

## Public

- Salariés, demandeurs d'emploi, intérimaires

## Prérequis

- Avoir au moins 18 ans
- Aptitude médicale au port de charge

## Modalités d'admission

- Aucune en dehors des prérequis

## Durée

- 350 heures dont :
  - 315h de formation
  - 35h de session de validation

## Effectif

- Maximum : 10 participants

## Modalités et méthodes pédagogiques

- Présentiel. Cette formation nécessite des déplacements dans le cadre du compagnonnage.
- En langue française
- Alternance de séances de face à face, individualisation, activités en autonomie, simulation, ludo-pédagogie, ...

## Qualité des formateurs

- Formateurs experts métier ayant validé un parcours de qualification pédagogique

## Documents remis

- Attestation de formation

*Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent Handicap local afin d'étudier les possibilités de suivre la formation*

## Nous contacter

[www.aftral.com](http://www.aftral.com)

0809 908 908



## COMPAGNON DEMENAGEUR

### Objectifs généraux

- ◆ Mettre en œuvre les techniques et modalités d'une opération de déménagement
- ◆ Gérer la relation client et les formalités administratives liées à l'opération de déménagement

### Les plus de la formation

- ◆ Des intervenants qualifiés, aux compétences techniques et pédagogiques actualisées
- ◆ Des moyens matériels performants et innovants
- ◆ Une formation active et inter active avec des cas pratiques
- ◆ Inclue les formations réglementaires adaptées et répondant aux obligations réglementaires de la profession du déménagement
- ◆ Remise d'une documentation complète et ciblée

### Mode d'évaluation des acquis

- ◆ Evaluation au fur et à mesure de la progression
- ◆ Evaluation finale sanctionnée par le passage d'un examen

### Validation

- ◆ Certification Compagnon déménageur
- ◆ Sans niveau spécifique
- ◆ Possibilité de valider un/des blocs de compétences : Oui
- ◆ Equivalences, passerelles, débouchés : <https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/41714/>
- ◆ Code RNCP : 41714
- ◆ Certificateur : AFTRAL (date de décision : 27/11/2025)
- ◆ Code Certif Info : 120123
  
- ◆ Attestation monte-meubles
- ◆ Attestation de prévention des risques et hygiène de vie en déménagement
- ◆ Habilitation électrique BS / BE Manoeuvre

### Agrément

- ◆ Sans objet

## PROGRAMME

Ce programme intègre les produits :

- Prévention des risques et hygiène de vie dans les activités du déménagement (PSDE01)
- Initiation : Installation et utilisation d'un monte-meubles (PADE22)
- Préparation à l'habilitation électrique BS Chargé d'intervention élémentaire (PSEI15)
- Préparation à l'habilitation électrique BE Manœuvre (PSEI13)

