

Préventis Phase 1

Cette formation, basée sur une alternance théorie et pratique, permet l'acquisition des fondamentaux d'une **conduite professionnelle et responsable**.



Objectifs de la formation

- **Acquérir** les compétences pour une conduite professionnelle.
- **Entretenir** et **perfectionner** ses connaissances sur le véhicule.
- **Améliorer** sa perception de l'environnement.

Durée de la formation

7h sur 1 jour.

Prérequis

- Être titulaire d'un permis de conduire en cours de validité.
- Utiliser un véhicule de fonction, de service ou associé.

Public visé

- Les salariés dont l'activité nécessite l'utilisation d'un véhicule.

Lieu de formation

- Cette formation est réalisée sur site Centaure.

Moyens pédagogiques

- Une infrastructure routière dédiée.
- Des plateaux d'exercices : virage, ligne droite et pente ; plaque tournante.
- Un parc de véhicules Centaure.
- Des salles de formation équipées multimédia.
- Des outils permettant une mesure du temps de réaction et du niveau de perception.

Dossier pédagogique

Remise à chaque stagiaire des éléments suivants :

- Une attestation de formation.
- Un bilan du véhicule.
- Une évaluation du niveau de perception.
- Un livret pédagogique.
- Une fiche conseil éco-conduite.

Niveau de formation des formateurs

La totalité des formateurs Centaure sont titulaires du Brevet d'État BEPECASER, niveau minimum obligatoire pour enseigner chez Centaure, et suivent également un cursus complet de formation interne.

Modalités de validation des acquis

- Mise en application pratique de la formation Centaure.
- Fiche d'évaluation de fin de stage.



Programme Préventis Phase 1

Matinée

Accueil des participants

- Présentation de Centaure, des objectifs pédagogiques de la formation.



Atelier théorique en salle
L'insécurité routière et
Installation au poste de conduite



- Insécurité routière : typologies d'accidents, les chiffres.
- Installation au poste de conduite.
- Coordination volant - regard.



**Atelier pratique sur les plateaux
d'exercices**

Évaluation des stagiaires /
Découverte d'un freinage d'urgence



- Mise en situation d'accident à bord d'un véhicule Centaure selon un scénario professionnel (freinage d'urgence).



Atelier théorique en salle
Débriefing de la situation vécue
Le freinage



- Retour d'expérience sur les situations vécues et décryptage de l'enchaînement des actions ayant conduit à l'accident selon la méthode **V**éhicule, **E**nvironnement, **C**onducteur, **O**rganisation, **R**èglementation.
- Les lois physiques relatives au freinage, l'énergie cinétique.
- Distances parcourues pendant le temps de réaction et distances de freinage.
- Le freinage progressif, le freinage d'urgence.
- Les équipements de sécurité active : l'ABS et son fonctionnement.



**Atelier pratique sur les plateaux
d'exercices**

Le freinage d'urgence

Mise à disposition des véhicules Centaure



- Technique de freinage.
- L'incidence de l'entretien sur les performances de freinage et de tenue de route du véhicule (les pneumatiques).
- Incidence de la vitesse sur les distances de freinage.
- Distances de sécurité : la règle des 2 secondes.
- L'incidence de l'environnement et notamment la géographie de la route.
- L'anticipation aux abords des zones à risques.



**Atelier pédagogique
sur les plateaux d'exercices**

Vitesse et distances d'arrêt :
démonstration freinage

Mise à disposition des véhicules Centaure



- Visualiser l'incidence de la vitesse sur la distance d'arrêt (30, 60 et 50 km/h).
- Relation entre adhérence et distance d'arrêt.

Après-midi



**Atelier pédagogique
dans l'espace technique**

Les pneumatiques du véhicule
du stagiaire



- État et pression des pneumatiques (éclatement, surconsommation, perte d'adhérence, usure).
- Les conséquences des négligences.



**Atelier pédagogique dans le hall
panoramique d'accueil**

Test individuel de vision/perception



- Mise en évidence des différences de perception des événements et de leurs interactions sur la route. Correction des tests et retours sur les conséquences sur la route de tous les jours.
- Rappel sur la signalisation routière.
- Relation entre la surestimation des distances et la sous-estimation du danger.



Atelier théorique en salle
Les fondamentaux du
comportement responsable



- Études des principales causes d'accidents et des facteurs dégradant la vigilance :
 - l'alcool, les drogues, les médicaments,
 - l'hypovigilance (hygiène de vie, dette de sommeil),
 - le téléphone portable et autres outils de communication (la charge mentale, les dangers, la réglementation).



**Atelier pratique sur les plateaux
d'exercices**

À bord des véhicules des stagiaires



- Validation des notions d'anticipation aux abords des zones à risques (Intersection, zone sans visibilité) et adaptation de la vitesse.
- Freinage d'urgence et utilisation des équipements de sécurité active (ABS, ESP, etc.).
- Prise en compte des distances de sécurité, de freinage et d'arrêt.
- Prise en compte de la géographie de la route et de l'environnement.

Validation des acquis

- Évaluation des acquis via QCM.
- Corrigé en salle et retour sur les principaux thèmes abordés.

→ **Synthèse de la formation** : Évaluation du stage par les participants et remise du dossier pédagogique.