

# 3500-101 Risque routier – Conduite en sécurité

	1.5 Jours 10.5 heures
	9h00 – 12h30 13h30 – 17h00
	Inter <sup>(1)</sup> Intra <sup>(2)</sup>
	Inter : 340 € HT Intra et Distanciel : nous consulter
	20 maxi
	5 et 6 janvier 9 et 10 février 22 et 23 mars 10 et 11 mai 7 et 8 juin 27 et 28 juillet 7 et 8 septembre 18 et 19 octobre 29 et 30 novembre
(1) sur notre centre de Chambéry (2) dans votre entreprise	

## Objectifs de la formation

Ce programme s'inscrit dans une démarche globale liée à la responsabilité sociétale des organisations (privées ou publiques) et des citoyens, qui passe notamment par la prévention des risques et la compréhension des règles applicables lorsqu'il est nécessaire de se déplacer et/ou de transporter des personnes ou des marchandises. Le programme est pertinent pour toute personne qui souhaite acquérir les connaissances de base nécessaires à l'apprentissage de la conduite en sécurité et il a pour ambition de faire évoluer le comportement de manière pérenne.

## Public concerné et Prérequis

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant se préparer à l'apprentissage de la conduite. Elle s'adresse aussi aux collaborateurs d'une organisation, depuis la Direction au plus haut niveau jusqu'aux employés, ainsi qu'aux fonctions supports impliquées dans le management de la santé et sécurité. Il n'y a pas de niveau de connaissance minimum requis pour assister à cette formation.

## Objectifs pédagogiques et contenu des modules

Au fur et à mesure des modules et des échanges avec les autres, les apprenants vont développer leurs connaissances (applicables à différents moyens de déplacement et de transport) et découvrir les bénéfices apportés par une conduite Eco et Responsable.

### 1. ATELIER START & GO

Le jeu Start & Go aborde la sécurité au travers des facteurs qui influencent les comportements et la sécurité.

- Il comporte cinq catégories de questions auxquelles les participants vont devoir répondre au fur et à mesure de l'avancement de la partie, et des situations imprévues que chaque conducteur peut rencontrer sur un trajet (sous la forme de cartes 'actions')
- Au fur et à mesure des questions, Start & Go aborde chacun de ces facteurs, et met en place des conditions favorables à l'apprentissage, par la mise en œuvre des principes de rétroaction, d'interaction entre les joueurs et de participation active de chacun
- Start & Go aborde les facteurs de risques auxquels nous sommes tous exposés sur la route. Il participe à la lutte contre les idées reçues, corrige les erreurs relevées durant la session de jeu et favorise la réflexion de chaque participant sur les facteurs de risques et les comportements à adopter
- Il met ainsi en évidence les axes de progrès sur lesquels un organisme (entreprise, collectivité, association) peut agir afin d'améliorer la sécurité des personnes

### 2. ATELIER REACTIONMETRE

L'objectif de l'atelier est de sensibiliser les participants sur l'importance des facteurs qui influencent la conduite d'un véhicule et la capacité du conducteur à agir convenablement lors de la survenance d'un événement imprévu (incident ou accident) en phase de conduite. Les points suivants sont passés en revue durant l'atelier :

- Le temps de réaction (variable en fonction du conducteur, des conditions, de son état, du véhicule, etc.)

- La variabilité en fonction de l'état du conducteur (l'attention du conducteur en fonction du temps de conduite, les pensées vagabondes, le stress, etc.)
- Les effets de la fatigue (et de l'état de somnolence) sur l'attention du conducteur et le temps de réaction,
- Les distracteurs qui influencent la conduite et perturbent l'attention
- L'effet de la consommation de substances psychotropes (alcool, drogues, médicaments, ...) sur la capacité du conducteur, son attention, le temps de réaction, et la capacité à réagir en situation d'urgence
- Illustrer l'incidence de la vitesse du véhicule, de l'état du conducteur et de l'état de la chaussée au moment d'un freinage
- Démontrer les effets induits par les distracteurs (dans et en dehors du véhicule) sur la conduite et le temps de réaction (GPS, Mobile, Radio, Passagers, Sms, etc.)

L'atelier permet d'acquérir des connaissances générales sur les distances de sécurité, les effets des distracteurs au volant, l'impact de la consommation de substances psychotropes, le temps de réaction du conducteur, etc. Les distances : d'arrêt, de réaction, de freinage, de sécurité, (Réactomètre, Vidéos...)

### 3. ATELIER ADDICTION-FATIGUE-VIGILANCE

L'objectif de l'atelier est de sensibiliser pour provoquer une prise de conscience sur les risques liés à la fatigue, le défaut de vigilance et les addictions.

Les sujets qui sont abordés portent sur l'alcoolémie : le cannabis, les médicaments, et les effets de l'addiction, pour donner les moyens d'identifier une addiction et de prendre conscience de soi.

- Les points suivants sont passés en revue durant l'atelier :
- Les effets liés à la fatigue

- L'impact de la consommation d'alcool au niveau de l'organisme et de ses conséquences sur le comportement et l'activité (conduite, etc.) en fonction de votre consommation, âge, sexe et poids, etc.
- Une mise en situation (simulation) d'ébriété de 0.5g à 1.2g d'alcool par litre de sang grâce à un parcours au sol et un masque spécifique
- Une simulation de consommation de cannabis à l'aide d'un masque spécifique
- Une discussion sur les médicaments, leurs effets sur le comportement et les risques
- Une mise en situation de fatigue (2 masques spécifiques pour cette activité)

#### 4. ATELIER VEHICULE ET DEPLACEMENT

Comprendre, préparer, vérifier :

- L'état du véhicule
- Planifier les déplacements
- Eviter les charges inutiles
- Températures hivernales et motorisation
- Une conduite fluide
- Couper le moteur à l'arrêt
- Respecter les limitations
- Gérer l'aération et la climatisation

- Entretien et révision du véhicule
- Contrôle de la pression des pneus
- Utiliser les instruments de bord (compte-tours, ...)
- Anticiper les obstacles et le trafic
- L'influence du calcul de l'itinéraire (GPS) sur la conduite et la sécurité
- D'autres mesures envisageables

#### 5. ATELIER SIGNALISATION ROUTIERE

La signalisation routière est composée de panneaux, du marquage au sol et des feux. Elle permet d'informer l'utilisateur des règles en vigueur et de l'orienter dans ses déplacements

Comprendre les signaux routiers

- la signalisation par panneaux
- la signalisation par feux
- la signalisation par marquage des chaussées
- la signalisation par balisage
- la signalisation par bornage
- la signalisation par dispositifs de fermeture

Comprendre la signalisation permanente, temporaire ou dynamique

Comprendre les principes de forme et de couleur des panneaux

## Lieu(x) de la formation

Cette formation est réalisée sur notre centre de Chambéry ou sur le site du client, dans une salle adaptée aux moyens pédagogiques prévus, et équipée pour recevoir les apprenants dans les conditions de confort et de facilité appropriées.

## Modalités de suivi et appréciation des résultats

Une fiche de présence est élargée par chaque participant et le formateur.

Une fiche d'évaluation de la formation ainsi qu'une attestation de formation sont remises à chaque apprenant en fin de formation.

Les résultats d'apprentissage des apprenants sont évalués à partir d'un QCM et de l'utilisation du jeu Start & Go en fin de formation. Sur demande, un bilan de la formation peut être remis au client.