



PLAN DE COURS –HORIZON VERTICAL

PROTECTION CONTRE LES CHUTES – 8H

Ratio : 1 : 6
Durée : 8 heures

TYPE DE COURS

Ce cours théorique et pratique est offert en formation continue pour les entreprises ayant une volonté de former des chargés de projet ou responsables de chantiers, à la gestion du travail en hauteur et de la protection contre les chutes pour augmenter la sécurité sur les chantiers. Cette formation permet au participant de développer une expertise plus grande 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 d'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 huit 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 et appliquer les principes de base d'inspection du matériel.
4. Comprendre les techniques de base d'ajustement et d'utilisation du matériel.
5. Se familiariser la composition et le développement de plan d'urgence.



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
10. Les normalisations en vigueur
11. Les plans d'urgence pour le sauvetage
12. Principes d'inspection des équipements

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
7. Exercice de conception de plan de sauvetage



ÉLÉMENTS LOGISTIQUES

1. Heures de la formation : 8h à 16h30.
2. Le dîner peut être pris sur place.
3. Les travailleurs devront porter leurs bottes réglementaires, casques, harnais et longes anti-chutes; le reste des équipements techniques sont fournis.
4. 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 |
| 12h 00 | Dîner |
| 12h30 | Normalisation |
| 13h30 | Plans d'urgence |
| 14h30 | Principes inspection de matériel |
| 15h30 | Exercice d'inspection du matériel |
| 16h15 | Retour du matériel et conclusion |
| 16h30 | Fin de la formation |

