

# MultiCACES

## R389 CAT 3 / R386 PEMP CAT 1B-3B / R372M CAT 9



### Formateur

Julien Bourgeois



### Objectifs

> Pouvoir obtenir les CACES (certificats d'aptitude à la conduite en sécurité), afin de bénéficier d'une autorisation de conduite délivrée par l'employeur, conformément à l'arrêté du 02/12/98 et à la recommandation CNAM.

> Règles de conduite et de sécurité relatives aux R386 PEMP 1B-3B – R389 cat 3 – R372 cat 9.



### Prérequis

> Aptitude médicale à l'emploi et aux travaux en hauteur.

> Condition d'âge 18 ans.

> Tout au long de la formation le port des EPI est obligatoire.

> Se munir de gants, de chaussures de sécurité, d'un casque avec jugulaire et d'un harnais de sécurité.

> Pour préparer le dossier : fournir deux photos d'identité, une pièce d'identité, le numéro de sécurité sociale.

> Savoir s'exprimer en Français, comprendre et savoir exécuter les consignes.



### Effectif

6 participants



### Durée

35 heures / 5 jours



### Tarif individuel 2018

1500 € HT



### Moyens pédagogiques

> Alternance entre théorie et exercices pratiques sur site.

> Équipements à disposition des stagiaires :

Chariots élévateurs frontaux électriques et thermiques (catégorie 3), engin de chantier (R372 cat 9), charges, nacelles 1B/3B.



### Évaluation des résultats

> Contrôle de connaissances (théorie, pratique).

> CACES chariot automoteur à conducteur porté catégorie 3.

> CACES plate-forme élévatrice mobile de personnel 1B et 3B.

> CACES chariot élévateur télescopique catégorie 9.

> Attestation de formation.

### Public concerné

Cette formation s'adresse aux caristes expérimentés, aux utilisateurs de plateformes élévatrices mobiles de personnels, aux conducteurs de chariots élévateurs expérimentés.

## Programme

### JOURNÉE 1

Théorie CACES R389 : Évolution de la qualification. – Réglementation. – Technologie des chariots automoteurs.

Théorie CACES R386 : Réglementation, législation. – Sécurité des travaux en hauteur. – Technologie des matériels. – Les niveaux de travail.

### JOURNÉE 2

Théorie CACES R372 : Technologie des chariots automoteurs. – Réglementation.

Exercices pratiques CACES R386 : Vérifications et contrôle (début et fin de poste). – Mise en œuvre. – Mise en place, positionnement. – Évolution en hauteur. – Règles d'utilisation.

### JOURNÉE 3

Exercices pratiques CACES R389 : Limitation des facteurs de risque. – La charge. – Le matériel. – La tâche.

Test pratique R386.

### JOURNÉE 4

Exercices pratiques CACES R372 : Limitation des facteurs de risque. – La charge. – L'opérateur. – La tâche. – L'environnement, les facteurs d'ambiance physique.

### JOURNÉE 5

Tests pratiques R389 cat 3 et R372 cat 9.

Bilan de la formation.