

**Comment est ma conduite?
1 877 555-5555**

par **Éric Chartrand**,
Enseignant, Services aux
entreprises (SAE) - CFTR



Qui de vous n'a jamais vu cette petite inscription à l'arrière d'un camion? Que vous est-il venu à l'esprit après l'avoir lue? Sûrement de porter un jugement sur la conduite du professionnel.

Il est facile de porter un jugement sur la conduite de ceux qui nous entourent, surtout lorsqu'ils font des erreurs, aussi petites qu'elles puissent l'être.

Cependant, vous? Comment est votre conduite?

Une majorité répondra « **je suis un bon et même très bon conducteur** ». Tant mieux. Le but de cet article n'est pas de porter un jugement sur la conduite mais de vous conscientiser au privilège que vous avez de conduire un véhicule. Ce n'est pas un droit acquis.

Exemple :

Un soldat qui manipule une arme à feu doit être conscient à chaque seconde de son usage. Il est dit qu'un véhicule moteur est aussi dangereux qu'une arme à feu. Alors, nous devrions demeurer concentrés en tout temps aux commandes de notre véhicule. Ce n'est pourtant pas facile. Après de longues heures de conduite ou lorsque nous sommes dans un environnement familier, il devient facile de se distraire soit par l'entourage ou par une discussion au cellulaire. C'est à ce moment là que souvent un accident risque de survenir.

La conduite préventive est une gymnastique quotidienne. Elle demande un effort journalier visant à réduire les risques d'accrochages ou d'accidents. Pour nous aider à se concentrer et à gérer cette gymnastique, il existe cinq règles de base. Les voici :

1- Regardez loin devant vous

Regarder au-delà de la voiture qui vous précède. Sur les autoroutes, regarder aussi loin que vous le pouvez. En cas d'arrêt brusque de la circulation, vous aurez le temps voulu pour ralentir. En circulation urbaine, vous pourrez facilement anticiper les arrêts soudains.

2- Regardez large

Repérez les voitures qui se retrouvent dans vos angles morts. À l'approche des intersections, portez une attention aux véhicules qui s'y approchent. Tout au long de votre parcours, soyez attentif à ce qui pourrait être un obstacle dans la périphérie de votre véhicule.

3- Faites-vous voir

Les phares de jour sont prescrits sur les véhicules d'aujourd'hui, mais depuis toujours, le chauffeur professionnel allume tous les feux de son véhicule dans le but d'améliorer sa visibilité vis-à-vis des autres usagers de la route. Lors de tempête de neige, n'hésitez pas à faire des arrêts plus fréquents pour nettoyer vos lumières si elles ne sont plus visibles. Pendant les manœuvres de marches arrière, engagez vos clignotants d'urgence.

4- Regardez et écoutez

Gardez votre vision continuellement en mouvement. Observez avec attention toute la signalisation routière qui vous entoure. Regardez de gauche à droite, d'un rétroviseur à l'autre, tout en examinant votre tableau de bord. Guettez attentivement le trafic qui est derrière vous. Ce cycle prend environ cinq à huit secondes à effectuer. Il aide à vous tenir alerte et vigilant. Lors de situation à risque, abaissez votre vitre pour entendre plus facilement les avertissements provenant de votre entourage, par exemple lors des marches arrière.

5- Gardez-vous une porte de sortie

En tout temps, nous devrions se poser la question où s'arrêter en toute sécurité en cas d'un arrêt brusque. La majorité du temps, la porte de sortie se trouve entre nous et le véhicule qui nous précède. Une distance raisonnable de suivi, dans la plupart du temps, fait référence à une distance d'arrêt. Donc, elle devrait se calculer en fonction du poids et de la vitesse du véhicule et de l'état de la chaussée. Il ne faut pas négliger pour autant les obstacles qui arrivent par la gauche ou par la droite et parfois même par l'arrière.

Finalement, la prochaine fois que vous suivrez un camion et que vous verrez une affiche qui indiquera « **Comment est ma conduite?** » profitez-en pour vous demander si vous appliquez votre gymnastique de conduite préventive. De plus, si le chauffeur qui vous précède fait son travail avec professionnalisme, composez le numéro indiqué pour le mentionner à son employeur.

17 000, rue Aubin, Mirabel (Qc) J7J 1B1
(450) 435-0167 • 1 877 435-0167
cfr@cfrdn.qc.ca / www.formationcfr.ca

Commission scolaire de la Rivière-du-Nord

Centre de formation
du transport routier
Saint-Jérôme (CFTR)

700, rue de l'Argon, Québec (Qc) G2N 2G5
(418) 634-5580 • 1 866 849-5080
cftc@cspds.qc.ca / www.cftc.qc.ca

Commission scolaire « Premières-Sigisnoles »