

FICHE PROGRAMME

Techniques d'accès et de positionnement sur cordes (M04 TSC)

Acquérir les bases de la progression sur cordes et gérer sa propre sécurité au quotidien sur chantier, sous surveillance.



DURÉE	EFFECTIF	FORMAT	PRÉREQUIS	VALIDATION
35h 5 jours	6 max stagiaires	Intra / Inter vos locaux ou centre ITFH	Aptitude médicale + condition physique	Attestation avec avis du formateur

Objectifs pédagogiques

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

- 1 Distinguer EPC, EPI, support, ancrage et amarrage
- 2 Mettre en place et retirer le matériel de progression sur cordes
- 3 Appliquer les modes opératoires professionnels associés
- 4 Respecter normes, règles et limites d'utilisation du matériel
- 5 Déplacer une charge au moyen de cordes
- 6 Secourir un technicien en difficulté et se secourir soi-même

Public concerné

Techniciens appelés à intervenir par accès et positionnement sur cordes, lorsque les protections collectives ou autres équipements ne sont pas possibles : maintenance industrielle, bâtiment, ouvrages d'art, énergie et télécoms.

Prérequis : Bonne condition physique, aucune contre-indication médicale au travail en hauteur et au port du harnais, savoir lire et écrire le français, avoir plus de 18 ans.

RÉFÉRENCES RÉGLEMENTAIRES

- Code du travail, art. R4323-64 (conditions de recours aux techniques sur cordes)
- Code du travail, art. R4323-89 et R4323-90 (accès et positionnement au moyen de cordes)
- Code du travail, art. R4323-104 à R4323-106 (formation et entraînement au port des EPI)
- NF EN 12841 (dispositifs de réglage de corde), NF EN 1891 (cordes semi-statiques)
- NF EN 363 (systèmes antichute), NF EN 361 (harnais), NF EN 795 (ancrages)

Pourquoi former vos équipes ?

Répondre à l'obligation

Le travail sur cordes exige une formation spécifique aux opérations et aux procédures de sauvetage (R4323-89).

Protéger vos équipes

Double corde, amarrages fiables, secours immédiat : la rigueur des gestes conditionne la survie.

Qualité des chantiers

Des techniciens qui gèrent eux-mêmes leur sécurité travaillent plus proprement 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

Programme détaillé

Cinq jours sur chantier-école : les techniques de progression et d'équipement sont apprises pas à pas, sous surveillance, avec contrôle continu.

01 Prévention et cadre réglementaire

- Accidents de hauteur, principes généraux de prévention, responsabilités
- Protections collectives et individuelles, EPI et normes
- Force choc, facteur de chute, tirant d'air

02 Matériel de progression et d'équipement

- Kit du technicien cordiste : règles d'utilisation, entretien, vérifications
- Cordes et sangles : composition, stockage, vieillissement
- Nœuds, amarrages, supports et ancrages (milieu urbain et industriel)

03 Techniques de progression

- Progression sur corde fixe, descendeur, remontée courte
- Gestion de l'antichute, passage de déviation, angles et facteurs de chute
- Risques du chantier et pathologies liées au port du harnais

04 Techniques d'équipement

- Approche par le haut : risques, choix des amarrages, sécurisation de l'accès
- Équipement vertical, déviations, protections de cordes (protège-corde, acrotère)

05 Secours et levage

- Dégager un coéquipier en difficulté, évacuation par la corde de sécurité
- Levage d'une charge légère par mouflage simple, corde guide
- Synthèse et évaluation des connaissances

MÉTHODES & MOYENS

- Chantier-école dédié : structures verticales et horizontales
- Matériel professionnel de progression et d'équipement sur cordes
- Démonstrations puis pratique encadrée, progression par étapes
- Exercices de secours en situation
- En intra : salle et équipements nécessaires à la pratique fournis par le client

ÉVALUATION

- Contrôle continu de la pratique tout au long du stage
- Test écrit théorique en fin de formation
- 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 aux travaux d'accès et de positionnement sur cordes.

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).	Lieu	Intra-entreprise dans vos locaux ou inter-entreprises au centre 3M – ITFH
Délai d'accès	Sous 2 semaines après acceptation du devis	Tarif	Sur devis personnalisé selon contexte (effectif, lieu, dates)
Maintien des acquis	Recyclage préconisé tous les 3 ans (3 jours, 21h)	Inscription	Sur devis, par téléphone ou e-mail. Convention et convocation envoyées avant la session.
Accessibilité	Ouverte aux personnes en situation de handicap, adaptation étudiée au cas par cas. Référent handicap : Gilles Dazzi.		

Un projet de formation ? Devis personnalisé sous 48 h.

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