

Fiche orale n°1

Conduite dans des conditions atmosphériques difficiles, route de nuit
CONDUITE & COMPORTEMENT

Pluie :

- ↓ **vitesse** ; ↑ **distances** de sécurité
- **/!\ freinage** brusques : ↑ **frein moteur**
- **Feux & accessoires** (ventilation, clim, dégivrage, essuie-glace)

Brouillard :

- ↓ **vitesse**
- ↑ **distances de sécurité**
- **Feux** : Brouillard av. et/ou ar.

Vent :

- ↓ **vitesse**
- penser aux **dépôts**

Neige & verglas :

- ↓ **vitesse** ; ↑ **distances** de sécurité
- Utiliser les **équipements** (chaînes, chaussettes) **/!\ réglementation**
- Conduite **souple & anticipation**

Nuit :

- **/!\ Accidents** 2 x plus grave (*Vitesse, manque de visibilité, fatigue, alcool, ...*)
- ↓ **acuité visuelle** : surtout pour les personnes avec des pbs de vue)
- **Éblouissement** : ↓ perception des couleurs, ↓ champ visuel ; **/!\ ++** si **fatigue**

PRECAUTIONS A PRENDRE

Avant le trajet :

- Contrôle des **feux & batteries**
- **Prévoir** ampoules, lampe, fusibles, ...

Pendant le trajet :

- **/!** à l'**allure**
- **Pauses** régulières
- S'aider des **marquages** au sol
- **/!** à la **fatigue**

Infos routes :

CRIR, CNIR, Internet, Radio, Gendarmerie/Police

Fiche orale n°2

Comportement en cas d'accident
JE NE SUIS PAS LE 1^{er} SUR LES LIEUX
Ralentir & passer son chemin

JE SUIS LE 1^{er} SUR LES LIEUX

Protéger :

- Éviter le **sur-accident**
- **Signaler** (Feux de détresses, gilet, balises)

Alerter :

- Via une **borne SOS** (sur autoroute)
- Via un tel. Portable : **17 - 18 - 15 -112**
- **/!\ ne pas raccrocher** sans y être invité

Secourir :

- **Couvrir** les victimes
- Leur **parler**, les **rassurer**
- Faire les **gestes connus**

GESTES DANGEREUX

/!\ Ne jamais :

- **Déplacer** un blessé
- Donner à **boire / manger / fumer**
- **Enlever le casque** d'un motard
- Faire des **gestes non maîtrisés**

CONDUITE A TENIR – accident matériel

- Je reste **calme** et **courtois**
- **Dégager** ou **protéger** les lieux

/!\ Prévenir son entreprise

Constat amiable :

- N'est **pas obligatoire** mais fortement **recommandé**
- Valable dans **toute l'UE**
→ Remplir le **recto avec l'autre conducteur** : penser à **signer**, 1 exemplaire par conducteur (Carbone)
→ Compléter verso si besoin
- **A renvoyer à l'assurance** sous 5 jours

Fiche orale n°3

Conduite en montagne ou zone accidentée

DANGERS

Risques liés à :

- l'infrastructure routière
- aux types de véhicules
- aux conditions météo

Sur route étroite et sinueuse :

/!\ Croisements difficiles

- soit c'est celui pour lequel c'est le + facile qui manœuvre
- soit c'est le véhicule qui descend.

/!\ Croisements impossibles

- Camion manœuvre face à un ensemble
 - Autocar manœuvre face à un ensemble
- Pensez au fait qu'on peut **surprendre** d'autres usagers par notre gabarit et qu'on peut nous aussi **être surpris** !

En descente :

/! à l'énergie cinétique qui ↑ de la vitesse

/! aux freins qui chauffent :

- Utiliser le frein moteur
- Utiliser les ralentisseurs

En montée :

/! au risque de surchauffe moteur

PRECAUTIONS

Comportement du conducteur :

- ↓ sa vitesse et l'adapter aux types d'infrastructure
- Bien utiliser la BV
- Combiner freins et ralentisseurs
- Avertir : signaux sonores et/ou lumineux
- Possédez les équipements nécessaires

Informations routières :

→ S'informer sur l'état des routes, des cols, barrières de dégel.

→ Utiliser autant que possible les tunnels plutôt que les cols.

Fiche orale n°4

Gestes et postures, accident du travail

GESTES ET POSTURES A ADOPTER

→ A la montée / descente dans le véhicule

- 3 points d'appui ; dos à la route
- **/!** marchepied glissant

→ Bonne installation au poste de conduite

- siège, dossier, volant
- ceinture de sécurité

→ Port des EPI

→ Au chargement / déchargement

- **/!** à l'environnement en ouvrant les portes, les fixer
- Utiliser l'échelle
- Porter les charges dos droit, pieds autour de l'objet, jambes fléchies

→ Respecter les protocoles de sécurité

IMPORTANCE DES ACCIDENTS

Accident du travail : survient sur le(s) lieu(x) d'exercice de sa profession ou sur le trajet prévisible domicile-travail.

Conducteur routier = métier à risque !

DANGERS ET RISQUES

Environ 13 fois + d'accidents lorsque le camion est à l'arrêt.

