

PARCOURS DE FORMATION PÉDAGOGIQUE

Il nous tient à cœur de sensibiliser les élèves à la sécurité routière et à leur fournir un maximum de connaissances sur les risques routiers.

Dans nos vidéos d'apprentissage du Code de la route, déjà, nous avons traité un cas d'accident courant relatif à un mauvais comportement du conducteur : vitesse, alcool, non-respect des règles de priorité.

Mais nous avons eu envie d'aller encore plus loin. En effet, nous formons des élèves à la conduite tous les jours et nous voyons à quel point le manque d'expériences et de connaissances peut être un danger sur nos routes. 25 % des accidents corporels sont dus aux jeunes conducteurs.

Face à ce constat, nous avons donc créé un module de sécurité routière destiné avant tout à nos élèves.

Notre module a un double objectif :

- 1) Il a pour but de vous apporter des connaissances sur les risques routiers et sur les effets des différents produits (alcool, drogues) ou comportements (vitesse, téléphone) qui nuisent à la conduite et à la sécurité des usagers présents sur la route.
- 2) Il permet d'assimiler de bons comportements au volant et d'acquérir de nouvelles habitudes de conduite grâce à des conseils pratiques faciles à mettre en place.

En effet, 90 % des accidents sont dus à un comportement non adéquat du conducteur. Cela va de la mauvaise décision d'un jeune conducteur à cause d'un stress ou d'une mauvaise manipulation jusqu'à la prise de risques volontaire d'un conducteur expérimenté et trop sûr de lui.

Au vu des accidents de la route encore quotidiens sur nos routes, surtout en cette période de vacances, nous avons envie de faire un pas vers les automobilistes.

Dans notre module, 6 thématiques sont traitées : Alcool, Vitesse, Drogues et médicaments, Fatigue, Téléphone et Voyage. Elles représentent les 6 facteurs d'accidents majeurs en France.

Les élèves lisent des fiches de cours et regardent des vidéos pédagogiques. Des témoignages réalisés par un expert de la sécurité routière terminent les vidéos pour rendre plus concrets les cours.

Ensuite, ils jouent à des jeux pédagogiques, dit serious games, pour tester et réaliser en jouant les effets de l'alcool, de la vitesse ou de la fatigue. L'idée est donc d'intérioriser par un apprentissage ludique de nouveaux comportements.

Nous savons bien finalement qu'un élève qui a lu un cours sur l'alcool pourra peut-être conduire après avoir bu. D'où l'intérêt des jeux. Le fait de jouer pendant une certaine durée sur une thématique permet une intériorisation à un autre niveau que la simple lecture théorique de cours.

COURS COLLECTIFS – SECURITE ROUTIERE

ALCOOL ET STUPEFIANTS

En France, la consommation d'alcool et de drogue font parties des principales causes d'accident de la route. Pourtant de très nombreux conducteurs continuent de consommer sans modération ces substances sans mesurer l'impact sur leur capacité à conduire, ainsi que les risques pour eux-même et pour les autres usagers qui croiseront leur chemin.

VITESSE

La vitesse sur les routes françaises est limitée en fonction des différentes conditions de circulation : type de route, météo, statut du conducteur et autres. Malheureusement, une vitesse élevée est trop souvent une source d'accidents. Il est donc indispensable de revenir sur les règles prévues par le Code de la route et l'attention dont doit faire preuve le conducteur pour adapter sa vitesse à une situation donnée.

DEFAUT DE PORT DE CEINTURE DE SECURITE

En France, c'est le Code de la route qui réglemente l'utilisation de la ceinture de sécurité dans les automobiles et dans les transports en commun. Ce dispositif de sécurité passif a pour objectif de protéger les occupants d'un véhicule en limitant les conséquences d'un accident de la route.

DISTRACTEURS

- Les téléphones portables font dorénavant partie intégrante de la vie de tous les usagers de la route, quel que soit leur moyen de locomotion, et il arrive que certains de ces usagers prennent leurs aises et répondent à leurs appels ou consultent leur téléphone pendant qu'ils conduisent. Il est pourtant nécessaire de rappeler à l'ensemble des conducteurs de véhicules motorisés qu'il est formellement interdit de conduire tout en consultant son téléphone, car cela nuit gravement [à la sécurité routière](#) et au bon partage des voies de circulation.
- Si depuis des années la question fait débat, fumer au volant n'est pas toujours considéré comme une infraction. Contrairement à l'utilisation du téléphone portable, l'usage d'une cigarette pour un conducteur n'est pas proscrit. En effet, c'est le fait de ne pas être en mesure de [sécuriser son véhicule](#) ou d'effectuer une manœuvre qui entraîne une sanction. Cela reste à l'appréciation des forces de l'ordre, mais dans ce type de situations, le contrevent encourt
- une contravention de 2e classe.

