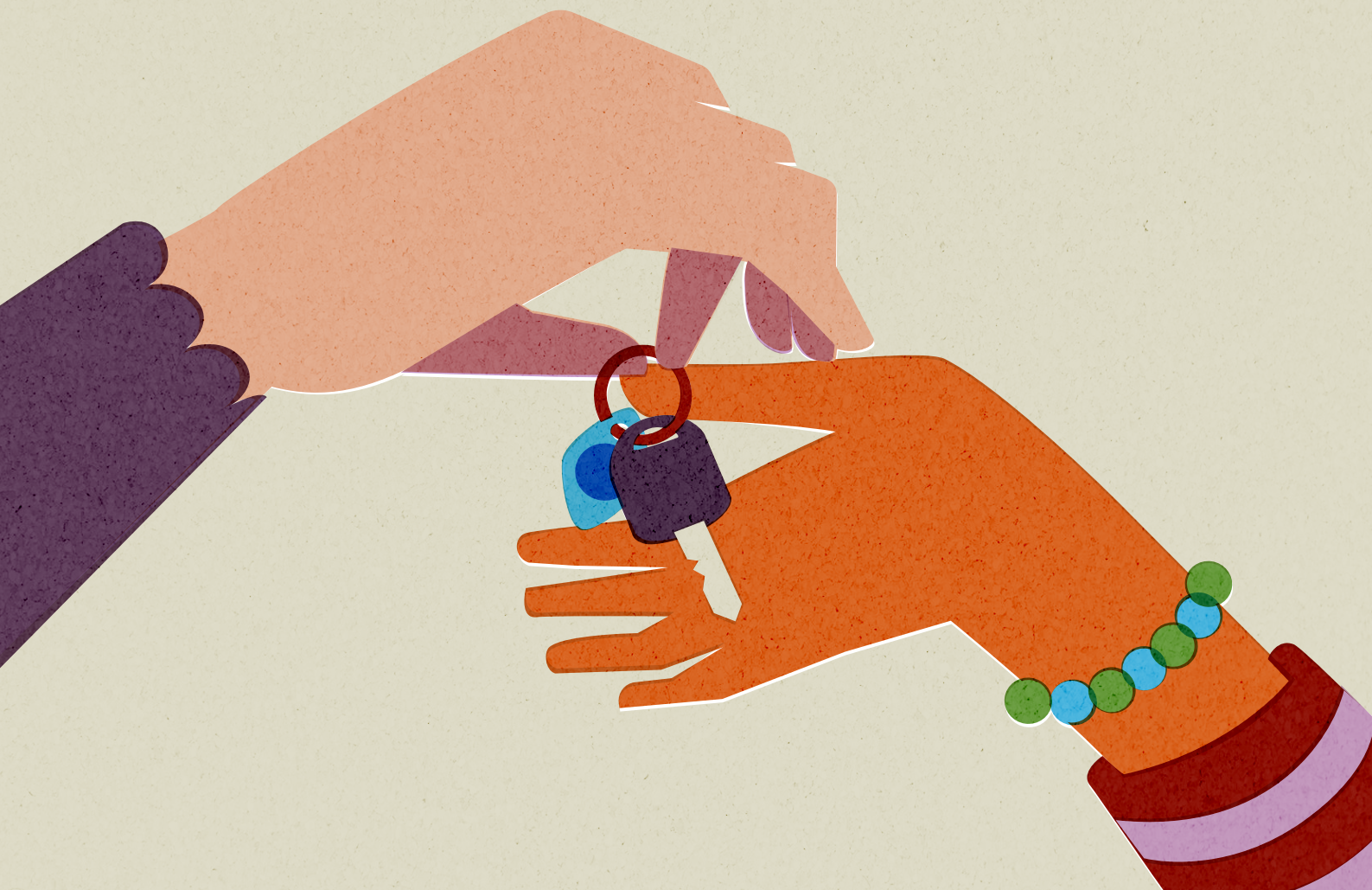


Ornikar

Guide de l'Accompagnateur





Introduction

La conduite accompagnée ou supervisée, c'est l'étape qui transforme un apprenant en conducteur autonome, avec vous en véritable copilote !

Le jeune conducteur peut prendre le volant avec vous, mais il lui faut encore du vécu (trajets variés, météo changeante, densité de trafic) pour ancrer des réflexes sûrs. Votre rôle est simple et clé : poser un cadre sécurisant, expliquer le pourquoi des consignes, encourager, et laisser de la place à son autonomie !

Ce guide a pour objectif de vous éclairer sur le déroulement de ce parcours d'accompagnement : organiser les sorties, connaître les règles de base, éviter les pièges classiques, donner des retours utiles... tout cela pour conserver le plaisir de conduire sans jamais lâcher la sécurité !

Lisez-le avant de démarrer, gardez-le à portée de main comme aide-mémoire et notez les points à partager avec l'Enseignant de la Conduite pour assurer une vraie continuité pédagogique.

Avec disponibilité, patience et anticipation, chaque sortie devient un pas de plus vers une conduite fluide, responsable et sereine.

Vous êtes prêts ? On y va !





