

PROGRAMME DE FORMATION

CACES® R.489 — Recyclage — Chariots de manutention à conducteur porté (toutes catégories)

R489 3 1A 1B 2A 2B 4 5 6 7

CERTIFICATION(S) VISÉE(S)

CACES® R.489 Catégorie 3 — Chariots élévateurs frontaux en porte-à-faux (cap. ≤ 6 t)

RS RS6869
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 1A — Transpalettes / préparateurs (h. levée ≤ 1,20 m)

RS RS6866
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 1B — Gerbeurs à conducteur porté (h. levée > 1,20 m)

RS RS6867
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 2A — Chariots à plateau porteur (cap. ≤ 2 t)

RS RS6800
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 2B — Chariots tracteurs industriels (cap. de traction ≤ 25 t)

RS RS6868
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 4 — Chariots élévateurs frontaux en porte-à-faux (cap. > 6 t)

RS RS6871
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 5 — Chariots élévateurs à mât rétractable

RS RS6870
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 6 — Chariots élévateurs à poste de conduite éleuable (h. plancher > 1,20 m)

RS RS6872
 Certif. INRS

CACES® R.489 Catégorie 7 — Conduite hors-production des chariots des cat. 1 à 6

RS RS6873
 Certif. INRS

INFORMATIONS CLÉS

Durée totale	14h (3h30 théorie + 3h30 pratique + 7h test CACES)
Effectif	1 à 8 stagiaires
Validité	60 mois
Public visé	Conducteurs titulaires d'un CACES® R.489 approchant de son échéance (recommandé 3 à 6 mois avant la date d'expiration), ou conducteurs reprenant une activité après une interruption, ou stagiaires identifiés par l'employeur comme nécessitant une réactualisation suite à un changement de chariot, d'environnement de travail ou un manquement constaté.

Prérequis	Être titulaire d'un CACES® R.489 pour la (les) catégorie(s) à recycler (en cours de validité ou expiré depuis moins de 12 mois). À défaut, possibilité d'admission après évaluation initiale (positionnement) attestant d'une pratique régulière de la conduite. Aptitude médicale à jour. Maîtrise du français.
Accessibilité PSH	Formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Référent handicap à votre disposition pour étudier les adaptations nécessaires (matériel, durée, support, accompagnement). Nous contacter en amont de la session pour préparer l'accueil.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Citer les obligations réglementaires (R.4323-55/56, arrêté du 2/12/1998) et le rôle du CACES® R.489
- Identifier les 9 catégories de chariots à conducteur porté et choisir la catégorie adaptée à un équipement donné
- Évaluer les risques majeurs (renversement, écrasement, heurts piétons, chute de charge) et appliquer les préventions
- Effectuer la prise de poste, les vérifications visuelles et tester les dispositifs de sécurité avant exploitation
- Conduire et manœuvrer le chariot en sécurité dans sa (ses) catégorie(s) (circulation, vitesse, stabilité)
- Réaliser les opérations spécifiques de la catégorie (prise/dépose, gerbage en casier, traction, chargement camion)
- Réussir les épreuves théoriques (QCM $\geq 70\%$) et pratiques (grille A3/2 $\geq 70\%$) du CACES® R.489

PROGRAMME DÉTAILLÉ

► PROGRAMME THÉORIQUE (3H30)

