

## PROGRAMME

Cette formation permet aux participants de comprendre les dangers de l'électricité basse tension et d'acquérir les réflexes de sécurité indispensables pour travailler en sécurité dans un environnement électrique, sans réaliser d'actes électriques.

**Public concerné** : Toute personne amenée à intervenir à proximité d'un environnement électrique

**Prérequis** : Aucun.

**Durée** : 7h00 quel que soit l'effectif de l'établissement.

**Composition du groupe** : de 2 à 12 personnes.

### **Objectifs pédagogiques** :

- Comprendre les effets du courant électrique sur le corps humain et les risques associés.
- Connaître les domaines de tension, les zones d'environnement et les distances de sécurité.
- Identifier les limites strictes de son habilitation B0 et ce qui lui est interdit.
- Adopter les comportements de sécurité appropriés dans un environnement électrique.
- Savoir réagir efficacement en cas d'accident électrique (PAS : Protéger, Arrêter, Secourir)

### **Méthodes et moyens**

#### **pédagogiques** :

- Apports théoriques illustrés et réflexion de groupe animée par le formateur
- Présentation interactive (diaporama, vidéos pédagogiques sur les accidents électriques)
- Études de cas concrets issus du terrain
- Exercices pratiques d'identification des zones et des risques
  - Quiz et auto-évaluation des acquis

### **Suivi de la formation** :

- Feuille d'émargement par ½ journée

#### **Modalité d'évaluation des acquis** :

- Auto-évaluation
- Exercice et travaux pratiques d'évaluation

#### **Documentation** :

- Remise d'un livret aux stagiaires (papier ou numérique) ainsi qu'un support digital avec de nombreux outils et modèles

### **NOS ENGAGEMENTS** :

- ✓ Fiche d'émargement des stagiaires (par ½ journée)
- ✓ Information donnée à l'entreprise 6 mois avant la date du recyclage
- ✓ Evaluation des acquis des stagiaires (tout au long de la formation et au travers de la partie pratique)
- ✓ Support d'évaluation individuelle de la satisfaction de la formation par les apprenants
- ✓ Attestation nominative de suivi de la formation

**Référence réglementaire : Norme NF C 18-510 et Publication UTE C 18-510-1 :**

## PROGRAMME (suite)

**PARTIE THÉORIQUE 70%**

**PARTIE PRATIQUE 30%**

### LES DANGERS DE L'ÉLECTRICITÉ

- Effets du courant électrique sur le corps humain : seuils de perception, tétanisation, fibrillation ventriculaire
- Les risques électriques : électrisation, électrocution, brûlures électriques, arc électrique, incendie
- Les domaines de tension : TBT, BT, HTA, HTB – définitions et exemples concrets
- Les zones d'environnement électrique (zones 0 à 4) et leur signification pratique
- Distances de sécurité : DMA, DL, DLI – comment les respecter sur le terrain

### LE CADRE RÉGLEMENTAIRE B0

- La norme NF C 18-510 et la publication UTE C 18-510-1 : champ d'application
- Le titre d'habilitation B0 : définition, portée, délivrance par l'employeur
- Rôles et responsabilités : employeur, chargé de travaux, exécutant non électricien
- Les instructions permanentes de sécurité (IPS) et le carnet de prescriptions

### OPÉRATIONS AUTORISÉES ET INTERDITES EN B0

- Ce que peut faire un B0 : travaux mécaniques, peinture, nettoyage, manutention en zone électrique
- Ce qui est strictement interdit : tout acte sur les installations électriques, retrait de balisage
- Respect des consignations, du balisage et de la signalisation
- Communication obligatoire avec le chargé de travaux avant et pendant l'intervention

### LES ACTIONS CORRECTIVES ET PREVENTIVES

- EPI adaptés à l'environnement électrique : casque, chaussures de sécurité, vêtements adaptés
- Outillage et matériels de sécurité fournis par le chargé de travaux
- Balisage et signalisation : rôle, respect et interdiction d'y toucher
- Vérification visuelle de l'état du matériel avant utilisation

### MISE EN SITUATION ET ETUDE DE CAS

- Reconnaître une situation d'urgence électrique
- NE PAS toucher une victime sous tension : risque de sur-accident
- Couper le circuit : procédure de mise hors tension d'urgence si possible
- Protéger, Alerter, Secourir (PAS) : les 3 réflexes fondamentaux