Table des matières

p. 4

Mode d'emploi de
l'accompagnement

p. 13

Situations sensibles :
réflexes et bonnes pratiques

p. 7

Le parcours
d'accompagnement

p. 19

Règles de circulation :
l'essentiel à transmettre

p. 8

Réussir chaque session
de conduite

p. 23

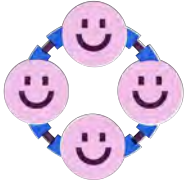
La sécurité avant tout

p. 11

Avancer par étapes

p. 24

Eco-conduite : 6 conseils
pour consommer moins
au quotidien



Mode d'emploi de l'accompagnement

Qui fait quoi ?

Vous, l'accompagnateur

- Vous devez détenir le permis B depuis au moins cinq ans sans interruption
- Vous n'êtes ni au volant ni simple passager : votre rôle est d'observer avec recul, de guider, de sécuriser et d'aider à développer l'anticipation
- Vous assistez aux rendez-vous pédagogiques avec l'Enseignant de la Conduite et gardez votre permis sur vous à chaque trajet

Plusieurs accompagnateurs peuvent être désignés, y compris en dehors du cadre familial.



Point de vigilance : en matière d'alcool ou de stupéfiants, la réglementation vous assimile au conducteur.



L'apprenti conducteur

- Il tient à jour son livret d'apprentissage (dates, durées, kilomètres, contextes, remarques)
- Il respecte le Code et applique les vitesses "conducteur novice"
- Il fait le point sur sa progression lors des rendez-vous pédagogiques avec son Enseignant de la Conduite

L'assureur

- Il désigne les véhicules et accompagnateurs couverts
- Il autorise la conduite sur le territoire français
- Il délivre l'extension de garantie



L'extension de garantie doit être accordée avant le premier trajet en accompagnement ou avant la phase supervisée, si elle est choisie à la fin de la formation initiale.

Préparer le véhicule pour l'accompagnement

- 2 rétroviseurs extérieurs obligatoires (gauche et droit)
- Il est conseillé d'ajouter des rétroviseurs additionnels aux rétroviseurs extérieurs ainsi qu'un deuxième rétroviseur intérieur afin d'avoir une visibilité optimale
- Disque "Conduite accompagnée" obligatoire, apposé sur la carrosserie à l'arrière gauche du véhicule
- Embrayage / boîte de vitesse manuelle ou automatique au choix



Remorque / caravane sont possibles avec l'accord de l'assureur et à condition de ne pas classer l'ensemble (voiture + remorque) en catégorie BE du permis (jusqu'à 750 kg).

En cas de doute, valider avec l'assureur avant tout trajet.



Les documents à bord

- Livret d'apprentissage numérique à jour
- Attestation de fin de formation initiale
- Formulaire de demande de permis NEPH (ou sa copie)
- Lettre-avenant de l'assureur, mentionnant le(s) accompagnateur(s) et le(s) véhicule(s)
- Permis de conduire de l'accompagnateur



N'oubliez pas de faire un check rapide avant chaque départ !

Où et quand rouler



Autoroute et conduite de nuit sont autorisées



La conduite hors territoire national n'est pas permise



Variez les contextes (types de routes, météo, horaires), tout en restant progressifs !

Vitesse : le régime “conducteur novice”

- 110 km/h sur les autoroutes limitées à 130 km/h
- 100 km/h sur les chaussées séparées par un terre-plein central et sur les portions d'autoroutes limitées à 110 km/h
- 80 km/h sur les autres routes

Comme les détenteurs du permis de conduire, l'apprenti doit appliquer l'ensemble des règles du code de la route.



Adapter sa vitesse reste la règle n°1 : respect des limites légales et marge de sécurité selon trafic, météo et visibilité.


Responsabilités et sanctions en cas d'infraction

Pour l'apprenti :

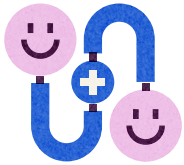
- Amende et poursuites possibles
- Retrait du livret d'apprentissage en cas de manquements graves (alcool, mise en danger, entrave)
- Implication civile et/ou pénale en cas d'accident

Pour l'accompagnateur :

- Responsabilité civile et pénale possible. En cas d'infraction le juge évaluera votre capacité à agir et une éventuelle complicité
- Alcool ou stupéfiants : sanction comme si vous conduisiez en cas de consommation d'alcool et/ou de stupéfiants

En cas de suspension ou annulation de votre permis  il faut désigner un autre accompagnateur avec l'accord de l'assureur.





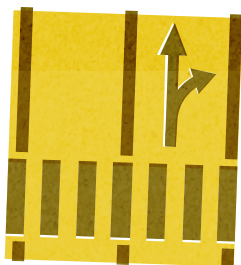
Le parcours d'accompagnement

Structurer le parcours

Le parcours idéal repose sur une diversité d'itinéraires afin d'élargir l'expérience de conduite. Les situations plus exigeantes (conduite de nuit ou par mauvais temps) sont introduites progressivement, d'abord sur des trajets courts et familiers, puis sur des parcours plus longs une fois les bases consolidées.



Chaque déplacement doit permettre un dialogue simple et régulier avec l'apprenti : débrief des réussites, identification des points à renforcer, remise en perspective des habitudes.