1. Dispositif CACES® et cadre réglementaire
 - Rôle de la Cnam, recommandation R.489 (CTN B/C/D/F/G/I)
 - Articles R.4323-55 et R.4323-56 du Code du travail
 - Arrêté du 2 décembre 1998, circulaire DRT 99/7 du 15 juin 1999
 - Rôle et responsabilités du constructeur, employeur, conducteur, chef d'équipe
 - Devoir d'alerte, droit de retrait
2. Technologie des chariots de manutention
 - Terminologie (motorisation thermique / électrique, transmission, mât, tablier)
 - Caractéristiques générales : capacité nominale, hauteur de levée, centre de gravité de la charge, distance au talon
 - Composants, organes de service, sources d'énergie (batteries, GPL, diesel)
 - Dispositifs de sécurité : ceinture, structure de protection, dispositifs anti-écrasement
 - Plaque de charge, abaques, équipements porte-charge interchangeables
3. Catégories de CACES® R.489 et chariots représentatifs
 - 9 catégories : 1A, 1B, 2A, 2B, 3, 4, 5, 6, 7
 - Chariots représentatifs (annexe A1/4) et limites entre catégories
4. Stabilité des chariots et triangle de sustentation
 - Conditions d'équilibre, polygone de sustentation
 - Influence de la charge, du mât (inclinaison), de la vitesse, du dévers
 - Lecture et utilisation de la plaque de charge / abaques constructeur
5. Risques liés à l'utilisation des chariots
 - Renversement frontal / latéral, basculement de la charge
 - Heurts de piétons (rayons d'action, angles morts), écrasement
 - Chute de charges, mauvais gerbage / dégerbage
 - Risques liés à la charge des batteries (hydrogène) et au GPL (changement de bouteille)
 - Risques environnementaux : sol, encombrement, météo, lignes électriques
6. Exploitation des chariots de manutention
 - Ceinture de sécurité, postures, EPI
 - Notice d'instructions, pictogrammes, gestes et signaux conventionnels
 - Conduite à tenir en cas d'incident (panne, fuite, incendie)
 - Effets des substances psycho-actives, dispositifs détournant l'attention

► PROGRAMME PRATIQUE (3H30)

RECYCLAGE PRATIQUE — 3,5 à 14 h selon la (les) catégorie(s) ciblée(s) et le maintien des acquis du stagiaire

Le temps pratique est calé sur :

- 1 catégorie / pratique régulière maintenue → 3,5 h
- 1 catégorie / pratique discontinuée → 7 h
- 2 à 3 catégories → 7 à 10,5 h
- 4 catégories ou plus → 14 h

A. Prise de poste et vérifications (proportionnel au nb de catégories)

- Lecture notice, rapport VGP, certificat de conformité, examen d'adéquation
- Vérifications visuelles : organe de levage, pneumatiques, chaînes, fourches
- Test des dispositifs de sécurité : freinage, klaxon, gyrophare, ceinture
- Mise en route, tableau de bord, niveaux, charge batterie / niveau carburant
- Réglage du siège, contrôle de la visibilité, présence de l'extincteur

B. Conduite et manœuvres dans la catégorie (cœur du temps pratique)

- Montée / descente en sécurité (règle des 3 appuis)
- Circulation marche avant / arrière, à vide ou en charge
- Maîtrise trajectoires, vitesse adaptée, freinage progressif

- Manœuvres en espace contraint, passage de portes, intersections
- Respect des piétons, angles morts, distances de sécurité
- Stationnement et arrêt en sécurité (mât baissé, frein de parking)

C. Opérations spécifiques de la catégorie (variables selon catégorie ciblée)

- Cat. 1A — Transpalettes : prise / dépose de palette au sol, préparation de commande
- Cat. 1B — Gerbeurs : gerbage / dégerbage en casier à différentes hauteurs
- Cat. 2A — Plateaux porteurs : chargement, transport, déchargement de la charge
- Cat. 2B — Tracteurs industriels : attelage, traction de convois, parcours
- Cat. 3 — Frontaux ≤ 6 t : prise / dépose en pile, gerbage à grande hauteur, palettes
- Cat. 4 — Frontaux > 6 t : charges lourdes, conteneurs, longue distance
- Cat. 5 — Mât rétractable : prise / dépose en allée étroite, gerbage en casier vertical
- Cat. 6 — Poste élevable : préparation de commande en hauteur, sécurité antichute
- Cat. 7 — Hors production : déplacement, chargement / déchargement sur porte engins

