



# FORMATION « CONDUITE ATTITUDE »

## VEHICULE LEGER

- **Durée :** 1 jour (7heures)
- **Lieu :** centre ACP
- **Public et prérequis :** Toute personne amenée à se déplacer dans le cadre de son activité professionnelle, titulaire d'un permis de conduire en cours de validité
- **Nombre de participants :** 12 participants maximum par formateur
- **Moyens utilisés :** salle de cours, piste ACP, véhicules ACP, véhicules de l'entreprise
- **Formateurs/trices :** Diplômés d'Etat (BEPECASER, Titre Professionnel)

### 🌀 Objectifs pédagogiques

Au terme de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre et appliquer le concept de la *conduite attitude* qui vise à optimiser le confort, la sécurité, la technique de conduite et le comportement.
- Perfectionner leurs compétences pour éviter les situations de perte d'adhérence.
- Perfectionner leurs compétences pour éviter les situations où il faudra engager un freinage d'urgence.

### 🌀 Bénéfices de la formation

#### Pour le participant

- S'inscrire dans une démarche de qualité de vie au travail et de développement durable
- Amélioration du confort de conduite.
- Diminuer le stress lié au transport.
- Comprendre le fonctionnement des systèmes d'aide à la conduite.

#### Pour l'entreprise

- Créer une culture prévention du risque routier.
- Diminution des coûts directs et indirects liés à l'utilisation des véhicules.
- Répondre aux obligations en matière de sécurité.

### 👉 Avantages de la formation

- Recréer des situations de conduite réelles grâce à nos pistes.
- Agir sur les caractéristiques physiques du véhicule.
- Aide à la mise en application des principes de la *conduite attitude* dans sa conduite, échanges sur les situations quotidiennes, propositions concrètes en fonction de ses contraintes professionnelles.
- Formateurs expérimentés, disponibles et adeptes de méthodes pédagogiques dynamiques.

### 📖 Méthodes pédagogiques

- Alternance théorie / pratique. La théorie se fait tantôt en salle, dans les véhicules ou encore sur la piste.
- Débats et échanges favorisant les retours d'expériences, les remontées de pratiques professionnelles et l'analogie des situations vécues sur la piste et sur la route.
- A l'issue de la formation remise d'un mémo « *conduite attitude* ».

### ✍️ Dispositif d'évaluation

- Évaluation initiale : questionnaire + auto-évaluation + mise en situation
- Évaluation finale : questionnaire
- Évaluation satisfaction : questionnaire

# Programme de formation

## MATIN

Début 9h (accueil à partir de 8h30)  
Modalités administratives

### 1- Evaluation initiale et échange d'expérience

### 2- Phase pratique : vivre quelques situations de conduite

- En virage, en ligne droite, sur différentes adhérences

### 3- Théorie et pratique *Conduite Attitude* : organisation, technique de conduite, comportement

- Auto-évaluation et analyse collective autour des situations vécues sur la piste
- Gérer son temps
- Prendre soin de son véhicule : entretien, pneumatique
- Perfectionner son niveau d'anticipation
- Analogie piste/route
- Comparaison des techniques employées
- Savoir réagir face à une situation de perte d'adhérence
- Comprendre et utiliser les aides à la conduite

### 4- Phase pratique : faire face à une situation de perte d'adhérence

- Position idéale : conducteur, passagers
- Optimiser l'efficacité de la ceinture de sécurité
- Respecter la distance de sécurité à l'arrêt
- En virage
- En ligne droite
- Lors d'une manœuvre d'évitement d'obstacle

### 5- Théorie et pratique :

- Stationner son véhicule
- Bilan de la matinée

Pause déjeuner

## APRES MIDI

Reprise à 13h30

### 6- Phase pratique : Influence de la vitesse, distances de sécurité

- Visualiser l'influence de la vitesse sur la distance de freinage
- Métrier la distance parcourue pendant le temps de réaction
- Evaluer des distances d'arrêt
- Comprendre l'importance des distances de sécurité

### 7- Théorie et pratique *Conduite Attitude* : prendre soin de soi, perfectionner sa technique de freinage

- Etat physique et psychique du conducteur (alcool, drogue, fatigue, stress)
- Limiter les distractions (téléphone, GPS, autoradio, soucis...)
- Technique de freinage d'urgence
- Connaître et comprendre le fonctionnement des systèmes d'aide à la conduite liés au freinage

### 8- Phase pratique : faire face à une situation de freinage

- En ligne droite, en virage
- A différentes vitesses
- Sur différentes adhérences
- Freiner et éviter
- Démonstration du « choc piéton »

### 9- Conclusion

- Bilan de la formation, rappel des objectifs
- Evaluation des compétences et des connaissances acquises
- Evaluation de la formation par les participants
- Remise du mémo « conduite attitude »

Fin 17h