Les rendez-vous pédagogiques

Pour la conduite accompagnée (AAC), deux rendez-vous avec l'Enseignant de la Conduite sont obligatoires pendant l'accompagnement :

- Le premier intervient entre le 4^e et le 6^e mois, autour de 1 000 km parcourus
- Le second a lieu dans les deux derniers mois, après au moins 3 000 km parcourus

Chaque rencontre inclut deux moments complémentaires :

- L'évaluation en conduite en présence de l'accompagnateur
- Un moment d'échange : partage d'expérience, conseils, sensibilisation, réajustement des pratiques, débat autour des thèmes obligatoires (alcool, vitesse, fatigue, etc)



Réussir chaque session de conduite

Avant la session de conduite

Clarifier le cadre et fixer une méthode commune

Avant de prendre la route, ouvrez un vrai temps d'échange pour comprendre ce que l'apprenti attend de vous et comment il souhaite être accompagné. Cette mise au point initiale permet d'anticiper les réactions, d'y répondre de manière constructive et d'éviter les malentendus en situation. Décidez ensemble d'une façon de procéder : qui prépare l'itinéraire ? comment vous vous parlerez pendant la conduite ? à quel moment vous ferez un bilan ?

Planifier "par durée", pas "par kilomètres"

Au démarrage, privilégiez des séquences courtes, de l'ordre de 15 à 20 minutes, puis allongez progressivement à 30–50 minutes à mesure que l'aisance s'installe, jusqu'à atteindre des trajets d'environ 1 h 30 lorsque le niveau le permet.

L'important n'est pas la distance parcourue, mais l'intensité des conditions rencontrées : 10 à 15 minutes d'embouteillage peuvent être plus fatigantes que 30 minutes en circulation fluide.

Avant chaque départ, évaluez l'état de forme de l'apprenti comme le vôtre ; si la fatigue ou une préoccupation pèse, écoutez ou reportez.

Choisir l'itinéraire ensemble

Invitez l'apprenti à proposer un parcours (à l'aide d'une carte, ou d'un GPS), puis discutez-en. Expliquez vos ajustements et les critères qui guident la décision : moment de la journée ou de l'année, météo et visibilité, type de route.

Commencez par des trajets courts, connus, en trafic fluide et introduisez ensuite des créneaux plus denses. Enfin, élargissez vers des contextes plus complexes (rocares, villes moins familières, routes de campagne ou de montagne). Intégrez progressivement la pluie, le brouillard ou la nuit, en adaptant la difficulté à la progression.

Préparer le véhicule et installer des routines

Avant chaque départ, apposez le macaron "Conduite accompagnée" à l'arrière gauche du véhicule et vérifiez les documents nécessaires.

Proposez à l'apprenti de vérifier ponctuellement l'état des pneumatiques et l'état général du véhicule. Laissez-le s'installer sans le presser : réglage du siège, du dossier et de l'appui-tête, position des rétroviseurs, ceinture bouclée et vérification de celles des passagers.

Pendant la session de conduite

Donner des indications claires, anticipées et utiles

Vos consignes doivent arriver suffisamment tôt et porter sur ce qui compte : l'évolution de la situation et le comportement des autres usagers.

Préférez des formulations calmes et descriptives aux injonctions vagues qui bloquent ("Attention !"). Ne proposez pas de dépassement si l'apprenti ne s'en sent pas capable : pour un débutant, cette manœuvre exige de croiser de nombreux paramètres et doit attendre l'aisance requise.

Quand intervenir ?

Les premiers trajets de l'apprenti se déroulent dans un contexte nouveau : votre présence, un véhicule encore peu familier. Évitez d'imposer l'allure ; en principe, l'apprenti connaît les vitesses à respecter. Si sa vitesse vous semble inadaptée, n'intervenez que si cela devient réellement gênant ou dangereux. Concernant les trajectoires, la sensation de frôler les obstacles ou d'être trop à gauche est fréquente ; commencez par vérifier où se porte son regard et incitez-le à le projeter loin devant, condition essentielle d'un bon placement.

Si vous devez intervenir, placez votre main plutôt en bas du volant afin de ne pas gêner l'apprenti.

Installer des marges de sécurité

Insistez, dès que possible, sur des distances de sécurité généreuses, latérales comme longitudinales. Elles sont souvent insuffisantes et constituent une cause d'accidents graves : augmenter ces marges, c'est se donner du temps pour réagir.

Sensibilisez l'apprenti à une vigilance particulière vis-à-vis des usagers fragiles : enfants, personnes âgées, cyclistes et conducteurs de deux-roues.

Vous avez passé le cap des 500 premiers kilomètres ? Encadrez la montée en confiance

À ce stade, l'assurance de l'apprenti grandit. Laissez-le décider et agir, mais tempérez toute envie de "tester ses limites". Intervenez verbalement en amont d'une action inappropriée et, ponctuellement, remobilisez la conduite commentée apprise en formation : annoncer la situation à venir et la façon de la gérer entretient l'anticipation. Votre rôle dépasse celui d'un passager ; vous demeurez un appui décisionnel lorsque cela s'avère nécessaire. Pour mieux comprendre ses repères, demandez-lui par moments d'explicitier ce qu'il voit ou le pourquoi de ses choix : vous identifierez ses zones d'attention et pourrez compléter utilement son analyse.

