

Sensibilisation « Comportement altérant la vigilance au volant »

Durée : 30 minutes par groupe

La sensibilisation permet vise à identifier les facteurs qui dégradent les facultés du conducteur et à proposer des solutions concrètes pour préserver sa sécurité et celle des autres..

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Profil du stagiaire

- Toute personne de l'entreprise.

Prérequis

- Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Être en mesure d'identifier les facteurs qui dégrade les facultés du conducteur et a proposé des solutions concrètes pour préserver la sécurité et celle des autres

CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

- Présentation de la formation : participants et attentes, objectifs, programme et organisation.

Comprendre la Vigilance

- Le mécanisme de l'attention : Comment le cerveau traite les informations routières.
- Le temps de réaction : Influence de la vitesse et de l'état de fatigue sur la distance d'arrêt.
- Les signes précurseurs : Apprendre à détecter l'hypovigilance (regard fixe, micro-sommeils, engourdissements)

Les facteurs d'Altération

- La fatigue et le sommeil : Pourquoi conduire fatigué équivaut à conduire avec de l'alcool (dette de sommeil)
- Les distracteurs : Smartphone, écrans de bord et charge mentale au volant
- Substances et Médicaments : Impact de l'alcool, des stupéfiants et des pictogrammes de santé sur la conduite.

Stratégies de Prévention et Réflexes

- La gestion des pauses : L'importance de l'arrêt dès les premiers signes.
- Hygiène de vie et conduite : Conseils sur l'alimentation et l'hydratation lors de longs trajets
- Organisation

ORGANISATION

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Support projeté, vidéos, photos ou témoignages.

Dispositif de suivi de l'exécution de la formation

- À l'issue du stage, un compte-rendu sera édité et transmis.

Tarif : sur devis

Délai accès : en fonction des disponibilités

Modalités d'accès : L'accès à nos formations intra-entreprise est réservé aux professionnels.

Accessibilité : Nos formations peuvent être adaptées à certaines situations de handicap, contactez-nous pour étudier les aménagements nécessaires.