FATIGUE

Il n'y a pas que les départs matinaux en période estivale qui entraînent des états de somnolence chez les conducteurs, un repas un peu trop arrosé ou un peu trop copieux peut également s'avérer assommant pour les automobilistes. Dans tous les cas, le principal danger lié à la fatigue est la baisse du niveau de vigilance, qui entraîne généralement des accidents de la route. Pourtant, le fait de bâiller ou de ressentir des douleurs dans la nuque sont généralement les premiers signes que notre corps nous adresse pour nous alerter de difficulté à être en état de conduire, ainsi que de la nécessité de faire une pause. Ni le fait d'ouvrir les fenêtres ou encore de prendre un bon café chaud n'auront d'impact à long terme et la seule solution véritablement efficace est de s'arrêter sur un emplacement de parking, et parfois même de s'adonner à une courte sieste.

APPRENTISSAGE DE LA CONDUITE PROGRESSIF

CONDUITE SUR VOIE RAPIDE/AUTOROUTE

Pour un jeune conducteur, s'insérer sur une autoroute ou sur une voie rapide peut rapidement générer un stress important. Pourtant, en appliquant les règles établies par le Code de la route 2018 et en étant attentif aux mouvements des autres usagers, tout devrait se passer pour le mieux pour les aspirants conducteurs.

Les règles de conduite sur autoroute

Lorsqu'un usager circule sur l'autoroute, il lui est conseillé de **tenir sa droite** tout au long de son trajet. Ainsi, la voie de gauche et la voie centrale sont réservées aux dépassements, et il n'est pas permis à un usager de réaliser la totalité de son parcours sur cette voie de gauche.

En revanche, en cas de ralentissements, voire d'embouteillages, il est possible que les usagers soient contraints de circuler sur la voie de gauche. Il en est de même sur certains péages, où la voie de gauche est réservée aux **véhicules disposant d'un boîtier de télépéage**.

Contrairement aux autres types de routes, les usagers circulant sur une voie d'autoroute sont autorisés à rouler jusqu'à la **vitesse de 130 km/h** si les conditions climatiques le permettent. Cependant, lorsqu'un véhicule emprunte une entrée d'autoroute, il circule bien souvent à une allure nettement inférieure.

Les usagers interdits sur l'autoroute

Il est essentiel de garder à l'esprit que l'accès à une autoroute est réglementé. En effet, la circulation dans ce type de voies est interdite aux usagers qui ne peuvent se déplacer que lentement.

Parmi eux, il est possible de lister :

- les **piétons**
- les **cyclomoteurs**
- les **engins agricoles**
- les véhicules **sans moteur**
- les véhicules à moteur **non soumis à immatriculation**
- les véhicules de **travaux publics**

Cependant, grâce à une autorisation du préfet ou du directeur départemental de l'équipement, il est possible de croiser des véhicules de travaux publics ainsi que des **convois exceptionnels**. Comme tous les autres usagers, ils sont soumis aux mêmes obligations en termes de respect des distances de sécurité et de gestion de la priorité. En ce qui concerne la vitesse, certains véhicules, comme les camions, sont soumis à une limitation à 90 km assortie à une interdiction de circuler sur la voie rapide qui se trouve le plus à gauche.

La voie d'insertion sur l'autoroute

Qu'il circule sur une section à 2, 3 ou 4 voies, lorsqu'un usager s'insère sur une autoroute, il lui faut impérativement **se placer sur la voie de droite**, en évitant de mordre sur la bande d'arrêt d'urgence. Si un véhicule circule sur cette voie au même moment, et s'il n'a pas la possibilité de se décaler sur la voie centrale, il est d'usage d'attendre et de ne pas forcer le passage. En effet, les véhicules qui empruntent une entrée d'autoroute ne disposent pas de la priorité.

Ensuite, le conducteur devra **effectuer des contrôles visuels** vers l'arrière à gauche, grâce à ses rétroviseurs pour analyser le trafic. Si la situation le permet, il devra actionner son clignotant puis accélérer afin d'atteindre une allure aussi proche que possible de celle des véhicules qui roulent sur la voie de droite. Il est conseillé de s'insérer sur une entrée d'autoroute, derrière un véhicule plutôt que devant.