Après la session de conduite

Faire un bilan régulier

Pendant la session de conduite, n'hésitez pas à vous arrêter pour échanger avec l'apprenti conducteur lorsqu'un désaccord apparaît, qu'un stress important survient ou qu'un événement inhabituel mérite d'être éclairci.

En fin de trajet, en revanche, valorisez les points positifs de la session afin de les ancrer, identifiez les axes à travailler et préparez la suite : durée visée, contexte choisi et niveau de difficulté adapté à la progression observée.

Après chaque session, incitez l'apprenti à noter le kilométrage parcouru et les situations de conduite rencontrées (météo, heure, type de route etc.) et si vous avez dû intervenir.

Préparer ensemble les rendez-vous pédagogiques avec l'Enseignant de la Conduite

Notez au fil des trajets les situations que vous souhaitez aborder avec l'Enseignant de la Conduite : gestion de la fatigue, respect des vitesses, distances de sécurité, décisions prises. N'oubliez pas de rassembler des exemples concrets pour nourrir au maximum les échanges !



Cette préparation en amont facilite les réajustements et rend les rendez-vous plus efficaces pour la poursuite du parcours !





Avancer par étapes

La conduite s'apprend rarement en ligne droite.

Comme pour tout apprentissage, la progression se fait de manière irrégulière : des phases de déclic, des moments de plateau, et parfois... des retours en arrière ! Ces variations ne sont ni anormales ni inquiétantes. Bien au contraire, elles participent à la consolidation des compétences dans la durée.

Est-ce normal de « stagner » ou de régresser ? Oui.

Des arrêts temporaires, voire des régressions ponctuelles, sont fréquents et, s'ils ne perdurent pas, sont bénéfiques. Ces phases permettent :

- d'ancrer durablement des gestes et des repères,
- de remettre en question des routines fragiles,
- d'approfondir la compréhension de la route au-delà de la simple maîtrise du véhicule.

Le doute et les interrogations qui surgissent à ces moments sont souvent des opportunités pour prendre du recul, clarifier ses stratégies d'observation et d'anticipation, et ajuster ses habitudes.

Des perceptions parfois divergentes

L'apprenti conducteur et l'accompagnateur n'ont pas toujours la même lecture de la progression. L'un peut ressentir un blocage là où l'autre perçoit un temps de maturation. Cette différence de perception est normale. L'essentiel est de rester patient et d'observer la dynamique sur plusieurs séances plutôt que sur un seul trajet. Ce temps de maturation n'est pas du temps perdu.



Attention aux illusions de maîtrise

Après des débuts laborieux, un apprenti peut devenir un conducteur responsable et conscient des risques. À l'inverse, une progression rapide peut créer l'illusion que « tout est facile ». Lorsque la manipulation du véhicule devient aisée, certains surestiment leurs capacités et prennent plus de risques, notamment sur la vitesse et les distances de sécurité. Il n'existe pas de lien direct entre la vitesse d'apprentissage et les compétences futures : la maîtrise technique ne suffit pas à gérer toutes les situations complexes ou imprévues.

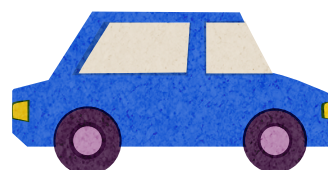
Comment accompagner une progression irrégulière ?

- Évaluer la progression sur 3 à 5 séances, pas sur une seule. Revenir à froid sur ce qui s'est stabilisé et ce qui reste fragile.
- Ajuster la difficulté : redescendre temporairement d'un niveau (trafic, environnement, complexité) pour consolider, puis remonter progressivement.
- Varier les contextes (heure, météo, densité) une fois une compétence acquise dans un cadre simple, afin d'éviter les apprentissages « de routine ».

- Renforcer la lecture de la route : indices lointains/proches, comportements des autres, scénarios probables. L'aisance ne doit pas éroder la vigilance.
- Valoriser les progrès concrets, en mettant en avant les micro-acquis (regards plus réguliers, freinages anticipés, trajectoires plus stables) pour entretenir la motivation dans les phases de plateau.
- Dédramatiser les retours en arrière, en expliquant qu'ils sont attendus et utiles. Transformer l'erreur en feedback : « Qu'as-tu vu ? Qu'as-tu manqué ? Que feras-tu différemment la prochaine fois ? »



La progression irrégulière est la norme, pas l'exception. Les plateaux et les petites régressions servent à stabiliser les acquis !





Situations sensibles : réflexes et bonnes pratiques

Le stress

Le stress peut surgir rapidement au volant, surtout en situation perçue comme complexe par un débutant. Il perturbe la compréhension des consignes, favorise des gestes brusques et freine la progression. L'objectif est de le repérer tôt, d'apaiser l'apprenti puis d'ajuster l'accompagnement.

Repérer les signes de stress

- Conduite nerveuse, brusque ou saccadée
- Hésitations suivies de réactions impulsives
- Difficulté à comprendre les consignes
- Tension physique visible (tête/nuque rigides, bras crispés), jusqu'à la panique
- Reproduction d'erreurs du début
- Sentiment de ne plus savoir quoi faire

Que faire, concrètement ?

