

<p>Fiche orale n°1</p> <p>Conduite dans des conditions atmosphériques difficiles, route de nuit</p> <p>CONDUITE & COMPORTEMENT</p> <p>Pluie :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ vitesse ; ↑ distances de sécurité • /!\ freinage brusques : ↑ frein moteur • Feux & accessoires (<i>ventilation, clim, dégivrage, essuie-glace</i>) <p>Brouillard :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ vitesse • ↑ distances de sécurité • Feux : Brouillard av. et/ou ar. <p>Vent :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ vitesse • penser aux déports <p>Neige & verglas :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ vitesse ; ↑ distances de sécurité • Utiliser les équipements (chaînes, chaussettes) /!\ réglementation • Conduite souple & anticipation <p>Nuit :</p> <ul style="list-style-type: none"> • /!\ Accidents 2 x plus grave (<i>Vitesse, manque de visibilité, fatigue, alcool, ...</i>) • ↓ acuité visuelle : surtout pour les personnes avec des pbs de vue) • Éblouissement : ↓ perception des couleurs, ↓ champ visuel ; /!\ ++ si fatigue <p>PRECAUTIONS A PRENDRE</p> <p>Avant le trajet :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contrôle des feux & batteries • Prévoir ampoules, lampe, fusibles, ... <p>Pendant le trajet :</p> <ul style="list-style-type: none"> • /!\ à l'allure • Pauses régulières • S'aider des marquages au sol • /!\ à la fatigue <p>Infos routes :</p> <p><i>CRIR, CNIR, Internet, Radio, Gendarmerie/Police</i></p>	<p>Fiche orale n°2</p> <p>Comportement en cas d'accident</p> <p>JE NE SUIS PAS LE 1^{er} SUR LES LIEUX</p> <p>Ralentir & passer son chemin</p> <p>JE SUIS LE 1^{er} SUR LES LIEUX</p> <p>Protéger :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Éviter le sur-accident • Signaler (Feux de détresses, gilet, balises) <p>Alerter :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Via une borne SOS (sur autoroute) • Via un tel. Portable : 17 - 18 - 15 - 112 • /!\ ne pas raccrocher sans y être inviter <p>Secourir :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Couvrir les victimes • Leur parler, les rassurer • Faire les gestes connus <p>GESTES DANGEREUX</p> <p>/!\ Ne jamais :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Déplacer un blessé • Donner à boire / manger / fumer • Enlever le casque d'un motard • Faire des gestes non maîtrisés <p>CONDUITE A TENIR – accident matériel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je reste calme et courtois • Dégager ou protéger les lieux <p>/!\ Prévenir son entreprise</p> <p>Constat amiable :</p> <ul style="list-style-type: none"> • N'est pas obligatoire mais fortement recommandé • Valable dans toute l'UE <ul style="list-style-type: none"> → 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
---	--

<p>Fiche orale n°3</p> <p>Conduite en montagne ou zone accidentée</p> <p>DANGERS</p> <p>Risques liés à :</p> <ul style="list-style-type: none"> • l'infrastructure routière • aux types de véhicules • aux conditions météo <p>Sur route étroite et sinuueuse :</p> <p>!/\ Croisements difficiles</p> <ul style="list-style-type: none"> • soit c'est celui pour lequel c'est le +facile qui manœuvre • soit c'est le véhicule qui descend. <p>!/\ Croisements impossibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 ! <p>En descente :</p> <p>!/\ à l'énergie cinétique qui ↑ de la vitesse</p> <p>!/\ aux freins qui chauffent :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utiliser le frein moteur • Utiliser les ralentisseurs <p>En montée :</p> <p>!/\ au risque de surchauffe moteur</p> <p>PRECAUTIONS</p> <p>Comportement du conducteur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ 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 <p>Informations routières :</p> <ul style="list-style-type: none"> → S'informer sur l'état des routes, des cols, barrières de dégel. → Utiliser autant que possible les tunnels plutôt que les cols. 	