N° SEQUENCE		DUREE
0	<b>Identifier les objectifs et étapes de la formation</b>	/
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Vérification du respect des prérequis</li> <li>▪ Présentation du centre, de l'équipe pédagogique et des moyens matériels</li> <li>▪ Présentation de la formation</li> <li>▪ Modalités pratiques</li> <li>▪ Tour de table</li> <li>▪ Evaluation d'auto-positionnement</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
1	<p><b>Prévenir les risques liés aux activités physiques au cours des opérations de déménagement par la mise en œuvre des principes de sécurité physique et d'économie de l'effort</b></p> <p><b>Adopter une hygiène de vie compatible avec l'exercice du métier de déménageur (PSDE01)</b></p>	14 h 00
<p><b>Connaitre les risques liés aux activités physiques au cours des opérations de déménagement</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Eléments statistiques des accidents du travail et des maladies professionnelles dans le secteur du déménagement</li> <li>▪ Notions d'anatomie du corps humain et des mécanismes de déclenchement des lésions causées par les mauvaises postures (manutention et conduite)</li> <li>▪ Remise de la plaquette INRS</li> <li>▪ Principes de sécurité physique et d'économie d'effort</li> </ul> <p><b>Mettre en œuvre des principes de sécurité physique et d'économie de l'effort</b></p> <p><b>Application pratique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Porter des Equipements de Protection Individuelle</li> <li>▪ Adopter le geste ou la position de sécurité pour l'exécution des manutentions</li> <li>▪ Organiser des manutentions</li> <li>▪ Utiliser le matériel auxiliaires de manutention</li> </ul> <p><b>Adopter une hygiène de vie compatible avec l'exercice du métier de déménageur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hygiène alimentaire (régularité des repas, équilibre alimentaire, risques liés au surpoids)</li> <li>▪ Sommeil (importance, cycles du sommeil, troubles, dette de sommeil, conséquences sur l'activité professionnelle)</li> <li>▪ Médicaments : classification (pictogrammes), effets et risques, dangers de l'automédication</li> <li>▪ Prévention des addictions, conséquences sur la vie professionnelle et personnelle (tabac, alcool, stupéfiants)</li> </ul> <p><b>Application pratique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Détermination de l'IMC</li> <li>▪ Calcul d'alcoolémie</li> </ul> <p>Simulation des effets de l'alcool sur le champ de vision et l'appréciation des distances en effectuant en parcours imposé éventuellement avec les bras chargés (le formateur veillera à la sécurité des stagiaires)</p>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Aire d'évolution et matériel de manutention (planche à roulette, transpalette, diable, cartons standards, mobilier)  Lunettes de prévention des addictions

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>2</b>	<b>Préparer la prestation de déménagement</b>	<b>14 h 00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Préparer le véhicule, les équipements et le matériel en tenant compte des spécificités des documents de transport et des directives du chef d'équipe pour réaliser l'opération de déménagement adaptée aux attentes du client en respectant l'identité et l'image de l'entreprise</li> <li>Vérifier la présence, la validité des documents administratifs ainsi que le bon état de fonctionnement du véhicule et du matériel de levage en réalisant des contrôles visuels et des essais et en signalant les éventuels dysfonctionnements afin de garantir le respect de la réglementation, de l'environnement et des consignes de sécurité</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Véhicule de déménagement  Matériel de déménagement  Ordre de mission

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>3</b>	<b>Réaliser les opérations de manutention de déménagement et d'emménagement</b>	<b>126 h 00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Réaliser la protection et le conditionnement de biens fragiles ou non en sélectionnant et en utilisant les consommables et équipements appropriés dans le but de préserver leur intégrité, d'éviter le gaspillage et d'optimiser les coûts</li> <li>Effectuer le démontage des mobiliers en tenant compte de leurs spécificités, des notices et du savoir-faire transmis afin de faciliter leur manutention, leur transport, leur remontage et garantir la sécurité des biens et des personnes</li> <li>Manipuler des objets et du mobilier en respectant les règles d'hygiène de vie et les principes de prévention des risques physiques dans le contexte de travail en équipe afin d'assurer le déplacement sécurisé des biens</li> <li>Réaliser l'opération de chargement en sécurisant la zone en tenant compte des risques liés aux déplacements de biens et en optimisant le volume et la répartition dans le véhicule afin de réduire le risque d'accident du travail et de faciliter les opérations de déchargement</li> <li>Effectuer le déchargement et l'aménagement du lieu en prenant en compte les indications clients et l'éthique du déménageur pour veiller à la conformité de la prestation, à la satisfaction et au bien-être du client</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Véhicule capitonné de déménagement  Ensemble de mobilier d'au moins 25 m <sup>3</sup>  Ensemble d'objets et vaisselles  Ensemble d'objets non fragiles  Matériel professionnel de déménagement,  Matériel consommable de déménagement  Hall Technique de déménagement, d'une surface minimum de 10 m <sup>2</sup> par stagiaire