- Parlez calmement, avec des phrases courtes et claires
- Donnez des conseils plutôt que des ordres ; bannissez les « attention ! » vagues
- Annoncez à l'avance les changements de direction
- Aidez à prélever les bons indices (ex : « Observe le piéton au passage, anticipe le feu »)
- Proposez de simplifier : changer d'itinéraire suffisamment tôt si le contexte est trop chargé
- Ne transmettez pas votre stress. Si vous en avez besoin, proposez une pause



Une fois à l'arrêt, échangez avec l'apprenti sur la situation pour identifier ce qui a déclenché le stress. Et si cela se répète, échangez avec l'Enseignant de la Conduite pour ajuster objectifs et méthodes.

La fatigue

La fatigue influence rapidement l'attention et la qualité des gestes au volant, surtout chez un conducteur débutant. Savoir la repérer tôt et réagir vite est essentiel pour la sécurité et pour préserver un apprentissage serein.

Repérer les signes de fatigue

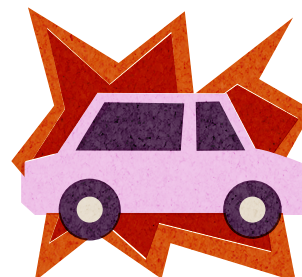
- Allure inadaptée (trop lente ou trop rapide)
- Erreurs fréquentes : se tromper de vitesse, caler, inverser les clignotants
- Regard fixe, besoin de reprendre plusieurs fois la même information
- Changement fréquent de position, plainte de douleurs (au dos, par exemple)
- Demande de répéter les directions, soupir

Que faire, concrètement ?

- Avant de partir, vérifiez que chacun est reposé et prêt pour la session
- Planifiez un trajet adapté au niveau et aux conditions, avec des pauses possibles
- Au premier signe de fatigue pendant la conduite, arrêtez-vous et faites une pause
- Signalez calmement les indices observés pour que l'apprenti apprenne à les reconnaître seul
- Réduisez le flot de consignes : allez à l'essentiel, utilisez des phrases courtes



La conduite mobilise beaucoup d'attention chez un débutant, la fatigue peut survenir vite. Expliquez à l'apprenti que la fatigue est normale en apprentissage et qu'il faut s'arrêter dès les premiers signes. Dans ce cas, n'hésitez pas à reprendre le volant !



L'opposition

L'opposition se manifeste par une contestation des règles, des consignes ou des conditions de circulation et par une tension qui grimpe durant la conduite. L'objectif n'est pas de « gagner » un débat, mais de restaurer un climat propice à l'apprentissage et à la sécurité.

Repérer les signes d'opposition

- Remises en cause répétées des règles ou des limitations de vitesse
 - Refus de prendre en compte vos remarques ou vos conseils
 - Tension corporelle visible (nuque/épaules raides, bras crispés sur le volant)
 - Recherche systématique des limites de vos propositions, parfois avec agressivité
 - Difficulté à échanger calmement après la conduite
- Cherchez la cause : fatigue, incompréhension, consigne trop tardive, difficulté perçue, manque d'envie, manque d'acceptation du rôle de l'accompagnateur, déception sur la progression
 - Sélectionnez l'essentiel de vos conseils, évitez d'empiler les consignes
 - Privilégiez des formulations ouvertes et évitez les ordres
 - Ajustez le niveau d'aide : réduisez-la dès que possible pour soutenir l'autonomie, sans laisser l'apprenti en difficulté

Si la tension monte : arrêtez la conduite et demandez à l'apprenti « Qu'avais-tu prévu ici ? », puis « Qu'est-ce qui t'a gêné ? ».



Reformulez en une phrase neutre ce que vous avez compris et proposez une ou deux pistes concrètes pour la prochaine situation similaire.

Que faire, concrètement ?

- Proposez une pause pour souffler et reprendre l'échange à froid
- Invitez l'apprenti à expliciter ses intentions (« Qu'as-tu voulu faire ici ? »)



Le manque de pratique

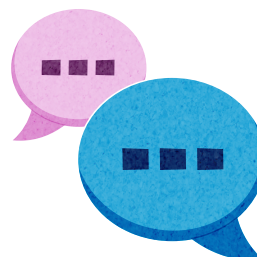
Le manque de pratique se traduit souvent par une conduite hachée, une attention focalisée sur l'immédiat et des gestes encore peu fluides. L'objectif est d'augmenter progressivement l'exposition, de structurer les repères et de sécuriser les automatismes, sans surcharger l'apprenti.

Repérer les signes de manque de pratique

- Trajectoire irrégulière, corrections tardives du volant
- Ralentissements trop tardifs, distances mal évaluées
- Regard principalement orienté vers l'avant, rétros peu utilisés
- Indices proches privilégiés au détriment des indices lointains
- Prise en compte prioritaire de la signalisation, et peu des comportements des autres usagers
- Manque d'anticipation sur les mouvements des autres (ex : n' imagine pas un virage sans clignotant)
- Difficultés techniques persistantes : calages, vitesses qui "craquent"
- Irritation envers soi-même ou envers les autres

Que faire, concrètement ?

