

STAGE ECO PREVENTION 3 JOURS



« Maîtriser sa marge de sécurité et son empreinte environnementale »



JOUR 1

Faire l'expérience d'une conduite usuelle et découvrir les différences de consommation sur un parcours étalonné

Audit de conduite initial, fiche d'audit et présentation du plan de formation individualisé.
Relevé de temps et de consommation
Analyse des séquences vidéo enregistrées en salle
Construction commune d'un référentiel de conduite

Découvrir nos contraintes physiologiques

Tests de variabilité du temps de réaction à vitesse réelle
Analyse des variations et des distances parcourues

Repas

Pris en commun avec les formateurs

Avoir des notions sur la dynamique d'un véhicule

Apports d'informations sur la dynamique d'un véhicule (énergie cinétique, force centrifuge...)

Faire l'expérience de différentes pertes d'adhérence

Mise en situation de dérapages (du train avant et du train arrière)
Conduite sur neige et verglas

Faire l'expérience de situations d'urgence en freinage et en évitement d'obstacle

Exercice de freinage d'urgence et d'évitement d'obstacle

JOUR 2

Savoir manipuler correctement son véhicule, savoir positionner son regard en virage et en courbe, découvrir les trajectoires offrant plus de sécurité

Chronologie d'un virage
Techniques de manipulation de volant
Les trajectoires, sécurité et souplesse

Faire l'expérience de situations d'urgence en freinage et en évitement d'obstacle

Exercice de freinage d'urgence et d'évitement d'obstacle

Repas

Pris en commun avec les formateurs

Avoir des notions sur les enjeux et les principes de l'éco conduite

Les enjeux environnementaux et économiques
Les principes liés au véhicule, au chargement et à la conduite

Découvrir sur piste les principes de conduite éco et préventive

Utilisation optimale de la boîte de vitesse
Découverte des mesures de sécurité
Evaluation des distances de freinage à différentes allures

JOUR 3

Etre capable de mettre en place les principes de conduite sûre et éco

Conseil en circulation, progression individualisée

Avoir des notions sur les aides à la conduite

Compréhension du rôle et du fonctionnement de l'ESP, l'Anti patinage, l'Assistance au Freinage d'Urgence...

Repas

Pris en commun avec les formateurs

Faire l'expérience de déclenchements d'aides à la conduite

Validation des apports théoriques
Tests dynamiques ESP

Etre capable de mettre en place les principes de conduite éco et préventive

Evaluation finale sur parcours identique au jour 1
Relevé du temps et des consommations

Etre capable d'élaborer une synthèse du référentiel de conduite éco et préventif

Comparaison des consommations audit initial/audit final
Analyses vidéo comparatives audit initial/audit final



Les outils pédagogiques

Simulateur de pertes d'adhérences Skid Car



Permet la mise en situation d'urgence (sous et survirage, pluie, neige, verglas, hydroplanage)

Freinographe-



Permet une mesure instantanée de la durée du temps de réaction et de freinage ainsi que les distances parcourues et la qualité du freinage.

Enregistrements Audio-vidéos



Avec caméras embarquées, et logiciel d'évaluation de conduite. Permet de visualiser et d'analyser les situations de conduite

Véhicules adaptés, équipés d'ABS, AFU, ESP



Analyse comparative des avantages et inconvénients selon le type de véhicule. (Tests dynamiques)

ECO GYSER



Analyse les données de conduite : consommation, vitesse moyenne, temps passé en accélération en freinage, souplesse.....

Conditions de réalisation

Lieu de formation : Le Mans

Encadrement pédagogique : 1 formateur pour 3 stagiaires

Capacité d'accueil : 12 personnes

Répartition théorie/pratique : 8h00/13h00

Contact : Philippe Jousse/p.jousse@lemans.org/02.43.40.25.62