En 2014 : ≈ 10000 AT à la montée/descente du véhicule.

Risques notamment lors des

- Manutentions manuelles
- Chutes de hauteur
- Risques routiers

Possibilités de blessures, entorses, maladies professionnelles, chocs, ...

Fiche orale n°5

Chargement, Surcharge

CHARGEMENT

/!\ toujours la responsabilité du conducteur

Précautions :

Le poids réel doit toujours être < à la MMA

- Équilibrer, répartir et arrimer
- Organiser son chargement selon sa tournée
- Prévoir son itinéraire
- Adapter sa vitesse au type de chargement

Risques

- ↓ visibilité (conducteur & autres usagers)
 - Chutes : accident, détérioration
 - Déports au freinage
 - Déséquilibre du véhicule
- /!\ mauvais chargement = problème avec les assurances

SURCHARGE

/!\ Surcharge toujours interdite

→ Vérifier sur la CG et/ou plaque de tare et/ou plaque constructeur

2 types de surcharge :

- Au PTAC / PTR
- A l'essieu

/!\ Le rendement n'est jamais plus important que la sécurité

SANCTIONS

Infraction au code de la route & à la réglementation du transport.

- Amende de 4^e classe (90€/135€/375€)
- Immobilisation au-delà de 5 % de surcharge
- Au delà de 20 % : Immobilisation + amende de 5^e classe

Fiche orale n°6

Les dépassements

PRECAUTIONS

/!\ Gabarit + poids = Bcp – d'accélération

Avant de dépasser :

- Connaître son véhicule (accélération, limiteur, régulateur)
- Faire /!\ à la ≠ de vitesse & à la place nécessaire
- Avertir (sonores & lumineux)
- Respecter le Code de la Route
 - On n'utilise pas la 3^e voie en PL
 - On ne dépasse pas si au – 1 voie est enneigée
 - Possibilité de chevaucher la ligne blanche pour dépasser les cyclistes

Pendant le dépassement :

- Distances de sécurité latérales et longitudinales
- Garder l'œil sur les rétroviseurs

Après le dépassement :

- /!\ à ne pas gêner le véhicule dépassé
- Surveiller le rabattement dans les rétros
- Signaler avec les clignotants

DANGERS

- Accrocher le véhicule dépassé
- mauvaise appréciation des distances et/ou des vitesses
- Déports dus au vent

ÊTRE DÉPASSE

- Maintenir son allure
- Ralentir si besoin et serrer à droite
- Surveiller les déports dus au vent

DISPOSITIFS DE PROTECTION

Latéraux : Protègent les 2 roues et piétons d'une chute sous les roues du véhicule

Arrière : Limite le risque d'encastrement par un véhicule venant de l'arrière.

Fiche orale n°7

Dynamique du véhicule

VITESSE

Lors du **mouvement** le véhicule emmagasine de l'énergie appelée : **Énergie Cinétique**

$$E_c = (m \times V^2) / 2$$

Se dissipe en **freinant** → transformation en **chaleur** en cas de **choc** → Par **déformation** du véhicule

Une des **premières cause de mortalité** en France !

CENTRE DE GRAVITE

Point d'**équilibre des forces** sur le véhicule.

+ le véhicule est bas, + il est stable

→ définit par le **constructeur**

→ varie selon le **chargement** du véhicule : **ballant, risque de renversement**

FORCE CENTRIFUGE

Attire un véhicule vers **l'extérieur d'une courbe**.

$$F_c = (m \times V^2) / \text{Rayon de la courbe}$$

Accroît le **risque de renversement** notamment dans les CSG.

ADAPTATION A LA CONDUITE

- Adapter son allure & **anticiper**
- Respecter la **réglementation**
- Répartir, arrimer & caler le **chargement**
- **Conduite** souple

CONDUITE D'UN TRACTEUR EN SOLO

Particularité & Dangers

Absence de **charge** sur les **essieux arrières**

- Baisse du confort
- **Instabilité** à l'accélération
- **Freinage** très (trop) puissant

Précautions

- Respecter les **limitations** de vitesse
- **Conduite** très souple

Fiche orale n°8

Alcool, stupéfiants & médicaments

ALCOOL

2 verre « bar » ≈ 0,5g d'alcool / L de sang

≈ 0,25 mg d'alcool / L d'air expiré

Taux ↑ :

- Selon l'état de santé, le **physique**
- **Fatigue** et **stress**

Alcoolémie max. à jeun ≈ 30 mn

dans un repas ≈ 1h

↓ de 0,10 à 0,15 g / L / h

→ Pas d'astuces pour éliminer

Effets :

- ↓ **champ visuel** ; vision trouble
- **inattention**, **sommeil**
- perte de **mémoire**, de **réflexes**
- Troubles du **comportement**

Sanctions

> 0,5 g/L et < 0,8 g/L : 135€ d'amende et 6 points en -

> 0,8 g/L : 6 points, 4500€ d'amende, suspension

STUPEFIANTS

Effets :

- Mauvais contrôle des **trajectoires**
- Sensation de sécurité
- Baisse de l'**attention**
- **Temps de réaction** allongé

