

## PLAN DE FORMATION TRAVAIL EN HAUTEUR / PORT DU HARNAIS

### **OBJECTIFS :**

Les stagiaires devront acquérir les connaissances de base et une pratique suffisante pour évoluer en toute sécurité en hauteur et ce conformément à la législation en vigueur

### **CONTENU :**

#### ***Module théorique :***

- Connaissance de la législation en vigueur.
- Connaissance des EPI contre les chutes, les différents systèmes antichute.
- Les notions de facteur de chute, force choc et tirant d'air.
- Théorie des ancrages temporaires (sangles EN 795B) et lignes de vie temporaire (EN 795C). notion d'irréprochabilité.
- Es conséquences physiologiques d'une chute.

#### ***Module pratique :***

- Mise en place et ajustement d'un harnais antichute EN 361.
- Montée à une échelle avec auto-assurance sur cablette 8mm ou cordes semi-statique ou dynamique 10.5 mm. Systèmes antichute EN 353-2 et EN 360 (enrouleur automatique).
- Progresser à l'aide de longes antichute EN 354 et EN 355 sur une ligne de vie EN 795C.
- Mise en place d'un poste de travail irréprochable et ergonomique.
- Mise en place d'ancrage et lignes de vie temporaires EN 795 B et C.
- Soustraire un équipier en difficulté de sa suspension dans son harnais.

Durée : 8 heures

Effectif : 8 stagiaires maximum