

# Conduite d'urgence et risque routier VL/VUL



## Objectifs

- Prendre conscience que le risque routier fait partie intégrante de la sécurité au travail.
- Revoir les principales règles du code de la route et les bonnes pratiques associées.
- Identifier les situations dangereuses sur les routes et savoir réagir efficacement face à une situation dangereuse (perte d'adhérence, freinage d'urgence...).



## Pré-requis

- Disposer du permis de conduire ;
- Maîtriser la langue française.



## Public

- Le personnel conduisant des véhicules légers.



## Durée et lieu

- 1 demi-journée
- Zone dégagée permettant les manœuvres.



## Moyens pédagogiques

- PowerPoint
- Cas pratiques



## Méthodes d'évaluation

- Code de la route
- Scénario conduite du véhicule



## Tarif

- Nous consulter - [admin@cerfos.net](mailto:admin@cerfos.net)



## Programme

INTRODUCTION / accueil

SÉQUENCE 1 : Théorie en salle (00h20)

- Données théoriques en préparation des ateliers ;
- Le conducteur (position dite de sécurité / position de confort, préhension du volant, technique du pied/frein, gestion du stress, temps de réaction) ;
- Le comportement du véhicule ;
- La maîtrise du véhicule (sous virage et survirage, perte de contrôle et reprise d'adhérence, anticipation d'une manœuvre d'urgence, freinage d'urgence, distance de sécurité).

SÉQUENCE 2 : Cas pratiques (02h30)

CAS PRATIQUE 1 : le freinage d'urgence

- Le freinage optimal : freinage dégressif ;
- Technique de freinage optimal avec et sans ABS ;
- Formule de calcul des distances de freinage.

CAS PRATIQUE2 : le freinage d'urgence avec évitement

- Appréhender la meilleure efficacité de freinage avec un évitement d'obstacle ;
- Conserver le pouvoir directionnel pendant l'évitement d'obstacle (éviter le blocage des roues) ;
- Technique de freinage (avec évitement) optimal avec et sans ABS ;
- Simuler une situation de freinage d'urgence.

CAS PRATIQUE3 : Le sous virage (perte d'adhérence du train avant)

- Créer un sous virage avec différentes techniques et enrayer le phénomène.

CAS PRATIQUE 4 : Le survirage (perte d'adhérence du train arrière)

- Créer un sous virage avec différentes techniques et enrayer le phénomène ;
- Comprendre ce qu'il ne faut pas faire pour arriver en situation de survirage.

CAS PRATIQUE 5 : Manœuvre de sécurité

- Créer un sous virage et/ou un survirage et stopper les phénomènes avec la manœuvre de sécurité.

CONCLUSION / synthèse