



## Programme de formation DEFU-05 - Equipier incendie / Gestes et Postures

Durée : 7 heures - 1 jour

Tarif : 0,00 €

### Votre Contact

Inès LE BRETON – Tel : +33181727187 – Mail : [ilebreton@afortech.com](mailto:ilebreton@afortech.com)

### Enjeux

Réduire les risques humains et matériels, assurer la conformité réglementaire. Réduire les arrêts de travail, améliorer la productivité et la prévention des risques.

### Objectifs de la formation

#### Sécurité incendie :

- Identifier et appliquer les consignes incendie spécifiques à l'établissement.
- Savoir donner l'alerte de manière claire et efficace en cas d'incendie.
- Guider et encadrer l'évacuation des personnes en respectant les consignes de sécurité.
- Utiliser correctement un extincteur pour maîtriser un départ de feu.

#### Prévention des risques liés à la manutention :

- Adopter des postures de travail adaptées pour limiter les risques de troubles musculo-squelettiques.
- Appliquer les gestes de manutention sécurisés pour soulever et déplacer des charges inertes.
- Découvrir et expérimenter des exercices d'entretien corporel favorisant la prévention des douleurs et l'amélioration de la mobilité.

### Public visé

Tous les salariés.

### Prérequis

Etre âgé de 18 ans minimum.

### Matériel nécessaire

Aucun.

### Description

- Notion de réglementation (ERP, rôles et responsabilités),
- système de Sécurité Incendie (SSI),

L'organisme de formation continue des équipements techniques du bâtiment

● Réglementaires - Obligatoires ● Techniques Métiers ● Management d'affaires et d'équipes ● Transition énergétique et numérique

Retrouvez l'ensemble des formations sur [www.afortech.com](http://www.afortech.com)

10 rue du Débarcadère 75852 Paris Cedex 17 - Tél. 01 40 55 14 14 - Fax : 01 40 55 14 15 - N°Siret : 434 505 921 00016 - Code NAF : 9499Z

Certifié  
QUALIOP1



- naissance/propagation de l'incendie, dangers de l'incendie,
- équipements de sécurité incendie de vos installations,
- principes généraux de l'évacuation, que faire face à un début d'incendie,
- rôles du guide file et du serre file, évacuation du personnel,
- l'alerte/informations à transmettre, vos consignes incendie,
- les classes de feu, les principes et moyens d'extinction,
- les agents extincteurs, les différents types d'extincteurs,
- principes de fonctionnement d'un extincteur,
- exercices pratiques d'extinction d'un feu sur un générateur de flamme à gaz sécurisé,
- exercice pratique d'évacuation ou simulation d'évacuation Protection pour éviter le suraccident, examen de la victime, alerte des services de secours.
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites,
- les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé,
- les facteurs de risques et de sollicitation,
- l'analyse des déterminants (différents éléments d'une situation de travail),
- les principes de sécurité physique et d'économie d'effort,
- principes de sécurité physique et d'économie d'effort selon les activités des opérateurs/trices,
- manipulation de charges de natures diverses,
- initiation aux techniques d'entretien corporel (diminuer les tensions musculaires et renforcer les muscles).

## Modalités pédagogiques

- Exposé théorique, vidéos. Exercice pratique d'extinction d'un feu sur un générateur de flamme à gaz sécurisé avec des extincteurs de formation à eau pulvérisée et des extincteurs de formation CO2 : prévoir un espace extérieur dégagé.
- Si incompatibilité : plan vigipirate , présence du public/voie publique, risque d'incendie...: utilisation uniquement des extincteurs de formation, sans générateur de flamme.
- Exercice pratique ou simulation d'évacuation (1 exercice/simulation). Exercices sur études de cas pour la manutention manuelle de charge et des manipulations difficiles et répétées ou à travailler en position statique. Retours d'expériences.

## Modalités d'évaluation et de suivi

Feuille d'émargement ou / et attestation de compétence. Formation inscrite sur le registre de sécurité (incendie). Compte rendu d'exercice d'évacuation (sur demande).

## Profil du formateur

La formation est dispensée par un moniteur agréé en sécurité incendie, agent SSIAP/formateur sauveteur. Secouriste du Travail (SST).

## Informations complémentaires

## Les plus

L'organisme de formation continue des équipements techniques du bâtiment

● Réglementaires - Obligatoires ● Techniques Métiers ● Management d'affaires et d'équipes ● Transition énergétique et numérique

Retrouvez l'ensemble des formations sur [www.afortech.com](http://www.afortech.com)

10 rue du Débarcadère 75852 Paris Cedex 17 - Tél. 01 40 55 14 14 - Fax : 01 40 55 14 15 - N°Siret : 434 505 921 00016 - Code NAF : 9499Z

Certifié  
QUALIOPI



## Prochaines sessions

**L'organisme de formation continue des équipements techniques du bâtiment**

 Réglementaires - Obligatoires  Techniques Métiers  Management d'affaires et d'équipes  Transition énergétique et numérique

Retrouvez l'ensemble des formations sur [www.afortech.com](http://www.afortech.com)

10 rue du Débarcadère 75852 Paris Cedex 17 - Tél. 01 40 55 14 14 - Fax : 01 40 55 14 15 - N°Siret : 434 505 921 00016 - Code NAF : 9499Z

Certifié  
QUALIOP1