Qu'il s'agisse d'emprunter **une entrée d'autoroute, une bretelle de sortie** ou de **se présenter au péage**, il est essentiel de respecter les distances de sécurité avec les autres usagers. Celle-ci doit être au moins égale à la distance parcourue en deux secondes. À 130 km/h, cette distance de sécurité représente environ **80 mètres**.

CONDUITE DE NUIT

Selon une enquête publiée par la Prévention Routière, seulement 50% des femmes annoncent conduire la nuit pour des longs trajets, contre 65% des hommes ayant le permis de conduire. Il n'est donc pas difficile de conclure que les usagers de la route circulant de nuit rencontrent plus de difficultés et de dangers, expliquant ainsi leurs appréhensions. Il existe cependant de nombreuses astuces pour aider les conducteurs souhaitant prendre la route de nuit sans stress et en toute sécurité. Ces astuces peuvent bénéficier à beaucoup d'automobilistes car :

- un automobiliste sur deux déclare ressentir des gênes pour conduire la nuit
- **44% des accidents mortels ont lieu entre 22h et 5h du matin**, alors que cette période de la journée ne représente que **10% du trafic total**.

Les sources de stress chez les automobilistes qui conduisent de nuit

Il est possible de lister tout un ensemble de sources de stress générées par les automobilistes dans le cadre de la conduite de nuit, comme le manque d'entraînement, les risques d'éblouissement et le manque de luminosité.

Le manque d'entraînement pendant l'apprentissage de la conduite

Lors de l'apprentissage de la conduite, peu d'auto-écoles enseignent comment apprendre à conduire de nuit aux candidats. Cette absence d'entraînement n'aide donc pas les futurs conducteurs à se rassurer, et ne les pousse donc pas à prendre le volant de nuit, notamment dans les premières années de possession de leur permis de conduire, une période pendant laquelle l'apprentissage des bonnes bases est important.

L'éblouissement provenant des autres véhicules

L'éblouissement dû aux phares lors de la conduite de nuit gêne près d'un conducteur sur deux. Un conducteur ébloui par les phares d'un autre automobiliste peut provoquer des accidents, et donc représenter un danger non-seulement pour lui-même, mais aussi pour les autres usagers de la route.

Le manque de luminosité sur certaines routes

L'absence de luminosité ou la faiblesse des équipements installés le long de certaines routes et autoroutes est également un frein important à la conduite de nuit. En effet, 25% des usagers de la route se sentent en insécurité lorsqu'ils doivent emprunter des routes mal éclairées.

La fatigue et les risques de somnolence

10% des conducteurs dits "nocturnes" sont victimes de somnolence au volant. Les usagers doivent donc rester extrêmement vigilants face aux symptômes de la somnolence au volant, car un manque d'attention de quelques secondes peut suffire à provoquer un accident, dont les conséquences peuvent s'avérer désastreuses.

La peur du volant

Quand un conducteur est stressé, il peut éprouver une réelle peur de la conduite. Ce stress de prendre le volant peut devenir très fortement accru la nuit. Dans certains cas, il est préférable pour l'usager d'anticiper au mieux le problème et de ne pas conduire après la tombée de la nuit, même s'il ne s'agit bien évidemment pas d'une solution viable sur le long terme, et que les usagers stressés par la conduite de nuit doivent s'entraîner en prenant la route le soir.

10 conseils pour bien conduire la nuit

Il existe tout un ensemble de conseils permettant aux usagers de la route de s'assurer qu'ils peuvent conduire de manière sécurisée même de nuit.

1-Faire vérifier sa vue par un spécialiste

Certains usagers de la route ont besoin de verres correcteurs spécifiques pour circuler de nuit, et continuent de rouler sans avoir conscience de l'existence de cette faiblesse dans leurs capacités visuelles. Comme tous les usagers peuvent être sujets à ce type d'inconvénient, il est conseillé à tous les conducteurs de faire vérifier l'état de leur vue par un spécialiste, afin de savoir s'ils sont en pleine possession de tous leurs moyens pour pouvoir conduire de manière sécurisée sur le réseau routier français.

2-Adapter son allure

Il est toujours plus difficile d'estimer les distances la nuit que le jour. C'est pour cette raison que poursuivre sa route à une vitesse adaptée, voire réduite par rapport aux limitations de vitesse imposées par les règles de circulation en vigueur sur la voie de l'usager, permettra au conducteur de diminuer les risques d'accident en cas de ralentissement brutal.

