

|                                                                                                                                                           |                               |                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| <b>Centre Formation Fibre Optique</b><br>41 avenue de Lattre de Tassigny<br>93800 EPINAY SUR SEINE<br>Email : contact-idf@cffo.fr<br>Tel : 01.82.06.32.07 | <b>Programme de formation</b> | R1-01             |
|                                                                                                                                                           |                               | Version N°1       |
|                                                                                                                                                           |                               | Date : 27/11/2024 |
|                                                                                                                                                           |                               | Page 1 sur 3      |

# Habilitation Électrique B0-H0/H0V et BS/BE Manœuvre

**Durée : 2 jours (14 heures)**

**Tarif : 590€**

**Prérequis : Pas de prérequis exigés**

**Public visé**

- Personnel non électricien ou électricien effectuant des travaux simples (opérations d'ordre non électrique) ou réalisant des manœuvres sur des installations électriques.

**Modalités d'accès :**

Pour répondre à votre projet de formation,  
ou par courriel : [contact-idf@cffo.fr](mailto:contact-idf@cffo.fr)

:

Formation CPF : 15 jours de rétractation à la signature

Formation continue hors CPF et apprentissage Voir dates des prochaines sessions sur site internet :

<https://cffo.fr/>

**Accessibilité au personnes Handicapés :**

Si vous êtes en situation de handicap, merci de bien vouloir le signaler à nos équipes dès la première prise de contact, pour

que nous puissions vous accueillir au mieux.

CFFO est en mesure de mobiliser le référent « Ressource Handicap Formation »

M. Aliouche Nordine.

Pour étudier d'éventuelles solutions de compensation afin de sécuriser l'ensemble du parcours de formation.

Accessibilité pour les personnes en situation de handicap : les lieux d'accueil et de formation de CFFO sont

Conformes à la réglementation ERP, pour l'accueil de personne en situation de handicap.

**Objectifs de la formation**

- Identifier les dangers liés à l'électricité et les précautions nécessaires.
- Acquérir les connaissances pour effectuer des manœuvres en sécurité.
- Savoir réaliser des interventions élémentaires en respectant les procédures de sécurité.

|                                                                                                                                                           |                               |                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| <b>Centre Formation Fibre Optique</b><br>41 avenue de Lattre de Tassigny<br>93800 EPINAY SUR SEINE<br>Email : contact-idf@cffo.fr<br>Tel : 01.82.06.32.07 | <b>Programme de formation</b> | R1-01             |
|                                                                                                                                                           |                               | Version N°1       |
|                                                                                                                                                           |                               | Date : 27/11/2025 |
|                                                                                                                                                           |                               | Page 2 sur 3      |

## Contenue

### **Jour 1 : Théorie et Prise de Conscience des Risques (7 heures)**

#### **1) Introduction à la formation**

- Objectifs et enjeux de l'habilitation électrique.
- Présentation des niveaux d'habilitation B0-H0/H0V et BS/BE.

#### **2) Notions élémentaires de l'électricité**

- Définitions et principes de base.
- Effets du courant électrique sur le corps humain.

#### **3) Réglementation et normes de sécurité électrique**

- Norme NF C 18-510 et cadre réglementaire.
- Rôles et responsabilités des personnes habilitées.

#### **4) Analyse des risques électriques**

- Identification des risques spécifiques.
- Protection collective et individuelle : équipements de protection.

#### **5) Interventions générales en sécurité**

- Consignation des installations : procédure et objectifs.
- Déroulement des interventions BS/BE manœuvre.

### **Jour 2 : Mises en Pratique et Exercices Applicatifs (7 heures)**

#### **1) Présentation des équipements et dispositifs de sécurité**

- Vérification des EPI et des équipements de travail.
- Utilisation des outils et dispositifs de protection.

#### **2) Mises en situation : interventions élémentaires**

- Exercices pratiques : simulations de manœuvres sur maquettes.
- Cas concrets d'interventions simples sur installations hors tension.

#### **3) Gestes de premiers secours en cas d'accident électrique**

- Réagir efficacement en situation d'urgence.
- Exercices pratiques de mise en sécurité.

|                                                                                                                                                           |                               |                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| <b>Centre Formation Fibre Optique</b><br>41 avenue de Lattre de Tassigny<br>93800 EPINAY SUR SEINE<br>Email : contact-idf@cffo.fr<br>Tel : 01.82.06.32.07 | <b>Programme de formation</b> | R1-01             |
|                                                                                                                                                           |                               | Version N°1       |
|                                                                                                                                                           |                               | Date : 27/11/2025 |
|                                                                                                                                                           |                               | Page 3 sur 3      |

#### 4) Opérations de manœuvre BS/BE

- Réalisation de manœuvres en toute sécurité.
- Démonstration et répétition des gestes techniques.

#### 5) Évaluation des connaissances et des compétences

- Test théorique : QCM pour vérifier la compréhension des règles de sécurité.
- Validation pratique : évaluation des gestes techniques sur maquettes.

### Modalités pédagogiques

- **Méthodes** : Alternance entre théorie et pratique, mises en situation concrètes.
- **Supports pédagogiques** : Documents de formation, vidéos, maquettes et équipements de sécurité.
- **Évaluation** : Tests de connaissance et démonstrations pratiques.

### **Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation**

- Taux de satisfaction (Questionnaire de satisfaction à chaud)
- Taux insertion professionnelle (Questionnaire de satisfaction à +3 mois)

### Certification

- Remise d'une attestation de formation conforme à la norme NF C 18-510.
- Certification délivrée après validation des acquis théoriques et pratiques.