



Programme de formation

Eco-conduite P.L 1 j

Au regard de notre consommation de gasoil et ainsi de l'impact grandissant de la pollution sur notre environnement, il devient urgent aujourd'hui d'adapter notre style de conduite.

Que ce soit sur un véhicule léger ou un poids lourd, notre comportement routier doit nous amener à réduire notre consommation ainsi que nos émissions de CO². Dans ce cadre-là, il existe une solution simple et peu coûteuse à mettre en place qui est la « conduite éco ». En appliquant quelques principes simples, le conducteur va baisser significativement sa consommation et sa pollution. Ceci bien évidemment en respectant son véhicule et limitant son usure.

Le but de la formation

Diminuer sa consommation de carburant P.L et ainsi limiter la pollution routière.

Les objectifs de la formation

1. Connaître les principes de la conduite-éco et sécuritaire.
2. Conduire de façon rationnelle, tout en limitant la pollution

Les contenus de la formation



Déroulement de la formation pratique

- **9h** : Accueil des stagiaires, présentation de la journée de formation, vérification des permis de conduire.
- **9h30 -11h30** : Audits de conduite (4x30 min), conduite libre avec enregistrement des indicateurs de conduite
 - Consommation de carburant,
 - Temps et distance de freinage,
 - Sur-accélération
- **11h30 -12h30** : Débriefing, cours théorique sur le comportement du conducteur, l'adaptation
 - Rappel des règles de sécurité : vitesse autorisée, distances de sécurité.
 - Démarrage sans accélération, passage rapide des vitesses supérieures, surveillance du compte-tour, baisse de la vitesse et maintien d'une vitesse constante, anticipation du freinage et utilisation frein moteur, extinction du moteur pour un arrêt > 1mn,
 - Suppression des accessoires inutiles : galerie...
 - Utilisation du régulateur de vitesse et du ralentisseur,



P.1

- Entretien régulier....

- **14h -16h30** : Démonstration du formateur, et circulation guidée – 30 mn par stagiaire sur le circuit emprunté le matin avec nouvel enregistrement des indicateurs de conduite.

- **16h30 -17h30** : Bilan global de la circulation, présentation et analyse des écarts des indicateurs de conduite
Fin de la formation, remise des supports, attestations de stage.

- **2 sessions de conduite de 30 minutes chacune par stagiaire**, (mise en application des principes)
- Analyses de la conduite par le formateur (style de conduite, consommation, temps effectués)
- Débriefing après chaque session de conduite

Nos principes d'action

Une formation qui s'articule principalement autour de

- **La méthode active :**

2 sessions de conduite (permettant un apprentissage fort de la conduite-éco et sécuritaire)

- La méthode **démonstrative** : **Démonstration faite par le formateur** permettant l'acquisition des notions essentielles.

Le + de la formation

Une formation très interactive où les stagiaires sont les acteurs principaux de la formation.

Évaluation

- Evaluation formative : Au début de la formation par questionnaire, en cours de formation par deux sessions de mise en pratique.
- Evaluation sommative : questionnaire.
- Evaluation à froid : à 3 mois.
- Attestation de stage
- Certificats de réalisation
- Feuille de présence

Le public concerné

- Toute personne titulaire du permis de conduire C, CE et D.

PRE-REQUIS :

- Aucun

Informations complémentaires



P.2

- Programme accessible aux personnes en situation de handicap : nous [consulter](#)
- Délai d'accès pour inscription : 1 mois.

Le lieu

- Chez le client

La durée et les horaires

- 1 j de formation
- 9h / 12h30 ou 14h / 17h30,
- **Dont 4 heures de conduite pour un groupe de 4 stagiaires**

Le formateur

Mathieu Soulard, formateur transport « GM ! Conseil Formation »

Pour nous joindre : 06.09.89.35.42, gmerliere@gm-conseil-formation.fr