



Tout salarié conduisant un véhicule dans le cadre professionnel ou pour effectuer des trajets domicile-travail



1 journée
soit 7h



Intra-établissement



Remise d'une
attestation individuelle
de formation



Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.
En effet, nous adaptons notre accompagnement ainsi que l'ensemble de nos processus, méthodologie et support à toutes les situations. **Notre référent handicap se tient à votre disposition.**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre l'impact de la fatigue, de l'alcool, des drogues et de la distraction sur la conduite
- Identifier les situations à risque dans leur pratique professionnelle
- Sensibiliser les stagiaires de l'importance d'une conduite responsable et prudente dans leurs déplacements quotidiens
- Acquérir les connaissances et les aptitudes requises pour adopter un comportement de conduite professionnelle responsable
- Prendre conscience de leur responsabilité individuelle et professionnelle au volant
- Connaître les règles de l'éco-conduite
- Obtenir son attestation de fin de formation

PRÉREQUIS

- Lire et écrire le français
- Être âgé de plus de 18 ans
- Être titulaire d'un permis de conduite en cours de validité

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 1 : LES ENJEUX DU RISQUE ROUTIER PROFESSIONNEL

IDENTIFIER LES RISQUES ROUTIERS

- Accidents de la route et monde du travail
- Comprendre les enjeux de la conduite insécuritaire pour l'entreprise, responsabilités du conducteur et de l'employeur
- Distinguer les accidents lors d'un trajet, d'une mission, de droit commun
- Coût humain, social et économique des accidents

CONNAÎTRE LES RÉGLEMENTATIONS

- Les règlements d'entreprise conformément au Code du travail
- Le Code de la route : amendes, permis à points, les infractions, la responsabilité de l'employeur
- La mise en danger d'autrui selon le Code pénal
- Accident routier, accident du travail, majorations des cotisations (Code de la Sécurité Sociale)
- L'infrastructure routière et la signalisation

LES AUTOMOBILES ET LES VÉHICULES UTILITAIRES LÉGERS (VUL)

- Choisir un véhicule
- Adapter son véhicule aux missions
- Aménagement du véhicule
- Le matériel de sécurité
- Vérification et entretien du véhicule
- Chargement du véhicule
- Réglementation et impact sur la conduite



MODULE 2 : LES CAUSES D'ACCIDENT

LA FATIGUE ET L'ENDORMISSEMENT AU VOLANT

- Mécanismes du sommeil et de la vigilance
- Effets du manque de sommeil, du travail de nuit et des horaires décalés
- Micro-sommeils et perte d'attention
- Signaux d'alerte (bâillements, raideur, perte de concentration...)
- Stratégies de prévention (pauses, organisation des trajets, hygiène de vie)

ALCOOL, DROGUES ET MÉDICAMENTS

- Effets de l'alcool sur le cerveau, la vision et les réflexes
- Drogues (cannabis, cocaïne...) et conduite
- Médicaments et pictogrammes de danger
- Fausses croyances (café, sommeil, « je gère »...)
- Cadre légal et sanctions

TÉLÉPHONE ET DISTRACTIONS AU VOLANT

- Téléphone, SMS, GPS, musique, conversations
- Impact du multitâche sur le temps de réaction
- Distraction visuelle, cognitive et manuelle
- Comparaison avec alcool et fatigue

MODULE 3 : COMPORTEMENTS SÉCURITAIRES ET PRÉVENTION

COMPORTEMENTS SÉCURITAIRES

- Les bonnes positions de conduite à adopter
- Les bonnes pratiques de comportement au volant
- Comportement en cas de panne, incident, accident corporel

ORGANISER SES DÉPLACEMENTS DE MANIÈRE RESPONSABLE

- Les règles de l'éco-conduite
- Planifier son parcours (évaluation trafic routier, choix d'itinéraire)
- Anticiper, gérer son stress et ses émotions
- Organiser ses déplacements professionnels
 - Évaluer les distances parcourues (quotidiennes, mensuelles, annuelles)
 - Évaluer le temps de conduite
 - Pauses, planification, gestion des imprévus
- Connaître les vitesses autorisées (vitesse de pointe, vitesse moyenne, sur autoroute, nationale, en ville)
- L'importance des temps de pause et les anticiper

MÉTHODES / MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Notre approche pédagogique s'appuie sur des méthodes de pédagogie active et participative (exercices pratiques, études de cas concrets, travaux de groupe...)
- Les participants sont sensibilisés aux principaux facteurs de risque routier (vitesse, alcool, stupéfiants, fatigue, distraction, conditions météorologiques, chargement du véhicule), à la réglementation applicable ainsi qu'aux bonnes pratiques de prévention des accidents
- Les séquences pratiques, réalisées sur véhicule lorsque le programme le prévoit, permettent de mettre en œuvre les techniques d'éco-conduite : anticipation, gestion des accélérations et des freinages, utilisation optimale des rapports de vitesse, adaptation de la vitesse, réduction de la consommation de carburant et des émissions de CO₂
- Les exercices favorisent l'adoption d'une conduite plus sûre, plus économique et plus respectueuse de l'environnement
- Feuilles d'émargements
- Questionnaire des attentes de la formation



MÉTHODES D'ÉVALUATION



- Les compétences sont évaluées sur la capacité des participants à identifier les risques liés à la conduite, à adopter un comportement préventif, à appliquer les principes de l'éco-conduite, à adapter leur conduite aux conditions de circulation et à mettre en œuvre les bonnes pratiques permettant de réduire le risque d'accident, la consommation de carburant et l'impact environnemental
- Lorsque la formation comporte une phase de conduite, une évaluation pratique permet de mesurer l'évolution des comportements et l'acquisition des techniques enseignées
- Questionnaires d'évaluation des acquis
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation et évaluation des impacts
- À l'issue de la formation, les participants ayant satisfait aux critères d'évaluation reçoivent une attestation de fin de formation

REPARTITION ENTRE LA THEORIE ET LA PRATIQUE



Pourcentage de théorie : 45 %

Pourcentage de pratique : 55 %

Exemples de cas pratique :

- Analyse collective d'un accident réel impliquant un salarié
 - Causes, conséquences, prévention
- Reconnaître les signes de fatigue à partir de situations concrètes
- Identification des situations à risque
- Auto-diagnostic
- Tests de perception et analyse
 - Simulations d'altération des capacités et analyse de cas d'accidents réels
- Test de temps de réaction avec et sans distraction
- Engagement individuel à changer ses pratiques : Plan d'action individuel de prévention

Acuria Compétences adapte son contenu pratique de formation en fonction de vos besoins.

QUALIFICATION DU FORMATEUR



- Formateurs experts en prévention des risques professionnels
- Formateurs experts en risque routier
- Formateurs santé, sécurité au travail
- Expériences : Sapeurs-pompiers, Policiers...