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>4</b>	<b>Contrôler, renseigner les différents documents</b>	<b>21 h 00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Renseigner les documents administratifs conformément à la réglementation en vigueur afin de les transmettre au client pour signature et réaliser ou vérifier le règlement final</li> <li>Signaler les anomalies dès leurs survenues au déménagement ou à l'emménagement en complétant les documents obligatoires afin de respecter la réglementation en vigueur et de défendre les intérêts de l'entreprise</li> <li>Renseigner quotidiennement ses activités dans le livret individuel de contrôle au format papier ou via l'application dédiée afin de transmettre à sa hiérarchie et au service RH les éléments nécessaires à la rémunération et au respect des obligations sociales</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Documents de suivi conducteur, déménageur  Lettre de voiture de déménagement, ordre de mission

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>5</b>	<b>Terminer la mission</b>	<b>7 h 00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Inventorier le matériel ainsi que les consommables en vérifiant leur état, leur recyclabilité et en signalant tout dysfonctionnement au chef d'équipe pour faciliter le réassort et la préparation de la prochaine prestation</li> <li>Remettre en état le véhicule en le nettoyant et en appliquant la procédure de maintenance de l'entreprise afin d'assurer son bon fonctionnement et préserver l'image de marque de l'entreprise</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Véhicule capitonné de déménagement  Hall technique de déménagement  Matériel de déménagement

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
6	<b>Installer et utiliser un monte-meubles en sécurité selon la recommandation R 458 (PADE22)</b>	<b>21 h 00</b>
<b>Acquisition des connaissances permettant la mise en œuvre et l'utilisation d'un monte-meubles en respectant la réglementation, en préservant le matériel et en appliquant les consignes de sécurité</b>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Appliquer la Réglementation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Risques liés à mise en œuvre et à l'utilisation d'un monte-meuble</li> <li>▪ Principaux textes réglementaires</li> <li>▪ Responsabilité de l'utilisateur</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Appréhender la technologie relative à un monte-meuble</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Différents organes, caractéristiques, différents types de monte-meubles</li> <li>▪ Plaque de charge</li> <li>▪ Dispositifs de commandes</li> <li>▪ Vérifications périodiques et entretien</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Appliquer les consignes de mise en œuvre et d'utilisation du monte-meubles</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conformité et notice constructeur</li> <li>▪ Port des EPI</li> <li>▪ Vérifications et essais</li> <li>▪ Règles d'installation du monte-meubles</li> <li>▪ Consignes d'utilisation</li> <li>▪ Interdictions</li> <li>▪ Modalités de désinstallation en vue du transport</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Utiliser un monte-Meuble</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adéquation du monte-meuble à l'opération envisagée</li> <li>▪ Vérifications et essais de prise de poste</li> <li>▪ Exercice de mise en place</li> <li>▪ Chargement de la nacelle</li> <li>▪ Maniement des commandes</li> <li>▪ Désinstallation du monte-meuble et mise en place pour circulation routière</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Test théorique et pratique des acquis de la formation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Evaluation pratique</li> <li>▪ Evaluation théorique</li> </ul> </li> </ul>		Salle équipée d'un ensemble multimédia  Monte-meuble Façade d'appui  Charges

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
7	<b>Acquérir les savoirs et savoir-faire nécessaires pour réaliser en sécurité des interventions élémentaires sur des installations électriques en basse tension conformément à la norme NF C 18-510 (PSEI15)</b>	<b>14 h 00</b>
<b>Acquérir les savoirs et savoir-faire nécessaires pour réaliser en sécurité les opérations d'ordre non électrique</b>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'appartenance des matériels à leurs domaines de tension</li> <li>▪ Identification des limites et les zones d'environnement</li> <li>▪ Lecture et exploitation du contenu d'un titre d'habilitation</li> <li>▪ Reconnaissance de la zone de travail ainsi que les signalisations et repérages associés</li> <li>▪ Bonne mise en œuvre de son matériel et de ses outils</li> <li>▪ Procédures et consignes en cas d'accident corporel ou d'incendie dans un environnement électrique</li> <li>▪ <b>Acquérir les savoirs et savoir-faire nécessaires pour réaliser en sécurité les opérations spécifiques à l'habilitation BS, « intervention BT élémentaire »</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identification du chargé d'exploitation électrique et échange des informations nécessaires</li> <li>▪ Respect des instructions données par le chargé d'exploitation électrique</li> <li>▪ Compte rendu de son activité</li> <li>▪ Reconnaissance des matériels électriques du domaine de tension BT et TBT dans leur environnement</li> <li>▪ Identification, vérification et usage des EPI appropriés</li> </ul> </li> </ul>		Salle de cours Matériel Electrique  Outillage