<p>Fiche orale n°4</p> <p>Gestes et postures, accident du travail</p> <p>GESTES ET POSTURES A ADOPTER</p> <ul style="list-style-type: none"> → 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 fléchis → Respecter les protocoles de sécurité <p>IMPORTANCE DES ACCIDENTS</p> <p>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 !</p> <p>DANGERS ET RISQUES</p> <p>Environ 13 fois + d'accidents lorsque le camion est à l'arrêt. En 2014 : ≈ 10000 AT à la montée/descente du véhicule.</p> <p>Risques notamment lors des</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manutentions manuelles • Chutes de hauteur • Risques routiers <p>Possibilités de blessures, entorses, maladies professionnelles, chocs, ...</p>
--	--

Fiche orale n°5	Fiche orale n°6
<p>Chargement, Surcharge</p> <p>CHARGEMENT</p> <p>/!\ toujours la responsabilité du conducteur</p> <p>Précautions :</p> <p>Le poids réel doit toujours être < à la MMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Équilibrer, répartir et arrimer • Organiser son chargement selon sa tournée • Prévoir son itinéraire • Adapter sa vitesse au type de chargement <p>Risques</p> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ visibilité (<i>conducteur & autres usagers</i>) • Chutes : accident, détérioration • Déports au freinage • Déséquilibre du véhicule <p>/!\ mauvais chargement = problème avec les assurances</p> <p>SURCHARGE</p> <p>/!\ Surcharge toujours interdite</p> <p>→ Vérifier sur la CG et/ou plaque de tare et/ou plaque constructeur</p> <p>2 types de surcharge :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Au PTAC / PTRA • A l'essieu <p>/!\ Le rendement n'est jamais plus important que la sécurité</p> <p>SANCTIONS</p> <p>Infraction au code de la route & à la réglementation du transport.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 	<p>Les dépassements</p> <p>PRECAUTIONS</p> <p>/!\ Gabarit + poids = Bcp – d'accélération</p> <p>Avant de dépasser :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Connaître son véhicule (<i>accélération, limiteur, régulateur</i>) • Faire /!\ à la ≠ de vitesse & à la place nécessaire • Avertir (<i>sonores & lumineux</i>) • Respecter le Code de la Route <p>→ On n'utilise pas la 3^e voie en PL</p> <p>→ On ne dépasse pas si au – 1 voie est enneigée</p> <p>→ Possibilité de chevaucher la ligne blanche pour dépasser les cyclistes</p> <p>Pendant le dépassement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Distances de sécurité latérales et longitudinales • Garder l'œil sur les rétroviseurs <p>Après le dépassement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • /!\ à ne pas gêner le véhicule dépassé • Surveiller le rabattement dans les rétros • Signaler avec les clignotants <p>DANGERS</p> <p>→ Accrocher le véhicule dépassé</p> <ul style="list-style-type: none"> • mauvaise appréciation des distances et/ou des vitesses • Déports dus au vent <p>ETRE DEPASSE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maintenir son allure • Ralentir si besoin et serrer à droite • Surveiller les déports dus au vent <p>DISPOSITIFS DE PROTECTION</p> <p>Latéraux : Protègent les 2 roues et piétons d'une chute sous les roues du véhicule</p> <p>Arrière : Limite le risque d'encastrement par un véhicule venant de l'arrière.</p>

<p>Fiche orale n°7</p> <h3>Dynamique du véhicule</h3> <h4>VITESSE</h4> <p>Lors du mouvement le véhicule emmagasine de l'énergie appelée : Énergie Cinétique</p> $Ec = (m \times V^2) / 2$ <p>Se dissipe en freinant → <i>transformation en chaleur</i> en cas de choc → <i>Par déformation du véhicule</i></p> <p>Une des premières cause de mortalité en France !</p> <h4>CENTRE DE GRAVITE</h4> <p>Point d'équilibre des forces sur le véhicule.</p> <ul style="list-style-type: none"> + le véhicule est bas, + il est stable → définit par le constructeur → varie selon le chargement du véhicule : <i>ballant, risque de renversement</i> <h4>FORCE CENTRIFUGE</h4> <p>Attire un véhicule vers l'extérieur d'une courbe.</p> $Fc = (m \times V^2) / \text{Rayon de la courbe}$ <p>Accroît le risque de renversement notamment dans les CSG.