CONDUITE DANS DES CONDITIONS ATMOSPHERIQUES DIFFICILES - ROUTE DE NUIT



Conduire dans des conditions atmosphériques difficiles peut être dangereux, car la visibilité est réduite, la chaussée peut être glissante et d'autres facteurs météorologiques peuvent augmenter les risques d'accidents de la route.

Pluie

· Actionner les essuie-glace, les feux de croisement, les feux de brouillard avant, la ventilation

· Les distances de freinage et d'arrêt sont augmentées, il faut donc réduire la vitesse et augmenter les distances de sécurité

· Eviter les freinages brusques, utiliser le frein moteur

Neige et verglas

· Allumer les feux de croisement et de brouillard (avant et arrière)

· Adopter une conduite souple, sans à-coups sur le volant ou les pédales

Vent

· Réduire la vitesse

· Se méfier des passages de zones abritées aux zones découvertes (tunnels, ponts...)

Brouillard

· Allumer les feux de croisement et de brouillard (avant et arrière)

· Réduire la vitesse et augmenter les distances de sécurité

· Se guider à l'aide des marquages au sol

· Visibilité inférieure à 50m = 50km/h maximum

Nuit

· Les accidents sont deux fois plus graves la nuit (alcool, fatigue, manque de visibilité)

· Réduire l'allure

Précautions à prendre pour un long trajet

· Avant le départ, contrôler les feux, les pneus, la batterie..., prendre les informations sur les conditions de circulation (météo, bouchons...)

· Faire des pauses lors des trajets

COMPORTEMENT À ADOPTER EN CAS D'ACCIDENT



En cas d'accident, il est essentiel de suivre certaines étapes pour assurer la sécurité des personnes impliquées et minimiser les risques de blessures. Voici les actions à prendre en cas d'accident !

Gestes d'urgence (P.A.S.)

· **P**rotéger pour éviter le suraccident (feux de détresse, triangle visible, gilet de haute visibilité). La nuit, éclairer la zone de l'accident

· **A**lerter les secours et donner la localisation précise de l'accident, le nombre et l'état des victimes (conscient ou non, respirent ou non), les dangers particuliers (poids lourds, matières dangereuses, risque d'incendie...). Ne raccrocher que lorsqu'on nous autorise à le faire

112 : Numéro d'urgence européen
18 : Pompiers
17 : Forces de l'ordre
15 : SAMU

· **S**ecourir : Ne pas déplacer une victime (sauf risque de noyade, d'incendie), ne pas ôter le casque d'un motard, ne pas donner à boire. Couvrir la victime, lui parler.

Accident matériel

· Dégager la chaussée, garder son calme
· Remplir le recto du constat d'accident (permis de conduire, assurance, certificat d'immatriculation, circonstances, croquis, cases à cocher, signature...)
· L'envoyer à l'assureur dans les 5 jours ouvrés

CONDUITE EN MONTAGNE OU ZONES ACCIDENTÉES



La conduite en montagne ou dans des zones accidentées présente des défis particuliers en raison des routes sinueuses, des pentes raides et des conditions météorologiques imprévisibles. Voici quelques conseils pour une conduite plus sûre dans ces environnements !

Déclivité

· En monté, risque de surchauffe du moteur

· En descente, risque de surchauffe des freins, d'emballement. Il faut utiliser le frein moteur, freiner par à-coups et non en continu

· En cas de croisement impossible, priorité au véhicule montant. En cas de croisement entre un véhicule isolé et un véhicule attelé, le véhicule attelé est prioritaire. Les transports en commun sont toujours prioritaires

Infrastructures

· Dangers dans les virages serrés : ralentir, avertir de son approche (appel lumineux, avertisseur sonore)

· Risque de chutes de pierres sur la chaussée

Météo :

· Se renseigner sur l'état des routes, l'ouverture des cols

· Prévoir les équipements (chaînes, pneus neige)

GESTES ET POSTURES, ACCIDENTS DU TRAVAIL



Les gestes et postures jouent un rôle crucial dans la prévention des accidents et des problèmes de santé liés. Il est important d'adopter de bonnes pratiques ergonomiques pour minimiser les risques. Voici quelques conseils sur les gestes et postures à adopter !

