

FICHE PROGRAMME

Port du harnais sur sites équipés (M01)

Savoir choisir, régler et utiliser son harnais pour travailler en sécurité sur des sites équipés d'ancrages et de lignes de vie.



DURÉE	EFFECTIF	FORMAT	PRÉREQUIS	VALIDATION
7h 1 jour	1 à 6 stagiaires	Intra / Inter vos locaux ou centre ITFH	Aptitude médicale travaux en hauteur	Attestation avec avis du formateur

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- 1 Identifier les risques de chute de hauteur et les moyens de prévention
- 2 Choisir et vérifier ses EPI antichute selon la situation de travail
- 3 Régler et ajuster correctement son harnais
- 4 Se connecter aux ancres et se déplacer sur une ligne de vie horizontale ou verticale
- 5 Utiliser en sécurité antichute mobile, antichute à rappel automatique et longues doubles
- 6 Analyser les risques liés aux accès et au poste de travail en hauteur

Public concerné

Toute personne utilisant un harnais et des systèmes antichute, même ponctuellement, sur des sites équipés d'ancrages, de lignes de vie ou de systèmes verticaux de protection : BTP et second œuvre, maintenance industrielle et bâtiment, télécoms et énergie, agroalimentaire, contrôle technique.

Prérequis : Aucune contre-indication médicale aux travaux en hauteur, maîtrise du français écrit et parlé, 18 ans révolus (sauf dérogation). Accessible aux débutants comme aux confirmés.

Pourquoi former vos équipes ?

Répondre à l'obligation

Tout utilisateur d'EPI antichute doit être formé et entraîné au port (art. R4323-106).

Protéger vos équipes

Un harnais mal réglé ou mal connecté ne protège pas : la chute de hauteur reste une cause majeure d'accidents graves.

Gagner en autonomie

Des salariés qui maîtrisent leur matériel interviennent plus sereinement et plus efficacement.

Nos engagements

- ✓ Formateurs spécialistes du travail en hauteur
- ✓ Centre équipé : structures d'entraînement réelles
- ✓ Groupes de 6 maximum : chacun pratique
- ✓ Devis sous 48 h, session sous 2 semaines

88 %

de stagiaires satisfaits

100 %

de réussite aux évaluations

RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

- Code du travail, art. R4323-58 à R4323-61 (travaux temporaires en hauteur, EPI)
- Code du travail, art. R4323-104 à R4323-106 (formation et entraînement au port des EPI)
- Règlement (UE) 2016/425 relatif aux équipements de protection individuelle
- NF EN 363 (systèmes antichute), NF EN 361 (harnais), NF EN 795 (ancrages)
- NF EN 353-1/-2, 354, 355, 360 (antichutes mobiles, longues, absorbeurs, rappel auto.)

Programme détaillé

Une journée qui alterne apports théoriques et exercices sur structures d'entraînement : chaque stagiaire manipule les équipements et se déplace sur ancrages et lignes de vie.

01 Module théorique

- Sensibilisation aux chutes de hauteur : causes et conséquences
- Textes européens et nationaux, droits et devoirs employeur / salarié
- Protection collective (prioritaire) et protection individuelle : normes, obligations
- Notions techniques : force choc, facteur de chute, tirant d'air
- Test d'évaluation théorique

02 Module pratique

- Choisir et vérifier ses EPI en fonction de la situation de travail
- Régler son harnais (sangles cuisses et épaules, point d'attache dorsal)
- Choisir les ancrages adaptés pour se sécuriser
- Se déplacer sur une ligne de vie horizontale et/ou verticale
- Analyser les risques sur les moyens d'accès et le poste de travail
- Utiliser antichute mobile, antichute à rappel automatique et longues doubles

MÉTHODES & MOYENS

- Pédagogie active : alternance théorie et pratique
- Structures d'entraînement : ancrages, lignes de vie horizontales et verticales
- EPI réels : harnais, longues, antichutes mobiles et à rappel automatique
- Entraînement au port effectif pour chaque stagiaire
- En intra : salle et équipements nécessaires à la pratique fournis par le client

ÉVALUATION

- Test d'évaluation théorique
- Mises en situation pratiques : analyse et actions correctives
- Bilan et évaluation individualisés
- Questionnaire de satisfaction à chaud

VALIDATION

Attestation de formation remise en fin de stage, avec avis du formateur sur l'aptitude au travail en hauteur et les compétences acquises.

INTERVENANTS

Formateurs du centre 3M – ITFH, spécialistes du travail en hauteur et des équipements antichute, issus du terrain.

MODALITÉS PRATIQUES & ACCÈS

Partenaire	Formation réalisée en partenariat avec 3M – Centre de formation ITFH (Villeneuve-la-Garenne).
Délai d'accès	Sous 2 semaines après acceptation du devis
Maintien des acquis	Recyclage préconisé tous les 3 ans (1 jour, 7h)
Accessibilité	Ouverte aux personnes en situation de handicap, adaptation étudiée au cas par cas. Référent handicap : Gilles Dazzi.

Lieu	Intra-entreprise dans vos locaux ou inter-entreprises au centre 3M – ITFH
Tarif	Sur devis personnalisé selon contexte (effectif, lieu, dates)
Inscription	Sur devis, par téléphone ou e-mail. Convention et convocation envoyées avant la session.

Un projet de formation ? Devis personnalisé sous 48 h.

06 74 46 66 41 · contact@vitalforma.fr · www.vitalforma.fr