</p> <h4>ADAPTATION A LA CONDUITE</h4> <ul style="list-style-type: none"> • Adapter son allure & anticiper • Respecter la réglementation • Répartir, arrimer & caler le chargement • Conduite souple <h4>CONDUITE D'UN TRACTEUR EN SOLO</h4> <h4>Particularité & Dangers</h4> <p>Absence de charge sur les essieux arrières</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baisse du confort • Instabilité à l'accélération • Freinage très (trop) puissant <h4>Précautions</h4> <ul style="list-style-type: none"> → Respecter les limitations de vitesse → Conduite très souple 	<p>Fiche orale n°8</p> <h3>Alcool, stupéfiants & médicaments</h3> <h4>ALCOOL</h4> <p>2 verre « bar » ≈ 0,5g d'alcool / L de sang ≈ 0,25 mg d'alcool / L d'air expiré</p> <p>Taux ↑ :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selon l'état de santé, le physique • Fatigue et stress <p>Alcoolémie max. à jeun ≈ 30 mn dans un repas ≈ 1h</p> <p>↓ de 0,10 à 0,15 g / L / h</p> <p>→ Pas d'astuces pour éliminer</p> <h4>Effets :</h4> <ul style="list-style-type: none"> • ↓ champ visuel ; vision trouble • inattention, sommeil • perte de mémoire, de réflexes • Troubles du comportement <h4>Sanctions</h4> <p>> 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</p> <h4>STUPEFIANTS</h4> <h4>Effets :</h4> <ul style="list-style-type: none"> • Mauvais contrôle des trajectoires • Sensation de sécurité • Baisse de l'attention • Temps de réaction allongé <p>Risque d'accident x 1,8 avec cannabis x 14 avec cannabis & alcool</p> <h4>Sanctions :</h4> <p>6 points, 4500€ d'amende, suspension /!\ avec alcool : 3 ans de prison + 9000€</p> <h4>MEDICAMENTS</h4> <ul style="list-style-type: none"> • Toujours lire la notice • Faire attention aux pictogrammes • Ne jamais mélanger avec alcool ou/et stupéfiants
---	---

<p>Fiche orale n°9</p> <p>Ecoconduite & conduite citoyenne</p> <p>ECOCONDUITE</p> <p>Conduite écologique & économique</p> <p>Règles de base :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entretien du véhicule • /!\ plages du compte tour • Limiter sa vitesse • Anticiper et conduire souplement • 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 <p>CONDUITE CITOYENNE</p> <p>Conduite dans le respect des autres</p> <p>/!\ Bruit & pollution mentionnés sur la CG</p> <p>Bruit :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entretien du véhicule → /!\ Ligne et silencieux d'échappement • Éviter les accélération brusques et inutiles • Arrêter le moteur en stationnement <p>Sanctions : Amendes de 4^e classe + immobilisation</p> <p>Pollution :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normes Euro VI, moteur hybride, carburants alternatifs, ... • Équipements innovants : Huiles de synthèse, déflecteurs, pneus, ... • Augmentation des PTIA pour les 5/6 essieux, contrôle technique annuel • Transport rail-route, ... 	<p>Fiche orale n°10</p> <p>Porte à faux & angles morts</p> <p>PORTE A FAUX</p> <p>Connaissance du véhicule :</p> <p>Distance entre l'axe des essieux (av/ar) et l'extrémité (av/ar) du véhicule. → Doit être connu du conducteur</p> <p>Situations particulières :</p> <ul style="list-style-type: none"> • /!\ Virages et Giratoires • /!\ Manœuvres • /!\ Passages étroits <p>Dangers :</p> <p>Accrocher des personnes ou des biens</p> <p>Précautions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contrôler • Descendre • Utiliser les équipements (caméras, radars) • Se faire guider • Se placer <p>ANGLES MORTS</p> <p>Connaissance du véhicule :</p> <p>Zone de non visibilité du conducteur → /!\ Angles morts sont beaucoup + importants en PL</p> <p>Situations particulières :</p> <ul style="list-style-type: none"> • /!\ Changement de direction • /!\ Dépassemment, Rabattement • /!\ Virages • /!\ Manœuvres • /!\ Passages étroits • /!\ Freinage <p>Dangers :</p> <p>Accrocher des personnes ou des biens</p> <p>Précautions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contrôler • Descendre • Utiliser les équipements (caméras, radars) • Se faire guider • Se placer
--	--

Fiche orale n°11	Fiche orale n°12										
