L'éco conduite

Gestion de l'énergie, QHSE

27/04/2025

Public et prérequis

Personnel utilisant un véhicule dans l'exercice de son métier ou dans le cadre des trajets quotidiens

Détenir le permis B en cours de validité.
Ne pas avoir consommé d'alcool ou de stupéfiant en amont de la formation.
Ne pas avoir ingéré de médicament présentant une contre-indication pour la pratique de la conduite.

Les objectifs

Appliquer sur la route au quotidien les mesures de sécurité permettant de diminuer le risque routier
Prendre conscience des risques et expérimenter des situations non-conformes à la conduite
Adopter un comportement routier éco-responsable

Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

Alternance d'apports théoriques, de cas pratiques, de mises en situation
La formation est animée par des formateurs experts, validés par nos équipes pédagogiques et disposant de 5 à 10 années d'expérience dans leur domaine de compétences

Validation et certification

Attestation de formation

Outils pédagogiques

Supports théoriques et réglementaires
Cas pratiques, mises en situations à partir d'exercices concrets
Documents types

Contenu de la formation

ÉCO-CONDUITE (atelier dynamique)

Apprentissage de la méthode pour éco conduire et revoir les consommations de carburant et les consommables (pneu, freins…). Véritable méthode de conduite adaptée aussi bien aux véhicules automatiques, hybrides et électriques.
Challenge de consommation minimum entre les différents conducteurs
Modalité de réalisation : La formation se déroule en ville – Vitesse : Respect du code de la route
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

PERTE D'ADHÉRENCE (atelier dynamique)

Prise de conscience sur les éléments de sécurité, des risques de perte d'adhérence (train avant et/ou train arrière)
Mise en situation au volant sur le thème la faible adhérence (sol sec, pluie, neige, verglas)
Implication sur les temps de réaction

RÉFÉRENCE
ENER0009

CENTRES DE FORMATION
Senlis, Beauvais

DURÉE DE LA FORMATION
1 jour / 7 heures

ACCUEIL PSH
Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.

Les + Promeo

• 60 ans d'existence
• Une communauté de 3 100 alternautes
• 24 000 stagiaires formés par an
• 3 500 entreprises qui nous font confiance

• Un accompagnement personnalisé et un contact dédié
• L'expertise professionnelle de tous nos formateurs
• La diversité des diplômes sous accréditation par des partenaires de renom
• Une pédagogie active
• Des infrastructures technologiques et un environnement stimulant

Comprendre et ressentir la glisse du véhicule à cause des pneus en mauvais état et pneus hiver
Sous virage et sur virage, ressentir la glisse et la dangerosité avec des pneumatiques mal adaptés sur train avant ou train arrière
Modalités de réalisation : La formation se déroule sur un grand espace (circuit ou parking). La vitesse pour cet atelier n'excède pas 30 km/h et respect du code de la route
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

FREINAGE (atelier dynamique)

Découverte du potentiel de freinage d'un véhicule
Compréhension du fonctionnement de l'ABS
Mise en application, exercices de freinage d'urgence sur sol sec et/ou mouillé
Modalités de réalisation : la formation se déroule sur un grand espace (circuit ou parking). La vitesse pour cet atelier n'excède pas 50 km/h et respect du code de la route
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

CONDUIRE LES MAINS OCCUPÉES (atelier dynamique)

Mise en pratique sur l'importance de la manipulation du volant à deux mains
L'importance du regard concentré sur la route
Prise de conscience sur les éléments de sécurité
Implication sur les temps de réaction
Réapprendre à tenir son volant
Comprendre les causes d'inattention au volant : téléphone, SMS, vidéo…
Modalités de réalisation : la formation se déroule sur un grand espace (circuit ou parking). La vitesse pour cet atelier n'excède pas 30 km/h et respect du code de la route
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

REGARD / VISION (atelier dynamique)

Mettre en évidence l'importance des angles morts (en couvrant en partie les vitrages de la voiture)
Mise en pratique sur l'importance de la manipulation du volant
L'importance du regard pour une vision en toute sécurité
Prise de conscience sur les éléments de sécurité
Implication sur les temps de réaction
Réapprendre à tenir son volant
Comprendre les causes d'inattention en conduisant (tél, SMS, GPS et autres)
Modalité de réalisation : La formation se déroule sur un grand un parking vide ou sur un circuit – La vitesse pour cet atelier n'excède pas 30 km/h et respect du code de la route
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

REMISE À NIVEAU DU CODE DE LA ROUTE (atelier statique)

Découverte des changements liés à la législation du code de la route
Quizz associé à la thématique et ludique
Modalité de réalisation : cet atelier peut se dérouler pendant que les groupes sont sur les ateliers dynamiques
Cet atelier est animé par un formateur– Moniteur de route

CONTRÔLES AVANT LE DÉPART (atelier statique)

Éclairage
Pression des pneus
Les niveaux
Roues de secours
Autres contrôles à effectuer
Modalité de réalisation : cet atelier peut se dérouler pendant que les groupes sont sur les ateliers dynamiques
Cet atelier est composé d'un véhicule et d'un formateur– Moniteur de route

Modalité d’évaluation

L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la formation au travers de mises en situations et exercices proposés.