Gestes et postures à adopter

• Monter ou descendre avec 3 points d'appui, dos à la route, ne pas sauter. Se méfier des marchepieds glissants

• Régler son poste de conduite pour avoir un bon accès aux commandes et retarder l'apparition de la
fatigue

• Lever une charge en pliant les genoux et non le dos, placer la charge entre les pieds

• Se méfier des sols glissants lors du nettoyage du véhicule

• Porter les équipements de protection individuels (E.P.I.) tels que casque, gants, chaussures de sécurité, casque anti-bruit, masque, combinaison...

Importance des accidents

• Il peut y avoir des accidents du travail à l'arrêt (13 fois plus nombreux) ou en circulation (aller- retour domicile/travail, livraison...).

• En 2019, 5700 accidents de la circulation impliquant un véhicule utilitaire :

300 tués (dont 98usagés du VU),
7400 blessés (dont 2300 usagés du VU)

Dangers et risques

• Hernies, ankyloses... dues aux ports de charges

• Brûlures, asphyxies, intoxications, dues aux matières dangereuses

• Ecrasement, coupures... des mains lors de l'actionnement des ouvrants, de l'accès aux organes
mécaniques

• Traumatismes liés à la chute du chargement lors de l'ouverture des portes

CHARGEMENT, SURCHARGE



La surcharge d'un véhicule est une situation où le poids total transporté par le véhicule dépasse la capacité de charge maximale autorisée pour ce véhicule. Cela peut entraîner des problèmes de sécurité, de stabilité et de performance. Voici ce que vous devez savoir sur la surcharge d'un véhicule !

Chargement

· Le chargement relève de la responsabilité du conducteur

· Respecter les PTAC et PTRA des véhicules, le poids maximum sur le timon

· Transporter des passagers dans la remorque est interdit (y compris dans les caravanes)

· Répartir et équilibrer le chargement (sur l'essieu si possible, le plus bas possible, l'arrimer)

· Choisir l'itinéraire selon le poids et le gabarit du véhicule et de son chargement (hauteur, largeur, longueur)

Risque

· Perte de chargement sur la route

· Déséquilibre, renversement de la remorque

· Manque de visibilité

· Détérioration du véhicule

Surcharge

· Risque de détérioration du véhicule (pneus, essieu, suspensions, timon...)

· Système de freinage non-adapter au poids de l'ensemble

· Surchauffe du moteur en montée

· Sanctions : 135€ d'amende (90€ supplémentaires par tranche de 500kg de surcharge)
Si plus de 5% de surcharge, immobilisation du véhicule.

LE DÉPASSEMENT



Le dépassement d'une voiture est une manœuvre de conduite où vous vous déplacez pour passer une autre voiture sur la route. Il est essentiel de faire cela de manière sûre et conforme aux règles de conduite pour éviter les accidents. Voici les étapes à suivre pour effectuer un dépassement en toute sécurité !

Dispositifs latéraux et arrière de protection

· Ils protègent contre l'encastrement d'autres usagers sous la remorque (notamment les deux-roues)

Avant le dépassement

· Observer la signalisation (marquage au sol, panneaux), pour s'assurer que le dépassement est autorisé et que l'on peut le faire sans dépasser la vitesse autorisée

· S'assurer que l'on a une différence d'allure suffisante par rapport au véhicule à dépasser

· Observer vers l'avant et vers l'arrière pour s'assurer de ne pas gêner d'autres usagers

· Sur route à sens unique et à plusieurs voies, ne pas dépasser la 2eme voie pour un ensemble decplus de 3,5t ou de 7m de long

· Mettre le clignotant (actionner les avertisseurs lumineux ou sonores si nécessaire)

Pendant le dépassement

· Respecter les distances latérales (notamment avec les piétons et deux-roues)

· Se méfier du déport dû au vent lors du dépassement de poids lourds

· Surveiller dans ses rétroviseurs avant de se rabattre (se méfier de la longueur)

Après le dépassement

· Signaler le rabattement

· Conserver son allure pour ne pas gêner le véhicule dépassé.

Être dépassé

· Maintenir son allure, ralentir en cas de danger

· Serrer à droite

DYNAMIQUE DU VÉHICULE



La dynamique du véhicule fait référence à l'étude du mouvement et du comportement d'un véhicule en mouvement, en particulier comment il se déplace. C'est un domaine important de l'ingénierie automobile et de la sécurité routière. Voici quelques concepts clés liés à la dynamique du véhicule !

