

## LE CONDUCTEUR

Pour conduire en sécurité, le conducteur doit avoir le droit de conduire, posséder les capacités physiques nécessaires, anticiper, rester vigilant, et adapter sa vitesse aux circonstances.

### Les différents usagers

Divers types de conducteurs circulent ensemble, chacun avec sa personnalité, son caractère, son tempérament, ses capacités, et chacun avec ses impératifs, ses préoccupations, ses décisions et ses indécisions.



Soyez attentif à ceux qui vous entourent. Vous ne connaissez pas leurs contraintes, ils ne connaissent pas les vôtres.

### La vue et la conduite

Une bonne vue est essentielle car plus de 90% des décisions et des gestes nécessaires à la conduite dépendent des yeux du conducteur.

En effet, l'acuité visuelle permet de distinguer les indices de l'environnement, d'apprécier les distances et les vitesses des autres véhicules.



### Les capacités du conducteur

Afin de conserver ses capacités optimales, le conducteur doit se méfier des dangers suivants : alcool, drogues, médicaments, fatigue, stress.

### La vitesse

Vous devez toujours rester maître de votre vitesse et de votre véhicule. Cela signifie qu'il faut respecter les limitations de vitesse, mais aussi adapter sa vitesse aux circonstances (trajet, densité de circulation...).

### La distance de sécurité

Lorsque vous suivez un autre véhicule, vous devez maintenir un intervalle de sécurité correspondant à 2 secondes.

### La distance d'arrêt

La distance d'arrêt est égale à la distance parcourue pendant le temps de réaction à laquelle s'ajoute la distance de freinage.



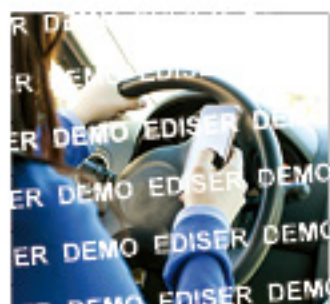
La distance d'arrêt varie en fonction de la vitesse, de l'adhérence, du changement et du temps de réaction.

Le temps de réaction est d'environ 1 seconde, mais il augmente avec la fatigue, la drogue, le stress, l'utilisation du téléphone.

## LA COMMUNICATION

L'usage du téléphone au volant entraîne de l'inattention et un défaut de vigilance.

L'usage d'un téléphone tenu en main par le conducteur d'un véhicule en circulation est interdit. L'usage du téléphone libre peut être sévèrement puni en cas d'accidents corporels.



De plus, placer un écran dans le champ visuel du conducteur constitue un danger important et est sanctionné.

## Maîtrise du risque routier



# Recyclage

## La Sécurité Routière en Entreprise

## Les 4 thématiques de la prévention du risque routier

- Le véhicule** : choix, état, vérifications, chargement, équipement de sécurité...
- Le déplacement** : planification des déplacements, gestion des urgences, signaux...
- Le conducteur** : permis de conduire, compétences, capacités physiques, vitesse...
- La communication** : utilisation du téléphone, protocole et organisation de la communication...

La prévention du risque routier reste nécessaire au vu des accidents de la route en 2012 : 3 653 personnes blessées, soit environ 10 décès par jour, 75 851 blessés dont 27 142 hospitalisés, 1 048 personnes tuées par jour.

## LE VÉHICULE

Pour conduire en sécurité, le véhicule doit être adapté aux déplacements, vérifié et contrôlé régulièrement, équipé du matériel de sécurité nécessaire, et chargé convenablement.

### L'adéquation du véhicule

Le véhicule utilisé doit être adapté au déplacement et à la tâche à réaliser.

### Les vérifications avant le départ

Pour conduire en sécurité, votre véhicule doit être en bon état. Avant chaque départ, vous devez contrôler les freins à faible vitesse et effectuer les vérifications suivantes :



### Focus sur les pneumatiques

Avant de monter dans son véhicule, il faut absolument vérifier l'état apparent de tous les pneumatiques. En effet, c'est un élément primordial de sécurité car c'est le seul point de contact entre le véhicule et la chaussée.

Tous les mois, il faut vérifier l'usure et la pression des pneumatiques, y compris la roue de secours, en se référant aux indications du constructeur.



### Pneu sous-contrôlé :

- sur-consommation de carburant,
- échauffement excessif,
- déformation des flancs,
- éclatement.



### Pneu surgonflé :

- diminution de l'adhérence,
- usure accrue des amortisseurs et diminution de leur efficacité,
- usure rapide du centre de la bande de roulement.



## Le matériel du véhicule

Pour pouvoir réagir dans diverses situations, vous devez disposer du matériel de sécurité.

### Le matériel obligatoire :

- un gilet rétro réfléchissant à portée de main,
- un triangle de présignalisation,
- un extincteur.



### Le matériel conseillé :

- une trousse à outils et une boîte de secours,
- une boîte d'ampoules et de fusibles de rechange,
- une roue de secours en bon état et bien gonflée,
- un extincteur portatif,
- une lampe torche,
- un cric et sa manivelle.

## Le chargement du véhicule

Il faut veiller à charger convenablement son véhicule car le chargement peut altérer les conditions de conduite (visibilité dans l'habitacle, capacités du véhicule réduites, difficultés de maîtrise...).



Pour limiter ces désagréments, vous devez adapter votre conduite et :

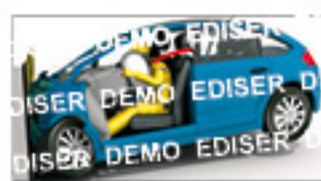
- tenir compte des capacités du véhicule,
- répartir et limiter le chargement,
- ne pas laisser d'objets dans l'habitacle.

## La sécurité du véhicule

Les véhicules actuels sont équipés de nombreux systèmes de sécurité active qui améliorent notamment le freinage, l'adhérence ou la tenue de route (ex : ABS).

Attention, ces aides à la conduite ne remplacent pas la prise de conscience des conducteurs (ex : vitesse excessive).

Les véhicules sont également équipés d'équipements de sécurité passive (ex : ceinture) qui limitent les conséquences en cas de choc.



## LE DÉPLACEMENT

Pour conduire en sécurité, il faut respecter la signalisation et les règles de circulation, tenir compte des conditions atmosphériques, respecter les autres usagers et organiser son déplacement.

### L'organisation

Que ce soit pour des petits trajets ou des grands parcours, il faut organiser son déplacement et éviter de partir dans l'urgence et le stress.



### L'installation au poste de conduite

Avant de démarrer, le conducteur doit adopter une position de conduite correcte.

En effet, elle permet d'avoir une bonne visibilité, une meilleure réactivité, un accès aux commandes facilité, une réduction de la fatigue et limite les sollicitations du dos.



### Les situations de conduite

Lors de vos déplacements, vous devez faire face à de nombreuses situations potentiellement dangereuses.

Votre comportement doit s'adapter en permanence :



à la réglementation :



aux conditions :



aux autres usagers :

Il faut être particulièrement vigilant à l'approche des zones où la visibilité peut être réduite : les sommets de côte, les virages, les intersections.

