

Stage Conduite Attitude®



Le stage de référence de L'Automobile Club Prévention approuvé par des milliers de participants. En 2 jours, le stagiaire apprend à mettre en œuvre des techniques et attitudes de notre référentiel « Conduite Attitude® ». C'est pour votre entreprise une démarche incontournable pour diminuer la sinistralité et initier une démarche citoyenne auprès de vos salariés.

Public concerné : tous les conducteurs utilisant un véhicule en mission ou en trajet domicile/travail.

Pré-requis : être titulaire du permis de conduire concerné par le stage, en état de validité.



2 jours



VL, VUL



jusqu'à 18



**centre de L'Automobile Club Prévention
(7 centres en France)**

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES...

...pour vos salariés :

- ☞ Evaluer et mémoriser les risques liés à la conduite automobile au quotidien
- ☞ Apprendre à ne pas se retrouver en situation d'accident
- ☞ En cas de situation d'urgence, adopter une attitude adaptée

...pour votre entreprise :

- ☞ Réduire l'exposition au risque de votre personnel
- ☞ Initier une démarche citoyenne en interne
- ☞ Au final réduire votre sinistralité, votre budget carburant et ainsi diminuer les coûts d'utilisation de votre flotte

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- ☞ Un ou plusieurs formateurs
- ☞ Une salle de cours équipée avec vidéo projecteur
- ☞ Une piste à adhérence variable

OUTILS PÉDAGOGIQUES REMIS AU STAGIAIRE :

- ☞ Le référentiel « Conduite Attitude® »
- ☞ Manuel pédagogique (option)

LES DE L'AUTOMOBILE CLUB PREVENTION

- ☞ Des programmes sur-mesure adaptés à votre problématique
- ☞ Un prestataire au service des entreprises depuis 35 ans
- ☞ 7 centres équipés de pistes à adhérence variable
- ☞ Une formation intégrant les principes de l'éco-conduite
- ☞ Des résultats prouvés grâce à un suivi sur la durée (en option dans le cadre d'un plan de prévention)



L'Automobile Club
PREVENTION

Programme type

Version 2 jours - Millésime 2010

L'Automobile Club Prévention vous propose ce stage de référence, qui peut être décliné en 1 ou 2 jours. Un stage sur-mesure peut vous être élaboré en fonction des objectifs spécifiques à atteindre, du temps et du budget disponibles

1^{ère} journée

8h45 Accueil des participants

9h00 En salle

Présentation du formateur
Inscription au stage, attestation de présence
Film d'accueil de l'Automobile Club Prévention

9h15 Présentation des objectifs du stage

Tour de table :
• Témoignages d'expériences individuelles
• auto-évaluation des stagiaires

09h30 Présentation du référentiel «Conduite Attitude» et ses 3 thèmes

9h45 En salle

Quiz d'auto-évaluation des connaissances et compétences
Consignes de sécurité à tenir pendant les exercices de formation

10h15 Sur Piste

Exercice de découverte des pièges de la route
Exercices pratiques de dépassement ou d'évitement d'un obstacle : objet tombé sur l'autoroute (exercice à bord des véhicules du centre)
Exercice des distances de sécurité à l'arrêt

11h00 Sur piste ou en salle

Les incontournables de la conduite :
• Organiser son déplacement
• Organiser son installation au poste de conduite
• Organiser son véhicule et son chargement

11h15 En salle

Analyse et correction de l'exercice de découverte :
• Les incontournables de la conduite :
• Voir loin devant voir large/ voir derrière
• Observer les situations
• L'importance du regard

11h45 Sur piste et sur parking

Exercice de dépassement ou d'évitement d'un obstacle
Mise en application de l'incontournable :
• Stationnement prêt à repartir

12h15 Déjeuner

13h30 Piste

Les incontournables de la conduite :
• A la visibilité et aux conditions d'adhérence
Exercice d'évitement sur la route à faible adhérence
• A l'action des autres usagers
Exercice double évitement ou dépassement et rabattement
• En imaginant l'imprévisible

14h15 Piste

Test de freinage
• Démonstration 30/60 – 40/80 km/h
• Distances de sécurité avec freinage d'urgence en décalé
Distance d'arrêt
• Le temps de réaction
• Distance de freinage

15h00 En salle

Théorie sur le freinage en situation d'urgence
• Qu'est ce qu'un freinage d'urgence ?
• Objectif du freinage en situation d'urgence
• Les facteurs qui ont entraîné un freinage en situation d'urgence
• Le système ABS

15h30 Sur piste

Auto-évaluation des distances de freinage
• évaluation de la distance des panneaux
Exercices d'application des distances de freinage
Comparaison des distances de freinage à différentes vitesses
Connaître et sentir le système ABS
Adapter sa vitesse :
• Démonstration : choc piéton (50/60km/h)

16h30 En salle

Auto-évaluation de chacun
Bilan de la journée

17h00 Fin de la 1^{ère} journée

2^{ème} journée

8h45 Accueil des participants

9h00 En salle

Présentation du formateur
Tour de table et auto-évaluation des acquis de la 1^{ère} journée.
Inscription au stage, attestation de présence
Rappel sur les incontournables de la « conduite attitude »

9h15 Sur piste

L'entretien de la voiture :
• voiture anomalie comprenant 10 non-conformités à identifier
• les pneumatiques : projection d'un film pédagogique

9h45 En salle

Les incontournables de la conduite :

10h15 Sur piste

Exercice d'application : éviter un obstacle soudain
Adapter sa conduite : exercice d'évaluation avec un parcours sinueux (enchaînement de virages sur piste glissante : position du regard, adaptation de la vitesse, etc..)

11h00 En salle

Rappel sur les freinages en situation d'urgence
Adapter les distances de sécurité aux différentes vitesses
Distances de sécurité à l'arrière
Distances de sécurité latérales

11h30 Sur piste

Exercices de freinage sans obstacle à différentes vitesses
Exercices de freinage avec obstacle à différentes vitesses
Exercice d'évitement avec freinage

12h15 Déjeuner

13h30 Salle et Piste

Anticipation avec pied devant le frein :
• Explication
• Exercices pratiques : freinages avec et sans le pied sur le frein

14h00 En salle

auto-évaluation des acquis
Test des connaissances du Code de la Route

15h15 En salle

Les apports des équipements d'aides électroniques à la conduite : ESP-ABS-AFU
Consignes de sécurité concernant l'utilisation du véhicule personnel

15h45 Sur piste

Exercices de freinages et freinages avec évitement, avec véhicules personnels. Chaque stagiaire va pouvoir tester le comportement de sa propre voiture et mieux évaluer les risques de la route.

16h30 En salle

Auto-évaluation des stagiaires
Remise de la documentation pédagogique
Bilan de la formation et conclusion.

VARIANTES DE CE STAGE

Existe en version :

- 1 jour
- VUL