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Réalisation de la mise hors tension pour son propre compte (pré-identification, séparation, condamnation)</li> <li>▪ Vérification d’Absence de Tension (VAT)</li> <li>▪ Réalisation d’une remise sous tension</li> <li>▪ Délimitation et signalement de la zone d’intervention</li> <li>▪ Respect des règles et des instructions de sécurité</li> <li>▪ Préparation, organisation et mise en œuvre des règles de sécurité lors d'une intervention de remplacement d’un fusible, d’une lampe ou d’un accessoire</li> <li>▪ Préparation, organisation et mise en œuvre des règles de sécurité lors d'une intervention de raccordement hors tension</li> <li>▪ Analyse des risques préalablement à chaque situation de travail</li> <li>▪ Analyse des risques pour une situation donnée et correspondant à l’habilitation visée</li> </ul>	
--	--

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
8	<b>Acquérir les savoirs et savoir-faire nécessaires pour réaliser en sécurité des manœuvres d’exploitation ou des manœuvres d’urgence sur des installations électriques conformément à la norme NF C 18-510 (PSEI13)</b>	14 h 00
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Acquérir les savoirs et savoir-faire communs aux opérations d’ordre non électrique</b></li> </ul> <p><i>Thèmes communs</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grandeurs électriques rencontrées lors des différentes opérations</li> <li>▪ Effets du courant électrique sur le corps humain : électrisation, électrocution, brûlure</li> <li>▪ Ouvrages ou installations : domaines de tension, limites et reconnaissances des matériels</li> <li>▪ Zones d’environnement et leurs limites</li> <li>▪ Habilitation : principe, symboles, limites et formalisation</li> <li>▪ Prescriptions de sécurité associées aux zones d’environnement et aux opérations</li> <li>▪ Protection collective : mesures, équipement et signalisation</li> <li>▪ Equipements de travail utilisé : risques et mise en œuvre</li> <li>▪ Conduite à tenir en cas d’accident ou d’incendie sur ou près des ouvrages et installations électriques</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Acquérir les savoirs et savoir-faire spécifiques à l’habilitation BE manœuvre</b></li> </ul> <p><i>Thèmes spécifiques BE manœuvre (savoirs et savoir-faire)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconnaître les matériels électriques du domaine de tension BT et TBT dans leur environnement. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les matériels électriques objet des manœuvres.</li> </ul> </li> <li>▪ Citer les moyens de protection individuelle et leurs limites d’utilisation. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier, vérifier et utiliser les EPI appropriés.</li> </ul> </li> <li>▪ Citer les limites de l’habilitation BE manœuvres (Autorisation et interdits, etc.). <ul style="list-style-type: none"> <li>- Réaliser des manœuvres dans le domaine de tension BT et TBT.</li> </ul> </li> <li>▪ Nommer les informations et documents à échanger ou à transmettre au chargé d’exploitation électrique ou chargé de consignation. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier le chargé d’exploitation électrique ou le chargé de consignation et échanger les informations nécessaires.</li> <li>- Respecter les instructions données par le chargé d’exploitation électrique ou le chargé de consignation.</li> <li>- Rendre compte de son activité.</li> </ul> </li> <li>▪ Enoncer les instructions de sécurité spécifiques aux manœuvres. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter et faire respecter les instructions de sécurité.</li> <li>- Analyser les risques pour une situation donnée et correspondant à l’habilitation visée.</li> </ul> </li> </ul>		<p><b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b></p> <p>Salle de cours</p> <p>Matériel Electrique</p> <p>Outillage</p>

