



PLAN DE COURS –HORIZON VERTICAL

PROTECTION CONTRE LES CHUTES

Ratio : 1 : 6
Durée : 4 heures

TYPE DE COURS

Ce cours théorique et pratique est offert en formation continue pour les entreprises ayant une volonté de former leurs employés au travail en hauteur et en protection contre les chutes pour augmenter la sécurité sur les chantiers. Cette formation permet au participant de se familiariser avec les méthodes de protection contre les chutes appropriées pour les situations rencontrées par les employés dans leur milieu de travail. Le cours met l'accent sur l'apprentissage de concepts et principes théorique et la mise en place de mesures de sécurité à déployer par l'équipe de travail. La session théorique sera complétée des exercices pratiques permettent de comprendre et de maîtriser les principes relatifs à la protection de chutes.

OBJECTIF GÉNÉRAL

Suite à la formation, les participants seront en mesure de se maintenir en sécurité lors de l'exécution de travaux en hauteur, de comprendre les normes en vigueur, de pouvoir sélectionner et utiliser convenablement le matériel adéquat, de comprendre les principes derrière la théorie de protection contre les chutes.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

À la fin du cours de quatre heures, le participant sera en mesure de:

Relatif à la prévention :

1. Connaître et comprendre les composantes de base d'un système de protection contre les chutes utilisé dans le domaine.
2. Connaître les différents équipements de protection individuels.
3. Comprendre les principes de base d'inspection du matériel.
4. Comprendre les techniques de base d'ajustement et d'utilisation du matériel.
5. Se familiariser avec le syndrome de suspension.

Relatif aux connaissances générales :

1. Facteur de chute
2. Distance de dégagement
3. Forces d'impact
4. Charge de travail et de rupture, ratio de sécurité
5. Pendules
6. Cordes, nœuds, sangles, longes, absorbeurs d'énergie.

CONTENU

Prévention

1. Syndrome de suspension
2. Exemples d'accidents
3. Protection de chute : retenue au travail, positionnement
4. Système primaire et secondaire
5. Facteur de chute
6. Distances de dégagement
7. Positionnement
8. Lignes de vie : horizontales, verticales, rétractables
9. Contrôle du risque : Éliminer, contrôler, protéger

Équipements

1. Sangles, cordes, nœud en huit, protecteur de corde
2. Casque, baudriers
3. Longes, absorbeurs d'énergie
4. Connecteurs, mousquetons.
5. Enrouleur (rétractable)

Techniques

1. Ajustement du harnais
2. Exercice de suspension
3. Utilisation des longes et connecteurs
4. Principes de déplacements
5. Progression sur enrouleur et coulisseau vertical
6. Exercice d'inspection du matériel

ÉLÉMENTS LOGISTIQUES

1. Heures de la formation : 8h à 12h, ou de 13h à 17h.
2. Les travailleurs devront porter leurs bottes réglementaires, casques, harnais et longues anti-chutes; le reste des équipements techniques sont fournis.
3. Équipement fournis : Tous les équipements mentionnés spécifiques mentionnés ci-haut.

HORAIRE

8h	Accueil, formulaires, présentations
8h15	Présentation théorique du power point
10h00	Pause
10h15	Mise du harnais et test de suspension
11h00	Monter et descendre dans les échelles avec enrouleur/coulisseau
11h15	Ligne de vie horizontale
11h30	Monter et descendre sur les tours avec lien d'assujettissement
11h45	Retour du matériel et conclusion
12h00	Fin de la formation