D. Fin de poste

- Repli du chariot en position transport ou repos
- Contrôle des anomalies éventuelles après utilisation
- Compte rendu au responsable ou au loueur du chariot
- Maintenance premier niveau / mise à jour du carnet de bord

► TEST CACES (7H)

Test CACES R489

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET D'ÉVALUATION

Méthodes	Formation présentielle. Alternance d'apports théoriques (diaporama, vidéos INRS, retours d'expérience, photos d'accidents) et de mises en situation pratiques sur chariot(s) représentatif(s) de la (des) catégorie(s) ciblée(s) (annexe A1/4 R.489). Études de cas, exercices individuels, manipulation des organes de service, manœuvres de gerbage / dégerbage en casier. Support stagiaire remis en début de session. Effectif réduit pour maximiser le temps machine de chaque stagiaire.
Évaluation	Évaluation en cours de formation sous la forme de mises en situation, quizz. Évaluation finale sanctionnée par le passage d'un test CACES. Épreuves théoriques par QCM 100 questions (≥ 70 %) et épreuves pratiques sur le et/ou les engins représentatif de la catégorie ciblée (≥ 70 % sur chaque thème de la grille A3/2 R.489), réalisées par un testeur de l'OTC distinct du formateur.
Sanction	En cas de réussite : délivrance de la certification CACES correspondant à la ou les catégories visées. Attestation de fin de formation remise à tous les participants.

Moyens pédagogiques et techniques

SF Formation / AcaForma - 2B allée du Bel Air - 95480 Pierrelaye - SIREN : 940004674 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11950928095 auprès du préfet de région d'Ile-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

v1.0 · 15/05/2026 · CACES-R489-REC

Salle de formation équipée (vidéoprojecteur, paperboard, table d'étude). Aire d'évolution dégagée, plane, stabilisée et balisée, conforme à l'annexe 4 R.489. Chariot(s) représentatif(s) de la (des) catégorie(s) concernée(s), avec notice d'instructions, rapport de VGP en cours de validité, examen d'adéquation et certificat de conformité. EPI fournis : casque, chaussures de sécurité, gants, gilet haute visibilité. Casier de gerbage, palettes étalonnées, plots et balisage, charges représentatives, rampe d'accès porte-engins pour la catégorie 7.

PROFIL DU FORMATEUR / TESTEUR

Personnel qualifié dans la formation et l'évaluation des formations techniques de conduite d'équipements

MODALITÉS D'ACCÈS ET TARIFICATION

Délai d'accès	Inscription possible jusqu'à 5 jours ouvrés avant le démarrage de la session, sous réserve de places disponibles. Délai standard 2 à 4 semaines entre la demande et la mise en formation, le temps de constituer le groupe et de réserver le chariot représentatif.
Tarif / financement	Tarif disponible sur devis. Cette formation peut être prise en charge par les OPCO (Opérateurs de Compétences) dans le cadre du plan de développement des compétences sous réserve de certification Qualiopi / nous consulter. Nous contacter pour tout renseignement : contact@acaforma.com — 06 58 78 80 53.

SUIVI POST-FORMATION

À l'issue : remise des résultats théoriques/pratiques, du certificat CACES® R.489 (si applicable) et de l'attestation de formation. Transmission à l'employeur d'une fiche d'aide à la délivrance de l'autorisation de conduite. Suivi post-formation à 3 mois (mesure de transfert en situation de travail) et 12 mois (impact mesuré sur la sécurité). Recyclage CACES® obligatoire au plus tard tous les 5 ans (R.489 § 3/3/5).

INDICATEURS QUALITÉ — RÉUSSITE ET SATISFACTION

Organisme récemment créé : cette formation n'a pas encore d'historique de sessions. Les taux de réussite et de satisfaction seront publiés sur <https://sfformation.fr> dès la réalisation des premières sessions (mise à jour au minimum mensuelle).