CATALOGUE DES FORMATIONS

DEFIS Formation

SOMMAIRE

- Sauveteur Secouriste du Travail (SST) p.2

- Action de préparation aux CACES R489 p.3

- Action de préparation aux CACES R482 p.4

- Montage/Démontage d'échafaudage fixe et roulant p.5

- Réception d'échafaudage fixe et roulant p.6

- Français Langue étrangère en Atelier Chantier d'Insertion p.7

DEFIS FORMATION

04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

DEFIS Formation

SST
SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

FORMATEURS HABILITÉS
Marwan ALSHIBEL
Clément SAUVAGE
Jessica LOUET
Florianne HAUDECOEUR
Steven WAMBACH

PUBLICS
Tous publics

PRÉREQUIS
Aucun

DURÉE
2 journées de 7h (total 14h)
ou 3 journées de 6h (total 18h)
MAC : 1 journée de 6h

DELAI
Contact dans les 7 jours

GROUPES
8 à 12 personnes

TARIF
Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

DATES & LIEUX
Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

CONTACT HANDICAP
DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 16/06/2026

OBJECTIFS

- Dispenser les premiers secours en cas d'accident du travail et participer activement à la prévention en entreprise.
- Être en capacité d'organiser les moyens de secours dans la structure (art. R4224-16) .
- Identifier, analyser et rendre compte des risques
- Adhérer aux règles de Sécurité.

CONTENUS

Conforme au programme national défini par la CNAMTS avec l'INRS (Circulaire CIR-53/2007)

Identification des dangers persistants pour protéger et prévenir.
Formation générale à la prévention, protection après un accident.
Examiner la victime, alerter.
Informer la hiérarchie des dangers repérés et des actions mises en œuvre.
Secourir (saignement abondant, étouffement, malaises, brûlures, traumatismes ou fractures supposées, plaie ne saignant pas abondamment, inconscience, arrêt cardio-respiratoire).
Situations inhérentes aux risques spécifiques sur avis du **médecin du travail.**

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthodes d'animation basées sur une participation active.
- Formation pratique et mises en situation d'accidents simulés tirées de l'activité professionnelle.
- Supports pédagogiques audiovisuels conçus pour un public peu ou pas lecteur.
- Aide mémoire INRS des conduites à tenir rappelant les gestes de secours remis aux stagiaires.

ÉVALUATIONS / VALIDATIONS

- Evaluation continue lors des séquences d'apprentisage des gestes de secours et des mises en situations d'accidents simulés.
- Certificat SST (SSTC).
- Attestation de compétences.
- Maintien et Actualisation des Compétences (MAC) nécessaire **tous les 2 ans pour conserver le SST.**

DEFIS FORMATION
04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

ACTION DE PRÉPARATION AU PASSAGE DU CACES R489

OBJECTIFS

- Adopter une méthodologie de recherche pour préparer l'entrée en formation CACES R489.
- Acquérir le vocabulaire technique mobilisé lors de la formation CACES R489.
- Acquérir des connaissances préalables relatives à la sécurité d'une conduite de chariots de manutention automoteurs à conducteur porté.
- Lire un tableau de charge.
- Identifier et verbaliser les éléments qui faciliteront les apprentissages lors de la formation CACES R489.

CONTENUS

- Méthodologie pour préparer la formation CACES R489.
- Posture d'apprenant.
- Enjeux et buts du CACES R489.
- Les différents chariots de manutention automoteurs à conducteur porté.
- Prévention et conduite à tenir lors des problèmes de sécurité.
- Acteurs de prévention.
- Pictogramme de sécurité.
- Composition et éléments d'un chariot de manutention automoteurs à conducteur porté.
- Prise de poste.
- Règles de conduite.
- Préparation au test théorique.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance entre méthode inductive et déductive.

ÉVALUATIONS / VALIDATIONS

Quiz et questions ouvertes.

VECTEUR D'APPRENTISSAGE

FORMATEUR
Marwan AL SHIBEL

PUBLICS
Salariés de SIAE

PRÉREQUIS
Français lu, écrit, parlé.
Être Inscrit sur une session de CACES R489.

DURÉE
2 journée de 7h
(total 14h)

DELAI
Contact dans les 7 jours

GROUPES
9 personnes

TARIF
Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

DATES & LIEUX
Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

CONTACT HANDICAP
DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 16/06/2026

DEFIS FORMATION

04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

ACTION DE PRÉPARATION AU PASSAGE DU CACES R482

OBJECTIFS

- Adopter une méthodologie de recherche pour préparer l'entrée en formation CACES R482.
- Acquérir le vocabulaire technique mobilisé lors de la formation CACES R482.
- Acquérir des connaissances préalables relatives à la sécurité d'une conduite des engins de chantier.
- Identifier et verbaliser les éléments qui faciliteront les apprentissages lors de la formation CACES R489.