<p>Comportement en tunnels et passages à niveaux</p> <p>TUNNELS</p> <p>Conduire en sécurité :</p> <p>Interdictions</p> <ul style="list-style-type: none"> → Demi tour → Arrêt / stationnement → !\\ interdiction TMD <p>Obligations</p> <ul style="list-style-type: none"> → Distances de sécurité → Vitesse → Feux <p>Conseils</p> <ul style="list-style-type: none"> → !\\ Carburant → Ne pas fumer → Pas de lunettes de soleil → Écouter la radio → S'aider des diodes bleues <p>En cas d'arrêt :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Garder les distances de sécurité • Couper le moteur • Serrer à droite • Écouter la radio <p>En cas d'urgence et/ou incendie :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 <p>PASSAGES A NIVEAUX</p> <p>Différents types :</p> <p>3 types :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sans barrière : rare et dangereux • Avec barrières manuelles : très rares • A barrières automatiques <p>Statistiques :</p> <p>Environ 18000 PAN en France ; 90 % des accidents dus au non-respect du code de la route.</p> <p>Précautions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ralentir • Respecter le Code de la Route • !\\ à l'espace nécessaire pour franchir l'obstacle • Ne pas changer de rapport durant le franchissement <p>!\\ Si Blocage sur l'obstacle tenter d'avancer au démarreur, casser les barrières si besoin.</p>	<p>Système de sécurité & d'aide à la conduite</p> <p>SYSTEME DE SECURITE</p> <p>Permet d'éviter et/ou de minimiser un accident</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Exemple</th><th style="text-align: center;">Rôle</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="vertical-align: top;"> Passif Airbag Ceinture </td><td> <ul style="list-style-type: none"> → Amorti le choc → Rend le corps solidaire du véhicule </td></tr> <tr> <td style="vertical-align: top;"> Actif ABR AFU </td><td> <ul style="list-style-type: none"> → Anti blocage des roues : permet de garder le contrôle du véhicule → Aide au freinage d'urgence : Permet de bénéficier instantanément de 100 % de la capacité de freinage du véhicule </td></tr> </tbody> </table> <p>AIDE A LA CONDUITE</p> <p>Facilite la tâche au conducteur</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Exemple</th><th style="text-align: center;">Rôle</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="vertical-align: top;"> Direction assistée GPS Vitre électrique Allumage des feux </td><td> <ul style="list-style-type: none"> → Multiplie la force du conducteur → Guidage par satellite → Dispense le conducteur de la gestion des détails </td></tr> </tbody> </table> <p>DANGERS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baisse de l'attention et de la vigilance • Panne, incapacité du conducteur à gérer sans eux • Habitude au véhicule • Prise de risque 	Exemple	Rôle	Passif Airbag Ceinture	<ul style="list-style-type: none"> → Amorti le choc → Rend le corps solidaire du véhicule 	Actif ABR AFU	<ul style="list-style-type: none"> → Anti blocage des roues : permet de garder le contrôle du véhicule → Aide au freinage d'urgence : Permet de bénéficier instantanément de 100 % de la capacité de freinage du véhicule 	Exemple	Rôle	Direction assistée GPS Vitre électrique Allumage des feux	<ul style="list-style-type: none"> → Multiplie la force du conducteur → Guidage par satellite → Dispense le conducteur de la gestion des détails
Exemple	Rôle										
Passif Airbag Ceinture	<ul style="list-style-type: none"> → Amorti le choc → Rend le corps solidaire du véhicule 										
Actif ABR AFU	<ul style="list-style-type: none"> → Anti blocage des roues : permet de garder le contrôle du véhicule → Aide au freinage d'urgence : Permet de bénéficier instantanément de 100 % de la capacité de freinage du véhicule 										
Exemple	Rôle										
Direction assistée GPS Vitre électrique Allumage des feux	<ul style="list-style-type: none"> → Multiplie la force du conducteur → Guidage par satellite → Dispense le conducteur de la gestion des détails 										