

## Lieu de Formation

En inter : dans nos locaux  
En intra : dans vos locaux

**Nombre de jour :** 1 jour  
**Nombre d'heures :** 7 h

### Délais d'accès :

30 jours et selon votre planning.

### Modalités d'inscription :

Formulaire d'inscription en ligne.

### Tarif :

Tarif individuel : à partir de 250 € HT.

Tarif groupe : minimum 4 personnes  
à partir de 990 € HT.

Nous consulter, demande de devis par  
téléphone ou mail.

## Méthode et moyens pédagogiques :

**Moyens techniques :** PC, tablettes et  
vidéoprojecteur, hamais, sangles, mousquetons.

**Moyens humains :** Formateur qualifié.

### Apports théoriques et pratiques :

Support de cours formation.  
Echanges de bonnes pratiques.  
QCM.  
Exercices pratiques.

### Prérequis :

Savoir lire, écrire et parler le français.

Aptitude médicale au poste.

### Objectifs :

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.

Manipuler dans les meilleures conditions un  
harnais lors de travaux en hauteur.

Vérifier et entretenir son harnais de sécurité et  
ses systèmes antichute.

### Personnes concernées :

Personnes amenées d'une façon occasionnelle  
ou permanente à exercer toute ou partie d'une  
activité en hauteur (quelle que soit la hauteur)  
en utilisant les supports d'assurance existants.

**Accessibilité :** Nous disposons d'une salle et de  
W.C accessibles aux personnes à mobilité  
réduite.

Afin d'évaluer ensemble si nos formations  
peuvent s'adapter à vos besoins personnels  
spécifiques, ou s'il est nécessaire de vous orienter  
vers un autre organisme, Christian Fleury est à  
votre écoute par mail à [admin@fcf-  
prevention.com](mailto:admin@fcf-prevention.com)



Organisme de formation professionnel  
en prévention des risques

☎ : 06.23.42.67.10

✉ : [admin@fcf-prevention.com](mailto:admin@fcf-prevention.com)

# Travail en hauteur et port du harnais

## THEORIE

- Travaux en hauteur et sécurité 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 œuvre des systèmes de liaisons.
- Exercice de mise en suspension.
- Réalisation de déplacements verticaux et horizontaux.

## EVALUATION

L'évaluation des acquis théoriques et pratiques concernant les conditions d'utilisation du harnais dans différentes situations de travail est réalisée en fin de formation sur la base de QCM et d'exercices pratiques en vue d'une Autorisation de travail en hauteur avec des EPI antichute, qui sera remise par l'employeur sur la base de l'avis formulé par le formateur.

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

Cette formation fait l'objet d'une mesure de la satisfaction globale des stagiaires sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports utilisés.

FCF – Fleury Christian Formation  
SIRET : 802 277 343 00025

n° de déclaration d'activité : 119 506 513 95

Siège social : 3, rue de la Croix Blanche – 95710 CHAUSSY  
Bureaux et Formations : 5, rue Ampère – 95420 Magny en Vexin

Plateau technique : 9 route de Vernon – 95420 Hodent  
Centre d'examen AIPR par QCM n°1146