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
9	<b>Apporter une sensibilité particulière lors de la prise en charge d'éléments artistiques, historiques ou de collection auprès des clients et des œuvres à prendre en charge</b>	21 h 00
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identifier les éléments artistiques, historiques, de collection et les œuvres d'art par une écoute attentive du client afin de garantir leur préservation, assurer un traitement adapté et répondre à ses exigences spécifiques en matière de sécurité et de soin</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b> Salle équipée d'un ensemble multimédia
N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
10	<b>Développer son analyse philosophique, ouvrir son esprit, travailler sa réflexion afin d'organiser ses idées permettant d'aborder les situations professionnelles particulières en toute sérénité</b>	21 h 00
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Instaurer une relation de confiance avec le client en étant à son écoute et en faisant preuve d'empathie pour le rassurer et faciliter l'opération de déménagement.</li> <li>▪ Communiquer avec le client en identifiant et en prenant en compte ses points sensibles afin de proposer des méthodes de déménagement adaptées et de garantir le respect des consignes lors de l'installation dans le nouveau logement.</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b> Salle équipée d'un ensemble multimédia
N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
11	<b>Décrire les phénomènes humains qui relèvent des Sciences humaines afin de mieux appréhender la relation humaine d'un point de vue psychologique</b>	14 h 00
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Collaborer efficacement en composant avec les différentes personnalités de l'équipe dont les personnes en situation de handicap dans le respect des valeurs du métier et de l'entreprise pour réaliser la prestation dans un environnement de travail professionnel et rassurant pour le client.</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b> Salle équipée d'un ensemble multimédia
N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
12	<b>Intégrer les valeurs de son métier autour de sa vie personnelle</b>	14 h 00
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Raconter le déménagement et son histoire</li> <li>▪ Expliquer la profession de déménageur et les profils humains qui la compose</li> <li>▪ Expliquer L'essence des valeurs professionnelles</li> <li>▪ Définir le métier passion</li> <li>▪ Valoriser son métier de déménageur dans sa vie privée et professionnelle</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b> Salle équipée d'un ensemble multimédia

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>13</b>	<b>Bien appréhender son parcours de tour de France dans diverses entreprises et s'intégrer au sein de nouvelles équipes</b>	<b>14 h 00</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Expliquer le Tour de France des Compagnons Déménageurs</li> <li>▪ Identifier les entreprises Compagnons et leurs spécificités</li> <li>▪ Préparer sa mobilité, géographie, transport, repères</li> <li>▪ Adopter une attitude humaine au sein de la nouvelle équipe</li> <li>▪ Définir l'équilibre entre vie personnelle et professionnelle</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>14</b>	<b>Valider les acquisitions de compétences professionnelles</b>	<b>35 h 00</b>
Pour 1 candidat  <b>Evaluation BC1 : Mettre en œuvre les techniques et modalités d'une opération de déménagement</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Épreuve individuelle de mise en situation professionnelle - durée : 1 h 00</li> <li>- Epreuve de mise en situation professionnelle en binôme - durée : 1 h 00</li> </ul> <b>Evaluation BC2 : Gérer la relation client et les formalités administratives liées à l'opération de déménagement</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Épreuve de mise en situation professionnelle - durée : 1h00</li> <li>- Epreuve écrite - durée : 0 h30</li> <li>- Epreuve orale - durée : 0 h 20</li> </ul> Entretien attribution (= entretien final) d'une durée de 0 h 15		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia  Véhicule capitonné de déménagement  Hall technique de déménagement  Matériel de déménagement  Documents de suivi d'évaluation

N° SEQUENCE	OBJECTIF	DUREE
<b>15</b>	<b>Bilan et synthèse du stage</b>	<b>/</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bilan de la formation</li> <li>▪ Synthèse du stage</li> <li>▪ Evaluation de satisfaction de la formation</li> </ul>		<b>MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES</b>  Salle équipée d'un ensemble multimédia