CONTENUS

- Méthodologie pour préparer la formation CACES R482.
- Posture d'apprenant.
- Enjeux et buts du CACES R482.
- Les différents engins de chantier.
- Prévention et conduite à tenir lors des problèmes de sécurité.
- Acteurs de prévention.
- Pictogramme de sécurité.
- Composition et éléments d'un chariot de manutention automoteurs à conducteur porté.
- Lecture d'abaques.
- Connaissance des masses volumiques.
- Réseaux enterrés.
- Prise de poste.
- Règles de conduite.
- Préparation au test théorique.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance entre méthode inductive et déductive.

ÉVALUATIONS / VALIDATIONS

Quiz et questions ouvertes.

VECTEUR D'APPRENTISSAGE

FORMATEUR
Marwan AL SHIBEL

PUBLICS
Salariés de SIAE

PRÉREQUIS
Français lu, écrit, parlé.
Être Inscrit sur une session de CACES R482.

DURÉE
2 journées de 7h
(total 14h)

DELAI
Contact dans les 7 jours

GROUPES
9 personnes

TARIF
Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

DATES & LIEUX
Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

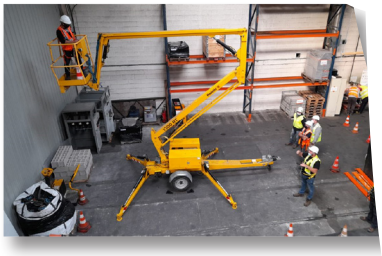
CONTACT HANDICAP
DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 16/06/2026

DEFIS FORMATION
04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

DEFIS Formation

FAIRE S'ACCOMPLIR FAIRE









APPRENDRE

ÉCHAFAUDAGE
MONTAGE / DÉMONTAGE FIXE ET ROULANT

OBJECTIFS

- Acquérir les connaissances et les savoir-faire afin de monter/démonter ou utiliser en toute sécurité un échafaudage.
- Connaître les règles de prévention nécessaires au montage et à l'utilisation d'échafaudages conformément au décret 2004-924 du code de travail et aux recommandations R408 et R457 de la CNAMTS.
- Avoir conscience des risques spécifiques du travail en hauteur et adhérer aux règles de Sécurité.

Conforme au programme national défini par la CNAMTS avec l'INRS (circulaire CIR-53/2007)

CONTENUS

L'analyse des risques
Statistiques d'accidents
Principaux risques d'accidents

La règlementation
Recommandation R.408 de la CNAMTS/Décret 01/09/04/ arrêté de 21/12/04/Décret du 08/01/65/arrêté du 09/06/93/arrêté du 02/12/98.

Sécurité
Utilisation des équipements de protection individuelle (EPI) et de protection collective/Les conditions météorologiques (vent, orage, etc…)/ Surcharge Signalisation/Conduite à tenir en cas d'accident.

Structure d'un échafaudage
Les éléments constitutifs/ Technologies utilisées.

Règles de montage et d'utilisation
Les précautions à prendre avant montage : implantation, stabilité, rigidité, résistance, accès/ Démontage, stockage

Documents de montage et d'utilisation
Dessin de montage, calcul de répartition des charges au sol/Accès interdit à toutes personnes étrangères au montage ou démontage/ Procès-verbal de réception/Charges d'exploitation/Registre de sécurité/ Rapport de vérification.

Exercices théoriques
Dessin de montage/Calcul de répartition des charges au sol

Exercices pratiques
Montage/démontage d'un échafaudage (fixe) suivant plusieurs configurations/ Utilisation des EPI.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé, échange.
- Visualisation des situations de travail.
- Exercices pratiques dans les conditions réelles d'utilisation.
- Aide mémoire de la CRAM et recommandation de la R408,R457.
- Exercice théorique « compléter les éléments d'échafaudage ».

ÉVALUATION VALIDATION

- Evaluation théorique (QCM) et pratique (grille de notation).
- Attestation de formation professionnelle .