Vitesse et énergie cinétique

• L'énergie cinétique est la force emmagasinée par un véhicule en mouvement.
• Elle augmente avec la vitesse et le poids
• Plus elle est élevée, plus les distances de freinage et d'arrêt sont longues
• En cas de transport d'une charge élevée, il faut donc réduire son allure et augmenter ses distances de sécurité
• Plus cette force est élevée, plus les dégâts seront importants en cas d'accident (en cas de choc frontal, les énergies cinétiques des 2 véhicules s'additionnent)

Centre de gravité

• C'est le point d'équilibre de la remorque
• Il est déterminé par le constructeur et est modifié par le chargement
• Il doit être le plus bas et le plus stable possible (arrimer le chargement si possible) pour limiter le risque de renversement de la remorque (attention lors du transport de vrac ou de liquides)

Force centrifuge

• C'est la force qui entraîne le véhicule vers l'extérieur d'un virage
• Elle augmente avec la vitesse, le poids et l'angle du virage
• Il faut réduire sa vitesse avant un virage pour limiter les risques de perte de la trajectoire ou de renversement de la remorque

Réglementations particulières

• Pour les ensembles d'un PTRA compris entre 3,5t et 12t, la vitesse est limitée à

50km/h en agglomération,
80km/h sur routes et
90km/h sur autoroutes et routes à chaussées séparées

ALCOOL, STUPÉFIANTS, MEDICAMENTS



La conduite sous l'influence de l'alcool, de stupéfiants ou de médicaments peut entraîner des accidents graves, des blessures corporelles et la perte de vies humaines. C'est pourquoi il est essentiel de comprendre les dangers liés à ces substances et de les éviter lorsque vous conduisez.

Stupéfiants

• Effets : trajectoires mal maîtrisées, euphorie, baisse de la vigilance, agressivité, augmentation du temps de réaction...

• Risque d'accident multiplié par 1,8 lors de la consommation de cannabis, et par 14 si il est combiné avec l'alcool

• Sanctions : il s'agit d'un délit. => Idem que pour le délit alcool. (si alcool + stupéfiants => jusqu'à 9000€ d'amende et 3 ans de prison)

Médicaments

• Vérifier les pictogrammes (jaune, orange ou rouge) et demander l'avis du médecin ou du pharmacien avant de conduire

• Certains médicaments peuvent entraîner l'endormissement ou avoir des effets psychotropes

Alcool

• Effets : champ visuel réduit, inattention, endormissement, augmentation du temps de réaction, prise de risques, perte de trajectoire, agressivité...

• Taux et sanctions :

Entre 0,5 et 0,79 g/l de sang (0,25 et 0,39 mg/l d'air expiré) = infraction => 135€ d'amende, retrait de 6 points

À partir de 0,8 g/l de sang (0,4 mg/ l d'air) = délit. => Amende jusqu'à 4500€, retrait de 6 points, suspension/annulation du permis, immobilisation du véhicule, confiscation du véhicule, prison (jusqu'à 2 ans)

ÉCOCONDUITE ET CONDUITE CITOYENNE



L'écoconduite vise à réduire la consommation de carburant, les émissions de gaz à effet de serre et les risques d'accidents tout en favorisant une conduite responsable. Voici quelques principes clés de l'écoconduite et de la conduite citoyenne !

Écoconduite

• L'objectif est de réduire la consommation de carburant et la pollution

• Choix du véhicule : préférer les véhicules les moins polluants (électriques, hybrides, véhicules récents), choisir son véhicule selon le poids que l'on souhaite tracter.

• Entretien du véhicule : pression des pneus, vidanges et changement des filtres, état du système d'échappement

• La conduite : éviter les accélérations brutales, relâcher l'accélérateur tôt avant de s'arrêter (anticipation), passer les vitesses à bas régime, couper le moteur lors des arrêts de plus de 30s (ou utiliser le start&stop)...

• Autres précautions : limiter l'usage de la climatisation, charger dans le coffre plutôt que sur une galerie, préférer une remorque profilée (plus aérodynamique)...

Conduite citoyenne

• Bruit : éviter les fortes accélérations en agglomération, avoir un échappement en bon état, ne pas utiliser l'avertisseur sonore sans raison, limiter la puissance de l'autoradio, arrêter le moteur lors des stationnements...

• Pollution : l'émission de fumées nettement teintées ou opaques est sanctionnable (amende, immobilisation du véhicule), penser aux moyens de locomotions les moins polluants (bus, train, vélo...), covoiturer...

PORTE-A-FAUX, ANGLES MORTS



La connaissance des porte-à-faux de votre véhicule et la prise en compte des angles morts sont essentielles pour une conduite en toute sécurité, en particulier dans la circulation dense ou lors de manœuvres. Voici quelques astuces !