- Structurez les fondamentaux : installez une routine de regard (loin – proche – rétros – angles morts), à répétition
- Travaillez sur l'anticipation (« Qu'est-ce qui peut arriver ici dans 3 secondes ? »)
- Séquencez l'apprentissage, en revenant sur des environnements simples pour consolider les acquis, puis en augmentant la complexité par paliers
- Fractionnez les objectifs : une compétence à la fois et des ateliers ciblés (démarrages/arrêts fluides, passages de rapports propres, tenue de trajectoire)
- Installez de la régularité, en multipliant de courtes séances rapprochées plutôt qu'une longue session espacée
- Variez les contextes (heure, météo, densité) une fois les bases stabilisées



Le manque de confiance

Le manque de confiance freine la prise d'initiative, allonge les temps de décision et peut créer des situations d'hésitation au volant. L'objectif est de sécuriser le contexte d'apprentissage et de remettre l'apprenti en situation de réussite, progressivement.

Repérer les signes de manque de confiance

- Allure particulièrement lente malgré une circulation fluide
- Hésitations répétées avant d'agir, besoin constant de validation
- Tension corporelle : crispation sur le volant, épaules raides, soupirs
- Demandes fréquentes d'aide dans les décisions
- Faible prise d'initiative, peur de « se tromper »
- Multiplication excessive des contrôles visuels par manque de confiance, entraînant des écarts de trajectoire dus à un regard insuffisamment orienté vers l'avant

Que faire, concrètement ?

- Avant tout, encouragez l'apprenti ! Valorisez ce qui est bien fait, même si l'exécution est encore imparfaite

- Évitez les ordres et les justifications interminables : donnez des consignes simples, claires et courtes
- Revenez à des situations plus faciles pour remettre l'apprenti en condition de réussite, pour monter en complexité progressivement après
- Favorisez l'autonomie, en laissant l'apprenti prendre des initiatives
- Limitez les commentaires à l'essentiel, ne relevez pas toutes les erreurs
- Remplacez les interjections stressantes par des indications utiles et anticipées



L'apprenti a besoin d'être encouragé constamment pour que la conduite accompagnée soit un succès !

L'excès de confiance

L'excès de confiance peut donner l'illusion de maîtrise, mais il dégrade la rigueur, allonge les temps de réaction utiles et expose à des risques inutiles. L'objectif est de réinstaurer des repères exigeants, sans contrarier l'apprenti, et de recentrer la conduite sur l'anticipation et le respect des règles.

Repérer les signes d'excès de confiance

- Allure inadaptée, parfois excessive dans des contextes pourtant simples
- « Stops » glissés, priorités prises « à l'intuition », signalisation temporaire ignorée
- Interventions tardives, conduite moins rigoureuse, relâchement des habitudes de sécurité (volant tenu d'une main...)
- Prise de risques « parce que tout le monde le fait » ou parce que l'itinéraire est « connu par cœur »
- Satisfaction affichée après une infraction « réussie » (normalisation du comportement)

Que faire, concrètement ?

- Recentrez sans contrarier : sélectionnez l'essentiel de vos retours et restez factuels dans la formulation
- Remettez de la rigueur dans les automatismes et sensibilisez aux variations subtiles d'une même situation (adhérence, angle mort, etc)
- Exigez le respect strict des règles : arrêt marqué, contrôles visuels systématiques, deux mains sur le volant
- Guidez sur « ce qui peut arriver » plutôt que « ce qui vient d'arriver »



Adoptez une conduite exemplaire : elle sert de modèle à votre apprenti !





Règles de circulation : l'essentiel à transmettre

La signalisation : lire avant d'agir

Les panneaux donnent une information par leur forme et par leur couleur. Aidez l'apprenti à associer d'un coup d'œil le message au bon comportement.

Par forme :

- Triangle : danger
- Cercle rouge : interdiction
- Cercle bleu : obligation
- Carré / rectangle : indication ou direction

Par couleur :

- Rouge : interdiction
- Bleu : obligation
- Jaune : temporaire
- Barres obliques noires : fin d'interdiction
- Barres sur fond bleu : fin d'obligation



Faites verbaliser l'intention :
« Quel est le panneau ? Que
dois-je faire maintenant ici ? ».
Cette articulation panneau →
décision → action ancre la bonne
réponse au bon moment.

Les règles de priorité

Deux situations fréquentes à travailler
jusqu'à l'automatisme :

①

Priorité à droite :

en l'absence de signalisation
contraire, céder le passage
aux usagers venant de droite

②

Stop :

arrêt total obligatoire avant
la ligne d'arrêt, puis cession
du passage à gauche et à droite



Demandez un “arrêt pédagogique” en situation :
roue à l'arrêt, point mort possible,
double regard gauche-droite-
gauche, puis décision
commentée en une phrase.

Carrefour à sens giratoire

- Restez sur la voie de droite si vous tournez à droite à la prochaine sortie ou si vous allez tout droit
- Utilisez la voie de gauche si vous tournez à gauche ou si vous faites demi-tour

Avant de sortir :

- Rejoignez la voie de droite avant votre sortie, après contrôles rétroviseurs et angle mort, sans gêner les autres
- Annoncez clairement la manœuvre avec un clignotant à droite avant la sortie choisie. Coupez le clignotant une fois sorti.



Une bonne gestion d'un carrefour à sens giratoire est le fruit de l'anticipation.
L'objectif est d'entrer sans gêner les autres usagers, de bien se positionner, et de sortir sans surprendre.

Conduire sur autoroute

L'autoroute exige une anticipation soutenue et une gestion fine des distances.

