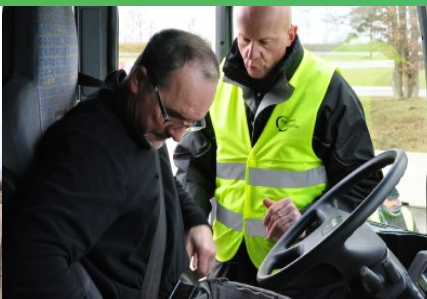




LA CONDUITE PREVENTIVE POUR CONDUCTEUR DE POIDS LOURDS



PRESENTATION

Public	: Collaborateurs d'entreprise
Pré requis	: Permis C
Niveau	: Débutants à confirmés
Moyens	: Formateurs diplômés, Véhicules des participants (uniquement si véhicules d'entreprise) ou véhicules mis à disposition par nos soins. Circuit automobile dédié à la sécurité routière Piste basse adhérence reproduisant les conditions de route sur neige tassée Simulateur de conduite
Méthode	: Apports didactiques et méthode interactive mise en pratique individuelle sur circuit
Durée	: 7 heures dont 5H00 de pratique sur circuit (vêtements chauds à prévoir en hiver)

LE PROGRAMME

- ▶ Accueil des participants – café de bienvenue
- ▶ Présentation des formateurs, des stagiaires
- ▶ Présentation du programme de la journée

Les cours sont résolument centrés sur le stagiaire en mettant à sa disposition les moyens d'atteindre rapidement et efficacement le but fixé et en le faisant participer activement à son apprentissage. L'essentiel de la formation est axée sur la pratique au volant du véhicule.

OBJECTIF PRINCIPAL

Faire prendre conscience aux stagiaires des dangers de la route, en particulier lors de conditions météorologiques défavorables, et leur faire adopter un comportement sécuritaire au volant.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ▶ Appréhender le risque routier dans son aspect global et multifactoriel.
- ▶ Adapter sa conduite à l'environnement et aux conditions de route
- ▶ Tirer le meilleur parti de son véhicule et des aides à la conduite en termes de sécurité routière.

MODULES THEORIQUE

durée : 1h30

Méthode participative, échange avec le formateur.
Démonstrations et exercices sur simulateur de conduite.

- ▶ Evolution de l'accidentalité en France. Etude des causes d'accident et des facteurs de risque.
- ▶ Rappel des risques spécifiques liés à la conduite PL (gabarit, masse, marchandise transportée...)
- ▶ Présentation des principales aides à la conduite, en particulier l'ABS
- ▶ Les distances d'arrêt d'un véhicule : explication sur les deux phases successives : distance de réaction, distance de freinage.
- ▶ Les distances de sécurité, la règle des deux secondes.

MODULE PRATIQUES SUR ROUTE

durée : 5h00

- ▶ **Module 1 PL** : Les distances d'arrêt
Essais comparatifs de freinage sur circuit à 50,60, 80 et 100km /h.
Etude des distances d'arrêt aux différentes vitesses. Comparaison VL et PL.
Comparaison avec les distances sur sol glissant.
Ces démonstrations sont effectuées par un formateur.
- ▶ **Module 2 PL** : Les distances de sécurité
Au volant des véhicules les stagiaires découvrent en toute sécurité l'importance primordiale du respect des distances de sécurité entre véhicules.
Mise en application sur circuit de la règle des deux secondes.
- ▶ **Module 3 PL** : Manoeuvres et gabarit
Parcours d'évitement d'obstacles en marche avant, simulation de mise à quai en marche AR avec virage et changement de file, avec arrêt de précision.
- ▶ **Module 4 PL** : Exercices sur piste basse adhérence
freinage d'urgence en ligne droite puis avec évitement d'obstacle
perte d'adhérence du train avant en virage
perte d'adhérence de l'essieu AR
- ▶ **Module 5 PL** : L'importance et l'efficacité de la ceinture de sécurité
Ce module inclus si les conditions le permettent la simulation d'un tonneau à bord d'un simulateur

BILAN DE FORMATION

durée : 0h30

Clôture de la journée de formation

- ▶ Tour de table et commentaires des stagiaires sur leurs acquis
- ▶ Retour sur les points essentiels de la journée
- ▶ Remise de la fiche d'évaluation de stage