# CACES® Chariots R489 - Débutant - Catégorie 3 + 5

Formations Réglementaires

06/11/2026

## Public et prérequis

Toute personne amenée à utiliser un chariot élévateur de cat. 3 + 5

## Les objectifs

Effectuer une prise de poste en mobilisant ses connaissances sur la réglementation et assurant les vérifications adaptées pour garantir la conduite en sécurité.
Réaliser les opérations de conduites en respectant les règles de sécurité.
Réaliser les manœuvres et opérations de manutention en respectant les règles de sécurité.
Réaliser les opérations d'entretien quotidien et de maintenance en identifiant les éventuels dysfonctionnements pour en rendre compte.

## Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

La théorie est dispensée en salle équipée de moyens audiovisuels
La pratique se déroule en atelier spécialisé ou en entreprise
Nos formateurs attestent de parcours professionnels significatifs en lien avec l'action de formation et de compétences pédagogiques leur permettant de dispenser ce programme

## Validation et certification

Certificat d'Aptitude à la Conduite En Sécurité

## Outils pédagogiques

Supports réglementaires
Chariots élévateurs dernière génération
Simulateur de conduite

## Contenu de la formation

**Programme Théorique (avec outils audiovisuels et remise d'un livret pédagogique)**

Connaissances générales
Technologie des chariots de manutention automoteurs à conducteur porté
Les principaux types de chariots de manutention, les catégories de CACES
Notions élémentaires de physique, stabilité des chariots de manutention
Risques liés à l'utilisation des chariots de manutention à conducteur porté
Exploitation des chariots de manutention à conducteur porté
Vérifications d'usage des chariots de manutention à conducteur porté

**Formation pratique**

Prise de poste et mise en service (cat : 3 - 5)
Conduite : Circuler à vide et en charge (cat : 3 - 5)
Manœuvres : Prendre déplacer et déposer au sol une charge palettisée (cat : 3 – 5) -

RÉFÉRENCE
**REGL0034**

CODE RS
**6870**

CENTRES DE FORMATION
**Senlis, Beauvais, Compiègne, Saint-Quentin, Soissons, Amiens**

DURÉE DE LA FORMATION
**4 jours / 28 heures**

ACCUEIL PSH
**Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.**

## Les + Promeo

• 60 ans d'existence
• Une communauté de 3 100 alternautes
• 24 000 stagiaires formés par an
• 3 500 entreprises qui nous font confiance

• Un accompagnement personnalisé et un contact dédié
• L'expertise professionnelle de tous nos formateurs
• La diversité des diplômes sous accréditation par des partenaires de renom
• Une pédagogie active
• Des infrastructures technologiques et un environnement stimulant

Gerber et dégerber au moins 3 charges en pile (cat: 3-5) - Stocker et déstocker 4 palettes à 4 niveaux différents d'un palettier (6,00m mini) (cat 5) - Stocker et déstocker 3 palettes à 3 niveaux différents d'un palettier (3,30m mini) (cat : 3) - Chargement déchargement d'un véhicule depuis le sol (cat : 3) - Prise, transport et dépose d'une charge longue et/ou d'un conteneur rigide contenant un liquide et/ou d'une charge déformable (cat : 3)
Fin de poste maintenance (cat : 3 -5)

## Modalité d’évaluation

Vérification des connaissances théoriques et validation des compétences pratiques
Délivrance des CACES® cat. 3 et/ou 5 ou proposition, en cas d'échec, d'un complément de formation en vue d'obtenir le CACES®
Validité : 5 ans