



## **SECURITE DU TRAVAIL EN HAUTEUR FORM20 INITIALE - REFERENT TRAVAIL EN HAUTEUR SNCF**

## METHODES

Basée sur des supports de formation, les stagiaires reçoivent dans un premier temps, une formation théorique liée à la réglementation et à la description des E.P.I. contre les chutes de hauteur.

Puis, dans un second temps, les stagiaires sont mis en apprentissage sur des ateliers pédagogiques spécifiques en adéquations avec le métier exercé.

## MOYENS

**Les stagiaires devront être munis de leurs équipements de protection individuelle.**

Si certains équipements s'avéraient inadéquats à la formation, nos formateurs peuvent mettre à la disposition des stagiaires des EPI adaptés (lorsque les formations ont lieu sur notre site de VIERZON).

**Les infrastructures pour la pratique** (environnement de travail habituel de vos intervenants) sont mises à disposition par vos soins. Ces dernières seront **condamnées, consignées** et validées par nos formateurs pour le bon déroulement de la formation.

**Prévoir une salle équipée d'un vidéo projecteur ou d'un écran TV, d'un paperboard et ou tableau effaçable.**

## PRE-REQUIS

Aptitude médicale à jour et tenant compte des spécificités du métier du stagiaire

Formation initiale « Port des EPI antichute » à jour de MAC

## EVALUATION

Test des connaissances par questionnaire théorique et Pratique

Analyse et actions correctives réalisées avec le formateur

Certificat d'aptitude au travail en hauteur dans la catégorie du stage suivi

## SUIVI ET POST-FORMATION FACULTATIF

***Une journée de validation d'application des acquis en situations de travail est proposée :  
Audit terrain + rapport***

## PROPOSITION

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Sensibiliser les participants à la nécessité de prendre en charge leur sécurité.
- Connaître les exigences de la protection collective et la privilégier
- Analyser le risque de chute de hauteur dans son environnement de travail
- Savoir utiliser un harnais et un système d'arrêt des chutes
- Réaliser des points d'ancrages temporaires selon la structure d'accueil
- Réaliser des points d'ancrage conformes au référentiel du cordiste (CQP)
- Acquérir les techniques spécifiques au déplacement vertical et horizontal sur corde, du maintien du corps en suspension lors des travaux d'accès sur corde.
- Porter assistance à une personne en difficulté avec la mise en place d'un dispositif de descente débrayable
- Savoir utiliser un équipement antichute sur toiture et nez d'engin lors d'interventions en mode dégradé
- Conduite à tenir en cas de chute dans un harnais
- Savoir enseigner les principes et les techniques pour accéder et travailler en sécurité à l'aide des Equipement de Protection Individuelle contre les chutes de hauteur
- Connaître les techniques d'évacuation de personne suspendue (assistance à ses propres stagiaires)



✓ Date : à définir

✓ Lieu de la formation : à définir

**Durée de la formation : 5 jours**  
**6 Personnes maximum**

## THEORIE

### **Les risques du travail en hauteur**

Qu'est-ce qu'une chute ?  
Notion de force de choc  
Statistiques des chutes de hauteur  
Profil de la victime type de la chute de hauteur

### **Les fondamentaux de l'antichute**

Le facteur de chute  
Le tirant d'air  
Le pendule  
Les arêtes

### **Les accès**

Echelles fixes et transportables (14122-4 et EN131)  
- Normalisation  
- Réglementation du travail (CdT: R4323-63 et R4323-81 à 88)

### **Le déplacement et travail**

La protection individuelle contre les chutes de hauteur

### **Les Harnais**

- Normalisation(s)
- Constitution, caractéristiques
- Quel type de harnais choisir

### **Liaisons antichutes**

- Normalisation(s)
- Caractéristiques et résistance
- Les antichutes incluant un support d'assurage rigide EN353-1
- Les antichutes incluant un support d'assurage flexible EN353-2
- Les longes avec absorbeur d'énergie EN355
- Les antichutes à rappel automatique EN360

### **Ancrages (EN795)**

- Fixes et temporaires
- Normalisation
- Résistance

### **La réglementation du travail en hauteur**

Le Décret 2004-924 du 1er septembre 2004  
Les principes généraux de prévention (31/12/91)  
Les droits et devoirs employeur/employé (11/01/93)

## **Organisation d'une formation**

La pédagogie chez l'adulte

Choisir une méthode pédagogique

Gestion administrative d'une formation (pré et post formation)

Créer une fiche d'évaluation

Préparer un atelier pédagogique pour les travaux en hauteur

L'animation d'un atelier d'apprentissage (moyen, méthode, technique, la sécurité)

## **PRATIQUE**

### **Les harnais**

Constitution, caractéristiques, normes

Choix de l'attache sternale ou dorsale

Réglage du harnais

Essais en suspension dorsale et sternale

### **Utilisation d'un système d'arrêt de chute**

Description, contrôle, conformité

Comment le choisir

Recommandations pour l'utilisation

### **Les ancrages :**

Fixes et temporaires

Choix de la structure d'accueil

Choix du dispositif d'ancrage

Mesures de prévention pour la réalisation d'un ancrage temporaire EN795 typeB

Evaluation de l'opérateur par le formateur sur des ateliers pédagogiques spécifiques