Avant de partir :

- Vérifiez la pression des pneus, les niveaux (carburant, huile, liquide de refroidissement, freins) et l'arrimage de la charge
- Planifiez des pauses régulières : la baisse de vigilance est le premier risque.

En roulant :

- Respectez la distance de sécurité (au minimum 2 secondes d'intervalle avec le véhicule qui précède)
- Anticipez tôt les changements de voie et les sorties
- Faites des pauses régulières
- Respectez les règles de vitesse



Conduire par mauvais temps

Sous la pluie, le brouillard ou la neige il faut encore plus de vigilance à cause de la mauvaise visibilité : doublez votre distance de sécurité.

- Feux de croisement obligatoires par pluie, brouillard, neige
- Feux de brouillard avant : en complément si la visibilité baisse fortement
- Feu de brouillard arrière : uniquement par brouillard épais ou chutes de neige (risque d'éblouissement pour ceux qui suivent)

Attention à l'adhérence qui est réduite : ralentissez et allongez nettement les distances de sécurité. Évitez aussi les à-coups, avec des freinages progressifs, des accélérations douces et des rapports adaptés.



Ne pas oublier le principe de progressivité pédagogique : éviter les intempéries au tout début de l'accompagnement et les introduire par étapes, dans des contextes maîtrisés.

Conduire la nuit

La nuit, la visibilité baisse et les contrastes trompent les distances. Il faut adapter l'allure et élargir la marge de sécurité.

Repères clés :

- Adaptez la vitesse à la portée des feux et anticipez davantage les aléas (piétons, deux-roues, animaux)
- En croisement de véhicule, regardez le bord droit de la chaussée pour éviter l'éblouissement
- Éteignez suffisamment tôt les feux de route pour ne pas gêner ceux que vous croisez ou suivez



N'abordez la conduite de nuit qu'une fois la conduite de jour suffisamment maîtrisée. Proposez des sessions courtes et ciblées au début.



Conduire avec des pics de pollution

Lors des épisodes de pollution, la vitesse maximale autorisée peut être abaissée de 20 ou 30 km/h sur des axes normalement limités à 90, 110 et 130 km/h.

Respectez les vitesses affichées par les panneaux et les PMV (panneaux à messages variables) : elles prévalent tant que l'épisode est actif.

Le non-respect des abaissements de vitesse expose à contravention, voire à une immobilisation du véhicule.





La sécurité avant tout

La sécurité repose sur 4 règles de base :

1. Adapter l'allure au contexte
2. Maintenir sa vigilance
3. Boucler systématiquement la ceinture
4. Ne jamais conduire après avoir bu

L'alcool altère très tôt le jugement, rétrécit le champ visuel et rallonge le temps de réaction : dès 0,20 g/L, les effets se font sentir ; à 0,50 g/L, le risque grimpe fortement. La règle à ancrer est claire : si l'on boit, on ne conduit pas. La vitesse doit être pensée comme une marge de manœuvre. Plus elle augmente, plus le champ visuel se resserre et plus les chocs sont violents.

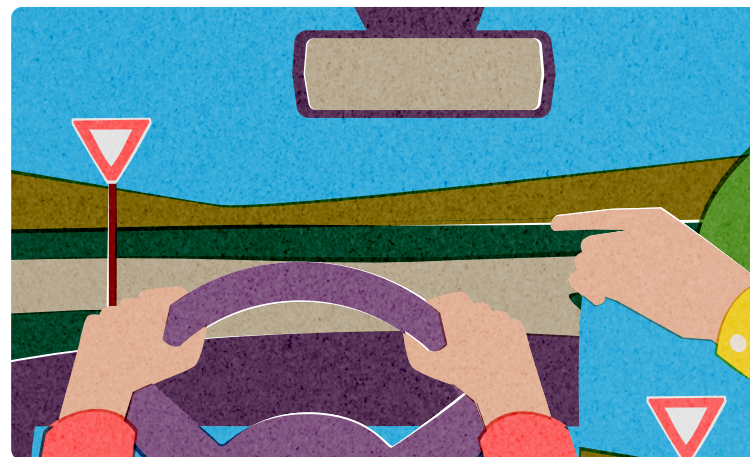
Une vitesse peut être excessive même sous la limite légale lorsque la situation l'exige : virage serré, chaussée mouillée, visibilité réduite, trafic dense.

Adapter, ce n'est pas "aller lentement", c'est se donner du temps pour voir tôt, décider à temps, agir avec de l'espace.

La physique s'impose toujours : plus de vitesse = moins de temps et plus d'énergie à dissiper.



En pratique, quatre habitudes, répétées à chaque trajet, font durablement baisser le risque : sobriété (zéro alcool), vigilance (repos et pauses), ceinture systématique et vitesse adaptée au contexte. Ces piliers, associés à la routine « voir – décider – agir », transforment la sécurité en compétence quotidienne.





Eco-conduite : 6 conseils pour consommer et polluer moins au quotidien

①

Assurez un entretien régulier de votre véhicule. Un véhicule bien entretenu peut économiser jusqu'à 25% de carburant*. Surveillez filtres, pression des pneus, géométrie, niveaux.

②

Les 5 premiers kilomètres, circulez à allure modérée. À froid, le moteur consomme davantage.