3-Nettoyer ses feux, pare-brise et rétroviseurs

Un pare-brise sale peut représenter un réel danger pour le conducteur du véhicule, car il peut être directement responsable de l'éblouissement de l'automobiliste en cas de croisement avec un autre usager de la route. C'est pour cette raison que l'automobiliste doit toujours s'assurer que ses feux, son pare-brise et ses rétroviseurs sont toujours maintenus propres et dans un état de fonctionnement optimal.

4-Savoir utiliser correctement ses différents feux

Si jamais une voiture précède l'usager sur la voie qu'il emprunte, le conducteur doit absolument activer ses feux de croisement, et doit faire de même dès qu'il croise un autre usager de la route, quel qu'il soit. Si une voiture venant en direction opposée roule avec ses feux de route, le conducteur peut déporter son regard vers la ligne blanche qui marque le côté droit de la chaussée, ce qui lui évitera un éblouissement certain tout en lui assurant la présence d'un élément de signalisation lui permettant de ne pas prendre de risque le temps que l'autre véhicule finisse de le croiser.

5-Faire attention aux animaux

En cas de présence d'animaux sur la voie, le conducteur devra ralentir et klaxonner. Il lui faudra rester maître de son véhicule et ne pas dévier de façon brusque, en évitant tout risque de collision frontale. En effet, en cas de déviation brusque de sa direction, l'usager de la route pourrait finir par percuter l'animal qu'il essayait justement d'éviter, ceci en se déportant dans la même direction que celle prise par l'animal.

6-Anticiper les obstacles

L'usager doit toujours être vigilant et avoir un œil sur les différents obstacles qui peuvent jaloner la route (pierres, morceaux de bois, éléments d'un véhicule,...), et qui peuvent être extrêmement dangereux pour tous les usagers de la route, et notamment de nuit. En effet, si la plupart de ces obstacles se retrouvent, la plupart du temps, directement au niveau du sol, ils sont également très difficiles à voir de nuit.

7-Respecter les distances de sécurité

Lorsqu'il circule de nuit, un usager doit absolument veiller à compter trois secondes entre lui et la voiture qui le précède sur les voies. Ce petit exercice est extrêmement important, car il s'agit de l'un des moyens les plus simples et les plus efficaces pour maintenir de bonnes distances de sécurité entre le conducteur et les autres usagers, ce qui permet de réduire les risques de collision entre ces deux automobilistes.

8-Retarder son départ en cas de fatigue

L'usager prenant le volant doit toujours être en pleine possession de ses moyens. Il doit se sentir reposé et serein au moment de prendre le volant, car l'accumulation de la fatigue est responsable d'un très grand nombre d'accidents mortels sur les routes, qui pourraient être évités si chaque usager fatigué pouvait se reposer avant de prendre le volant.

9-Ne pas consommer d'alcool ou de drogues

La consommation d'alcool et de drogue au volant altère la capacité à conduire un véhicule motorisé. Même la consommation d'un simple verre peut conduire un automobiliste à provoquer un accident pouvant avoir des répercussions dramatiques.

10-Être bien visible par les autres usagers

Avant de démarrer sa voiture, l'automobiliste doit vérifier que tous les feux de son véhicule soient en bon état de fonctionnement, et doit également s'assurer qu'ils soient parfaitement propres ou qu'ils soient correctement alignés. Si les feux de l'usager ne sont pas propres ou ne sont pas correctement alignés, il pourra finir par éblouir les autres usagers, ce qui pourrait provoquer des accidents.

Connaître les différents types de feux sur son véhicule

Lorsqu'un conducteur circule de nuit, son champ de vision se réduit, tout comme sa perception de la distance, sa vision périphérique. De plus, sa distinction des couleurs et des contrastes sont très largement affaiblies. Il est donc nécessaire de bien connaître les différents feux présents dans sur véhicule et leur utilité en fonction de chaque situation de conduite :

Les feux de position

Les feux de position doivent être utilisés à la nuit tombée ou en cas de mauvaise visibilité.

Les feux de croisement

Les feux de croisement sont utilisables de nuit et ont une portée de 30 mètres, ce qui leur permet de garantir à l'usager une visibilité optimale. Il n'est pas nécessaire de les allumer en ville lorsque la visibilité est suffisamment bonne et que les feux de position suffisent amplement.