Risque d'accident x 1,8 avec cannabis

x 14 avec cannabis & alcool

Sanctions :

6 points, 4500€ d'amende, suspension

/!\ avec alcool : 3 ans de prison + 9000€

MEDICAMENTS

- Toujours lire la **notice**
- Faire attention aux **pictogrammes**
- Ne **jamais mélanger** avec alcool ou/et stupéfiants

Fiche orale n°9

Ecoconduite & conduite citoyenne
ECOCONDUITE

Conduite écologique & économique

Règles de base :

- Entretien du véhicule
- /!\ plages du compte tour
- Limiter sa vitesse
- Anticiper et conduire sagement
- Utiliser l'EC
- Limiter l'utilisation des équipements
- Choisir son itinéraire
- Préchauffer mais ne pas laisser tourner à l'arrêt
- /!\ gonflage des pneus
- Tendre la bâche = aérodynamisme

CONDUITE CITOYENNE

Conduite dans le respect des autres

/!\ Bruit & pollution mentionnés sur la CG

Bruit :

- Entretien du véhicule
- /!\ Ligne et silencieux d'échappement
- Éviter les accélérations brusques et inutiles

- Arrêter le moteur en stationnement

Sanctions : Amendes de 4^e classe + immobilisation

Pollution :

- Normes Euro VI, moteur hybride, carburants alternatifs, ...
- Équipements innovants : Huiles de synthèse, déflecteurs, pneus, ...
- Augmentation des PTRAs pour les 5/6 essieux, contrôle technique annuel
- Transport rail-route, ...

Fiche orale n°10

Porte à faux & angles morts

PORTE A FAUX

Connaissance du véhicule :

Distance entre l'axe des essieux (av/ar) et l'extrémité (av/ar) du véhicule.

→ Doit être connu du conducteur

Situations particulières :

- /!\ Virages et Giratoires
- /!\ Manœuvres
- /!\ Passages étroits

Dangers :

Accrocher des personnes ou des biens

Précautions :

- Contrôler
- Descendre
- Utiliser les équipements (caméras, radars)
- Se faire guider
- Se placer

ANGLES MORTS

Connaissance du véhicule :

Zone de non visibilité du conducteur

→ /!\ Angles morts sont beaucoup + importants en PL

Situations particulières :

- /!\ Changement de direction
- /!\ Dépassement, Rabattement
- /!\ Virages
- /!\ Manœuvres
- /!\ Passages étroits
- /!\ Freinage

Dangers :

Accrocher des personnes ou des biens

Précautions :

- Contrôler
- Descendre
- Utiliser les équipements (caméras, radars)
- Se faire guider
- Se placer

Fiche orale n°11

Comportement en tunnels et passages à niveaux

TUNNELS

Conduire en sécurité :

Interdictions

- Demi tour
- Arrêt / stationnement
- /!\ interdiction TMD

Obligations

- Distances de sécurité
- Vitesse
- Feux

Conseils

- /!\ Carburant
- Ne pas fumer
- Pas de lunettes de soleil
- Écouter la radio
- S'aider des diodes bleues

En cas d'arrêt :

- Garder les **distances de sécurité**
- Couper le **moteur**
- **Serrer** à droite
- **Écouter la radio**

En cas d'urgence et/ou incendie :

- **Feux de détresse**
- **Emplacements** d'arrêts d'urgence
- Utiliser les **bornes SOS**
- **Aider** les personnes en difficulté
- Gagner un **abri** ou une **sortie de secours**
- Utiliser les **extincteurs**

PASSAGES A NIVEAUX

Différents types :

3 types :

- **Sans barrière** : rare et dangereux
- Avec **barrières manuelles** : très rares
- A **barrières automatiques**

Statistiques :

Environ **18000 PAN** en France ; **90 % des accidents** dus au non-respect du code de la route.

Précautions :

- **Ralentir**
- Respecter le Code de la Route
- /!\ à l'**espace nécessaire** pour franchir l'obstacle
- Ne **pas changer de rapport** durant le franchissement

/!\ Si Blocage sur l'obstacle tenter d'avancer au démarreur, casser les barrières si besoin.

Fiche orale n°12

Système de sécurité & d'aide à la conduite

SYSTEME DE SECURITE

Permet d'**éviter** et/ou de **minimiser un accident**

Exemple	Rôle
<i>Passif</i> Airbag Ceinture	→ Amorti le choc → Rend le corps solidaire du véhicule
<i>Actif</i> ABR	→ Anti blocage des roues : permet de garder le contrôle du véhicule
AFU	→ Aide au freinage d'urgence : Permet de bénéficier instantanément de 100 % de la capacité de freinage du véhicule

AIDE A LA CONDUITE

Facilite la tâche au conducteur

Exemple	Rôle
Direction assistée GPS Vitre électrique Allumage des feux	→ Multiplie la force du conducteur → Guidage par satellite → Dispense le conducteur de la gestion des détails

DANGERS

- **Baisse de l'attention** et de la **vigilance**
- **Panne**, incapacité du conducteur à gérer sans eux
- **Habitude** au véhicule
- Prise de **risque**