



## PROGRAMME DE FORMATION

### Techniques de levage à l'aide de cordes

#### Objectifs spécifiques de la formation

Etre capable d'organiser un chantier de levage en sous-œuvre et en extérieur en toute sécurité.  
Etre capable de lever à l'aide de techniques légères sur cordes tout type de structure en bois en milieu complexe.  
Savoir calculer les efforts mis en jeu dans le système de levage.  
Acquérir les gestes et postures sécuritaire dans les activités de manutention.

#### Contenu de la formation

##### Jour 1

Apprentissage des nœuds (nœuds de « 8 », de chaise, de cabestan,...)  
Sensibilisation à la préservation de son intégrité physique (étirements sur chaînes musculaires,...)  
Connaissance du matériel (poulies, connecteurs, ...)  
Pratique du palan  
Utilisation des EPI et entretien (réglementation)

##### Jour 2

Les postures au travail (les différentes contraintes exercées sur le dos, les points de faiblesse et les conséquences)  
Etude théorique de la poulie et des rendements  
Etude théorique du palan  
Amarrages et ancrages sur supports et matériaux variés (béton, brique, poutre)  
Pratique du palan plus complexe

##### Jour 3

Les risques professionnels liés au levage  
Organisation du chantier préparatoire au levage  
Levage en sous-œuvre d'une ferme et autres structures en bois (console de renfort,...)  
Sécurité dans le travail en hauteur (amarrage d'un point haut)  
Réglementation sur le levage

##### Jour 4

Organisation du chantier préparatoire au levage en extérieur  
Levage d'une ferme sur poteau avec une chèvre  
Levage en sous-œuvre

##### Jour 5

Pratique des diverses méthodes de levage  
Test pratique pour validation de la formation  
Bilan de fin de formation



## Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports de connaissances et de mises en situation pratique (théorie 20%, pratique 80%)  
Réflexion en petit groupe sur des cas concrets issus de situations réelles de chantier.  
Favoriser l'échange entre les participants sur les problèmes rencontrés et les savoir-faire de prudence.

## Moyens pédagogiques

Salle, vidéo projecteur  
Films et études de cas  
Plateau technique en intérieur et extérieur  
Lot de matériel technique pour le levage  
Support de formation

## Modalités d'évaluation

### Bilan de formation

Evaluation en continue  
Test de fin de formation par une mise en situation pratique  
Attestation de réussite après validation de l'ensemble des compétences  
Evaluation de la formation par les participants et tour de table.

## Public

Aux charpentiers et responsables de chantier désireux de se spécialiser dans les techniques de levage avec cordes.

**Nombre de stagiaires : de 6 à 10 personnes par formation.**

## Les formateurs

Philippe CASSE : Charpentier brevet de maîtrise, 30 ans d'expérience dans le métier, 13 ans comme chef d'entreprise au cœur du bois.

Benoist DELALANDE : Ergonome IPRP, 10 ans d'expérience en santé et sécurité au travail et formateur en entreprise, ostéopathe depuis 18 ans, préparateur physique.

## Durée de la formation et tarif

5 jours (soit 40 heures, certification incluse)  
8h30-12h30 ; 13h30-17h30

**Tarif : 1000,00 € HT pour 5 jours**

## lieu de formation

480 Route Labastide Clermont  
31370 Bérat

**Plus d'infos : 06 40 49 75 00  
(Philippe CASSE)**