③

Surveillez votre allure : évitez les relances brusques et accélérez progressivement. Moins de pics = moins de carburant = moins d'émissions.

④

Le 5ème et le 6ème rapports consomment moins. Stabilisez-vous vite sur ceux-ci si possible.

⑤

Faites attention à la charge inutile. Retirez le coffre de toit et videz le coffre si possible.

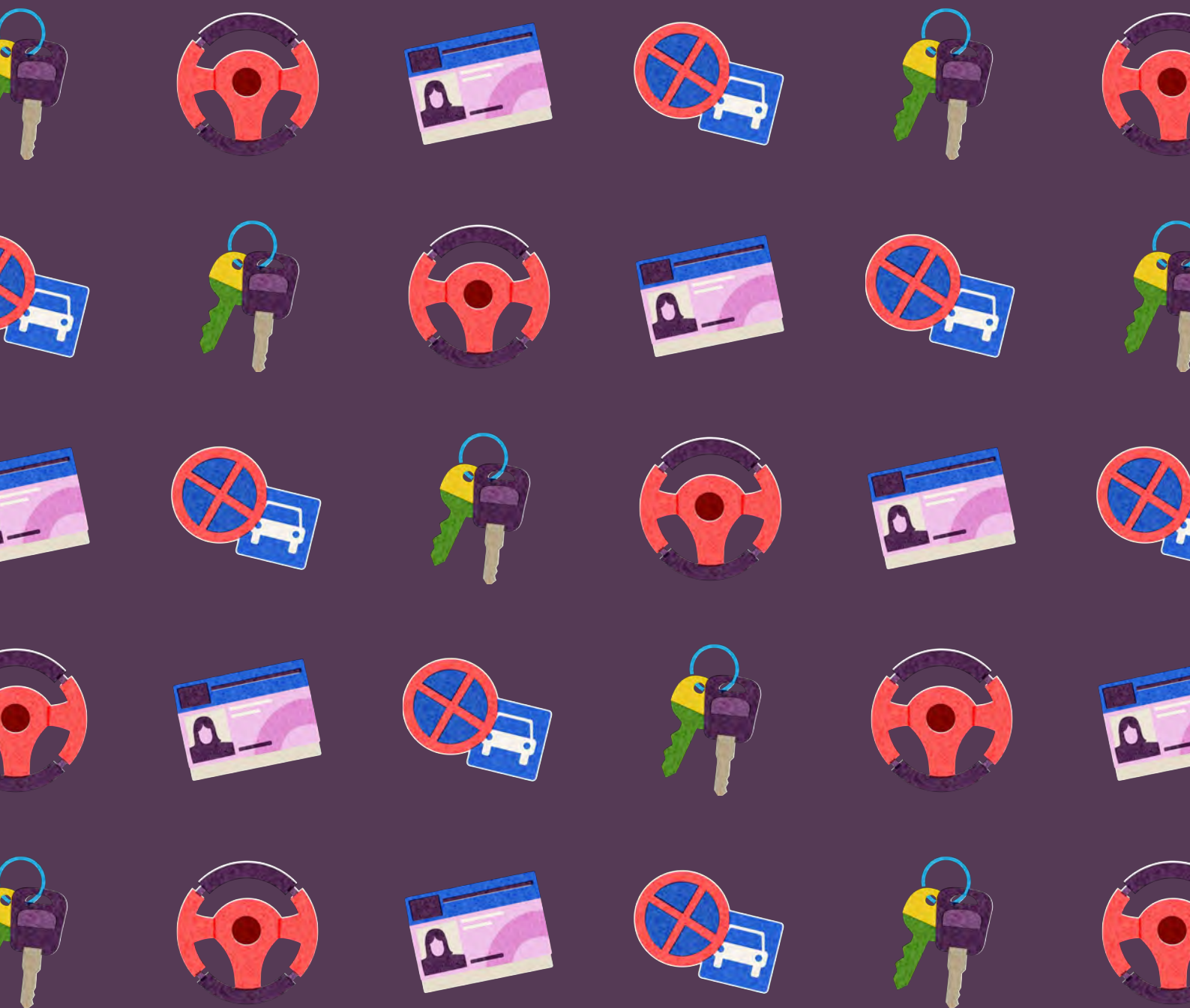
⑥

Attention à la climatisation : elle augmente la consommation.



*Source : site internet [Sécurité routière](#)

Ornikar



Bonne route !

MARIANNE FORMATION dispose d'un établissement sis 12 rue Charles Brunellière à Nantes (44000), immatriculé au RCS de Nantes sous le numéro 799 351 887, exerçant sous l enseigne ORNIKAR, autorisé à exploiter, sous le numéro E16 044 0009 0, un établissement d'enseignement, à titre onéreux, de la conduite des véhicules à moteur et de la sécurité routière selon arrêté (du 8 janvier 2001 relatif à l'exploitation des établissements d'enseignement, à titre onéreux, de la conduite des véhicules à moteur et de la sécurité routière) délivré par l'autorité préfectorale de Loire-Atlantique en France (10 boulevard Gaston Doumergue – BP 76315 – 44263 NANTES CEDEX 2) le 31 mars 2016. MARIANNE FORMATION est légalement représentée par Monsieur Benjamin Gaignault, son Président.