles, l'antichute, les connecteurs

Choix d'un dispositif de protection individuelle

Conditions préalables au recours à un équipement de protection individuelle • Étude de risques • Interactions avec l'environnement • Choix du dispositif en adéquation avec le poste de travail

Conséquences d'une chute

Facteur de chute

Force de choc

Effet pendulaire

Tirant d'air

Organisation des moyens de secours

Maintenance des EPI antichute par l'utilisateur

Vérification et contrôle des EPI • Règles d'entretien et de stockage.

## PRATIQUE

Exercices pratiques

Présentation, découverte et conditions d'utilisation du harnais

Vérification préalable par contrôle visuel et tactile des EPI et exploitation des fiches de données du fabricant

Réglage du harnais

Mise en oeuvre des systèmes de liaisons

Exercice de mise en suspension

Réalisation de déplacements verticaux et horizontaux