Porte-à-faux

· C'est la distance entre l'axe de la roue et l'extrémité du véhicule (avant ou arrière)

· Il « pivote » du côté opposé lorsque l'on tourne et peut entraîner un accrochage avec un véhicule, un piéton, du mobilier urbain… notamment dans une intersection ou lors d'une manœuvre

· Plus l'angle du tournant est serré, plus l'effet de balayage est important

· Il est important de connaître les porte-à-faux de son véhicule

Il faut élargir son tournant si possible, observer dans ses rétroviseurs, se faire guider ou descendre du véhicule si nécessaire

Angles morts

· Ce sont les zones non-visibles depuis le poste de conduite ou dans les rétroviseurs

Ils se situent à l'arrière de la remorque, à l'avant du véhicule (au niveau du pare-chocs), sur les côtés et dans l'axe des montants du véhicule

· Ils représentent un danger lors de manœuvres en marche arrière, de changements de voie, de dépassements, d'écarts de trajectoire…

· Il faut regarder directement sur les côtés avant un écart de trajectoire et descendre avant de reculer

· On peut aussi se servir de rétroviseurs additionnels, de détecteurs d'angles morts (mais qui ne remplacent pas le contrôle direct).

COMPORTEMENT EN TUNNELS ET AUX PASSAGES A NIVEAU



Le comportement en tunnels et aux passages à niveau est essentiel pour la sécurité routière, car ces zones présentent des défis spécifiques auxquels les conducteurs doivent faire face. Voici des conseils sur la manière de se comporter en toute sécurité dans ces situations !

Tunnels

· Avant de s'engager dans un tunnel, il faut s'assurer de son ouverture, d'interdictions éventuelles (GPL, matières dangereuses...)

· Allumer les feux de croisement, se méfier de l'éblouissement en sortie du tunnel

· S'assurer que la hauteur nous permet de l'emprunter

· Respecter les distances de sécurité indiquées par un panneau ou des diodes bleues

· Dans un tunnel, il est interdit de s'arrêter/stationner, de faire marche arrière et de faire demi-tour

· En cas d'arrêt dû à un incident, garder ses distances de sécurité pour permettre aux secours de rejoindre le lieu de l'incident, lire les messages sur les panneaux à affichage variable, écouter la radio...

· En cas d'incendie, rejoindre la niche de sécurité ou l'issue de secours la plus éloignée des fumées ou des flammes (en laissant les clefs sur le véhicule et en coupant le moteur), prévenir les secours.

Passages à niveau

· Il existe 3 types de PN : sans barrières (rares et dangereux), à barrières manuelles (assez rares), ou à barrières (ou demi-barrières) automatiques

· Il y a environ 15000 PN en France, 98% des accidents sont dus au non-respect du code de la route

· Ne pas s'engager si le feu rouge est allumé, si une sonnerie retentit, si la barrière est baissée (on peut la casser en cas d'urgence), si la sortie du PN est encombrée

· Se méfier de la garde au sol

· En cas de blocage sur un PN, utiliser la borne d'appel pour prévenir la SNCF

SYSTEMES DE SÉCURITE ET D'AIDES À LA CONDUITE



Les systèmes de sécurité et d'aides à la conduite sont des technologies intégrées dans les véhicules modernes pour améliorer la sécurité routière, réduire les risques d'accidents et faciliter la conduite. Voici quelques-uns de ces systèmes !

Systèmes de sécurité

• Ils permettent de renforcer la sécurité lors de la conduite

ABS : permet de garder le contrôle de la trajectoire lors d'un freinage d'urgence (en évitant le blocage des roues)

AFU (aide au freinage d'urgence) : renforce le freinage et réduit la distance de freinage

ESP : aide au contrôle du véhicule dans les virages

Radar de distance : conserve automatiquement les distances de sécurité

Aide au maintien dans la voie : averti le conducteur lors du franchissement d'une ligne continue sans clignotant

Aides à la conduite

• Ils aident le conducteur dans certaines tâches

Limiteur de vitesse : permet de ne pas dépasser la vitesse maximale autorisée.

Régulateur de vitesse : conserve automatiquement une vitesse programmée

Feux/essuie-glaces automatiques

Aide au démarrage en côte : évite de reculer lors d'un démarrage en côte.
GPS : permet de choisir l'itinéraire

Dangers

• Ces équipements peuvent entraîner une baisse de vigilance du conducteur qui se repose sur ces technologies

• Ils peuvent surprendre ou être dangereux en cas de défaillance