### **Création de points d'ancrages temporaires**

Choix de la structure d'accueil

Choix du dispositif d'ancrage

Réalisation du sol avec l'aide d'une perche d'ancrage

Evaluation de l'opérateur par le formateur sur des ateliers pédagogiques spécifiques

### **Mise en œuvre d'une ligne de vie temporaire**

Choix de la structure d'accueil

Description, contrôle, conformité

Recommandations pour l'utilisation

Validation du déplacement de l'opérateur sur des ateliers pédagogiques spécifiques

## **Déplacements verticaux et horizontaux**

Installation d'un dispositif antichute

Prendre soin de sa santé et de sa sécurité lors des travaux en hauteur

Validation du déplacement de l'opérateur sur des ateliers pédagogiques spécifiques

## **Préparation de l'intervention pour un accès sur corde**

Analyse des risques

Délimitation de l'aire de travail (chantier)

Choix de l'ancrage

Choix et réglage des liaisons

Sécurisation de l'outillage sur le harnais

## **Mode opératoire sur intervention nez d'engin en situation dégradée**

### **Le kit ligne de vie temporaire et le sac à lancer**

Constitution

Utilisation

Entretien

### **Echelles mobiles**

Techniques de sécurisation avec le KITBLOC

Mise en œuvre d'un point d'ancrage sur rail ou sur le « BOGIES »

### **Préparation des équipements**

Contrôle du matériel

Consigne de stockage et rappel sur l'entretien des E.P.I

Installation de l'échelle et de l'assurage à l'aide du Kitbloc

Utilisation du sac à lancer

### **Accès sur toit d'engin/pantographe**

Utilisation du turbolite

Accès + Maintien

### **Utilisation et mise en œuvre de la ligne de vie sur l'engin à l'aide du sac à lancer**

Réalisation des points d'ancrage

Respect de la mise en place à une distance minimale de deux mètres

Vérification de la tension de la ligne de vie

Réalisation d'un nœud « PRUSIK »

## **Déplacements sur la toiture et installation du support d'assurance pour la sécurisation de la face avant de l'engin**

Validation du déplacement de l'opérateur et de sa sécurité  
Identification du danger de chute et réalisation de l'amarrage à l'opposé du risque  
Mise en œuvre d'une simulation de relevage sur la toiture

Installation du système antichute pour l'intervention sur la face avant de l'engin  
Simulation de déplacement verticaux Présentation des cas particuliers pour les interventions face avant avec accès sur marchepied  
Réalisation de deux nœuds « PRUSIK » sur les mains montoires avec l'aide de sangle  
Mise en place de deux enrouleurs à rappel automatique

## **Méthodes de progression lors de déplacements sur talus**

Mise en place d'une LDV  
Installation du système antichute  
Validation du déplacement de l'opérateur.  
Répartition des efforts  
Descente en auto-assurance au moyen d'un système autobloquant  
Mise en œuvre d'une progression par triangulation

## **Travail sur corde**

### **Techniques de descente sur corde**

Préparation d'un dispositif débrayable  
Mise en place de la corde de sécurité et du dispositif antichute  
Mise en place de la corde de travail  
Mise en place du descendeur  
Descente sur corde puis positionnement au travail

### **Techniques de remontée sur corde**

Mise en place de la corde de sécurité et du dispositif antichute  
Mise en place de la corde de travail  
Mise en place du bloqueur de poitrine  
Mise en place de la poignée d'ascension et de la pédale d'ascension  
Ascension sur corde puis positionnement au travail

### **Principe d'évacuation d'une personne suspendue depuis l'ancrage**

Préparation d'une évacuation avant l'intervention  
Réserve de corde au niveau de l'ancrage  
Installation d'un antichute autobloquant sur la corde de suspension  
Conduite à tenir pour redescendre une personne suspendue  
Evacuation jusqu'au sol

## **Principe de décrochement de personne suspendue sur corde**

### **Evacuation d'une personne suspendue**

Simulation d'évacuation d'une personne suspendue dans son harnais

Rappel de la conduite à tenir en cas d'incident ou d'accident

Les numéros d'appels d'urgence

### **L'entretien et stockage du matériel**

Conditionnement et stockage

Inspection

Vérification périodique

## **Pédagogie**

### **Ateliers d'animations en salle de formation**

Préparation d'une session de formation pour les travaux en hauteur (agencement)

Lancement d'une formation

Animation de formation sur PowerPoint

### **Ateliers d'animations phases pratiques**

Préparation d'un atelier

Animation d'une séquence de formation

Evaluation d'un stagiaire

### **Ateliers d'animations certification**

Certification d'un stagiaire

Gestion administrative de fin de formation