Les feux de route

Les feux de route, aussi nommés la position "**plein phare**", assurent la visibilité sur les routes mal éclairées. Le conducteur ne doit pas oublier de les désactiver en arrivant en ville, sous peine d'éblouir les autres usagers lorsqu'il croise un autre usager.

Les clignotants

Les feux clignotants sont utilisés pour signaler les changements de position. Leur utilisation est bien sûr obligatoire, et tout particulièrement dans le cadre de sessions de conduite de nuit, sous peine de recevoir une amende.

Les antibrouillards

Les feux antibrouillards doivent être utilisés par les usagers de la route en cas d'intempérie. Il est absolument interdit d'utiliser les feux antibrouillard arrière en cas de conduite sous la pluie ou de beau temps, car ils sont réservés à un usage en cas de brouillard.

CONDUITE DANS UNE ENVIRONNEMENT DEGRADE (NEIGE, BROUILLARD, VERGLAS, PLUIE,..)

En tant que conducteurs, les usagers sont amenés à circuler par temps de pluie, de brouillard et risquent même de rencontrer de fortes chutes de neige. Ces situations peuvent devenir dangereuses pour un conducteur mal averti !

Conduire sous la pluie

L'utilisation des feux

Par **temps de pluie**, le code de la route préconise d'utiliser ses feux de croisement. En cas de très forte pluie, le conducteur peut compléter ses feux de croisement avec les **feux de brouillard avant**. En revanche, il est interdit d'utiliser ses feux de brouillard arrière par temps de pluie.

Les risques liés à la conduite sous la pluie

- Perte d'adhérence :

L'adhérence du véhicule est deux fois moins importante par temps de pluie et la distance de freinage deux fois plus longue. Le risque de perte d'adhérence est le plus fort en début de pluie.

- Aquaplanage :

On parle d'aquaplanage lorsque les pneumatiques (généralement trop usés) ne parviennent pas à **évacuer l'eau se trouvant sur la route**. Le pneu n'est alors **plus en contact avec la chaussée**, et l'usager risque de perdre le contrôle de son véhicule à tout moment.

- Manque de visibilité :

En cas de formation de buée, l'automobiliste peut utiliser le **système de ventilation** de son véhicule afin de désembuer le pare brise. S'il est givré, il peut mettre en marche le **système de dégivrage** du véhicule.

Conduire en cas de brouillard

Utilisation des feux

Pour circuler par temps de brouillard, il convient d'allumer les **feux de croisement**. Si le véhicule est équipé de **feux de brouillard** avant et arrière, ils peuvent également être utilisés. Mais dès que la visibilité redevient "normale", le conducteur doit éteindre ses feux de brouillard arrière afin de ne pas gêner les autres usagers de la route.

Conseils pour bien conduire en cas de brouillard

Pour conduire en cas de brouillard, l'usager doit suivre la règle des 3 égalités : si la visibilité est inférieure à 50 mètres, il ne doit pas dépasser les 50km/h, si elle est inférieure à 70 mètres, il ne doit pas dépasser les 70 km/h et enfin si elle est inférieure à 90 mètres, il ne doit pas dépasser les 80 km/h.

Conduire sur la neige ou en cas de verglas

Utilisation des feux

Comme pour le brouillard, il faut au minimum que les feux de croisement soient allumés. Les feux de brouillard avant peuvent aussi compléter les feux de croisement (ou les remplacer) et les **feux de brouillard arrière** ne doivent être utilisés qu'en cas de chute de neige.

Conseils pour conduire en cas de neige ou de verglas

En cas de présence de neige sur la route, l'**adhérence** du véhicule est divisée par 4. Dans certaines situations, il sera donc nécessaire de monter des chaînes à neige sur les pneus. Un panneau prévient généralement les usagers de cette obligation. Pour plus de sécurité, les automobilistes peuvent également équiper leur véhicule de pneumatiques "thermogomme" qui auront pour but d'augmenter l'adhérence.

Conduire en cas de vents violents

Lorsqu'ils circulent dans une zone exposée à des vents violents, les usagers de la route risquent un écart de direction. Il convient donc de respecter deux règles :

- il faut rouler en dessous des limitations de vitesse afin de réduire cet effet d'écart
- l'usager doit maintenir le volant en cas de vent latéral (et
- dans tous les cas d'ailleurs)

À noter que même si le temps est clément, le risque est toujours là. En effet, le soleil est source d'**éblouissement** lorsqu'il se trouve dans le champ de vision du conducteur, qui doit donc adapter sa vitesse si son œil s'adapte difficilement aux changements lumineux.