DEFIS FORMATION

04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

VECTEUR D'APPRENTISSAGE

FORMATEUR
Frederick GUILLAUME

PUBLICS
Salariés de SIAE

PRÉREQUIS
aucun

DURÉE
2 journées de 7h
(total des 2 modules 21h)

DELAI
Contact dans les 7 jours

GROUPES
8 à 10 personnes

TARIF
Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

DATES & LIEUX
Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

CONTACT HANDICAP
DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 16/06/2026

ÉCHAFAUDAGE RÉCEPTION D'ÉCHAFAUDAGE FIXE ET ROULANT

OBJECTIFS

- Acquérir les connaissances et les savoir-faire afin de vérifier un échafaudage.
- Connaître les règles de prévention nécessaires au montage et à l'utilisation d'échafaudages conformément au décret 2004-924 du code de travail et aux recommandations R408 et R457 de la CNAMTS.
- Pouvoir réaliser des procès verbaux de réception.

CONTENUS

Conforme au programme national défini par la CNAMTS avec l'INRS (circulaire CIR-53/2007)

L'analyse des risques.
Responsabilités du vérificateur.
Adéquation de l'échafaudage.
Contraintes spécifiques du site.
Identification des points de contrôle se rapportant à la réglementation ainsi qu'aux règles de montage et d'utilisation.
Stabilité et résistance des appuis aux charges verticales.
Eléments assurant la résistance aux charges verticales.
Eléments assurant la résistance aux charges horizontales.
Conformité des niveaux de travail.
Conformité des accès et des protections collectives.
Consignes d'utilisation.
Rédaction d'un rapport de vérification.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exposé, échange.
- Remplir un PV de vérification de mise en service et journalier.
- Exercices pratiques dans les conditions réelles d'utilisation.
- Aide mémoire de la CRAM et recommandation de la R408,R457.

ÉVALUATION VALIDATION

- Evaluation théorique (QCM) et pratique (PV de vérification).
- Attestation de formation professionnelle .

DEFIS FORMATION

04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52

VECTEUR D'APPRENTISSAGE

FORMATEUR
Frederick GUILLAUME

PUBLICS
Salariés de SIAE

PRÉREQUIS
aucun

DURÉE
1 journée de 7h
(total des 2 modules 21h)

DELAI
Contact dans les 7 jours

GROUPES
8 à 10 personnes

TARIF
Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

DATES & LIEUX
Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

CONTACT HANDICAP
DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 16/06/2026

Français Langue étrangère en atelier chantier d'insertion

Objectifs

- Développer les compétences linguistiques en Français nécessaires aux situations professionnelles et aux situations de formation en chantier d'insertion.

Contenus

Module 1 - Production - 60 heures

- Se présenter, dialoguer et faire connaissance avec les collègues (A1.1 vers A2).
- Comprendre, reformuler et exécuter des consignes de travail.
- Décrire gestes et activités professionnelles (A1.1 vers B1).
- Communiquer en situation de production : transmettre messages, rendre copte oralement et par écrit (A2 vers B.1).
- remplir des écrits professionnels et appliquer les règles de sécurité.

Module 2 - Accompagnement socio-professionnel - 60 heures

- Exprimer son projet et ses compétences professionnelles (A1.1 vers B1).
- Développer la communication dans les situations quotidiennes et professionnelles.
- Dialoguer avec les accompagnateurs/trices et relier projet professionnel et relier projet professionnel et compétences acquises.

Module 3 - Formation et certification - 30 heures

- Se préparer à la formation SST et à la certification Salarié Polyvalent (A2 vers B1).
- Développer une posture d'»apprenance» pour suivre des formations en salle et sur chantier.

Méthodes pédagogiques

- Exploitation pédagogique de situations réelles (sur le chantier et en atelier en salle) et simulées.
- Supports audio/vidéo et documents authentiques.
- Jeux de rôle et activités interactives.
- Exercices et remédiations grammaticales et phonétiques individualisées.

Évaluations / validations

- Evaluation des acquis à partir du Cadre Européen Commun de Références pour les langues et du livret «Compétences Clés - Comportements et savoirs de base» (Chantier école).
- Evaluation des 4 activités langagières (compréhension/productions orales et compréhension/productions écrites) contextualisée à des situations de la vie courante et aux attendus en atelier chantier d'insertion.

Formateurs habilités

Marwan AL SHIBEL

Publics

Salariés en chantier d'insertion

Prérequis

Aucun

Durée

150 heures

Delai

Contact dans les 7 jours

Groupes

10 personnes

Tarif

Coût horaire/stagiaire :
Contactez DEFIS FORMATION

Dates & lieux

Contactez DEFIS FORMATION
06.74.84.66.43
Sur tout le territoire national

Contact handicap

DEFIS FORMATION
Marwan AL SHIBEL
06.71.14.29.42
marwan.alshibel@defis521.fr

Actualisation le 07/07/2026

DEFIS FORMATION

04, Rue de l'Ormeau - 52360 LECEY
N° déclaration d'activité : 21 52 00350 52