



L'INSTALLATION AU VOLANT

POURQUOI UNE BONNE INSTALLATION ?

Une bonne installation diminue la fatigue au volant et permet d'accéder avec aisance à toutes les commandes de son véhicule (volant, pédales et commandes du tableau de bord).

Pour cela, il faut respecter un ordre dans la manière de s'installer.

1. **SIEGE ET DOSSIER**
2. **RETROVISEUR**
3. **CEINTURE DE SECURITE**

1. SIEGE ET DOSSIER



SIEGE
En appuyant sur la pédale d'embrayage votre jambe doit être légèrement fléchie. Il ne faudra en aucun cas avoir la jambe tendue ni trop fléchie.

DOSSIER
En plaçant les deux mains sur le haut du volant, vos épaules ne doivent pas se décoller du dossier.

APPUIE-TETE
Réglez l'appuie-tête en fonction de votre taille.

Attention l'appuie-tête ne sert pas à se reposer la tête lorsque l'on conduit mais protégera vos vertèbres cervicales en cas de choc arrière avec un autre véhicule.

2. RETROVISEURS



Réglez le rétroviseur intérieur et extérieur droit et gauche pour surveiller les véhicules suivants.

3. CEINTURES



Le port de la ceinture de sécurité est obligatoire pour le conducteur et ses passagers.

Pour améliorer le confort des automobilistes, les constructeurs permettent le réglage de certaines commandes comme le réglage :

- Du siège en hauteur.
- Du volant en hauteur.
- De la ceinture.
- De l'appuie-tête.

LES DIFFERENTS REGLAGES



SIEGE

VOLANT

APPUIE-TETE ET CEINTURE

Quels risques en cas de mauvaise installation ?

- Douleur dans les jambes et dans le bas du dos.
- Rotation imparfaite du volant pour tourner. Risque d'accrochage avec la bordure du trottoir ou risque de collision avec un véhicule en contre sens.
- Avec des rétroviseurs mal réglés, risque de se faire surprendre par les véhicules suivants.
- Sans ceinture, lors d'un choc risque de graves lésions cérébrales dès 30 km/h.
- 3 points en moins en cas de non port de la ceinture.

REGARDER AUTOUR DE SOI

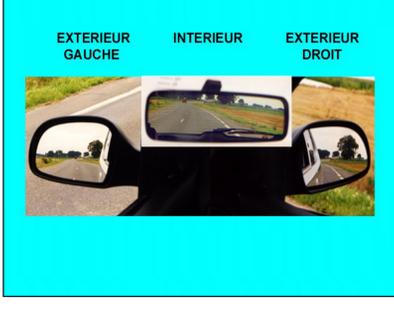
• AVANT DE MONTER EN VOITURE

- Regardez autour du véhicule les obstacles qui peuvent vous surprendre.
- Regardez l'état visuel des pneumatiques.
- Avant d'ouvrir la portière prenez vos précautions pour entrer et sortir du véhicule sans gêner ni surprendre la circulation.
- Faites monter les enfants du côté du trottoir pour plus de sécurité et installez les dans un dispositif adapté à leur âge.
- Ne faites pas monter plus de passagers que votre véhicule n'est autorisé à en transporter (le nombre maximum de passagers est inscrit sur la carte grise du véhicule).



• REGLAGES DES RETROVISEURS

Les rétroviseurs s'utilisent avant chaque freinage et changement de direction pour surveiller le bon comportement des véhicules qui vous suivent ou vous dépassent.



Rétroviseur intérieur permet de surveiller directement le véhicule suivant et vous permet de garder une distance de sécurité en cas de freinage par exemple.

Rétroviseur extérieur droit vous permet de surveiller les véhicules qui peuvent venir sur votre droite et vous surprendre (contrôle bandes cyclables, voies pour bus ou taxis et pour changer de voie après un dépassement).

Rétroviseur extérieur gauche vous permet de surveiller les véhicules qui peuvent venir sur votre gauche et vous dépasser.

• LES ANGLES MORTS

Les rétroviseurs ne permettent pas d'obtenir une vision complète à l'arrière du véhicule. Il reste sur votre droite et votre gauche des angles non visibles depuis le poste de conduite. Ils sont appelés : **LES ANGLES MORTS**.

Il sera nécessaire d'établir un contrôle direct en orientant son regard à **90 degrés**.



• LA VISIBILITE

La propreté des vitres.

Les vitres doivent être propres, utilisez le lave glace avant (et arrière si votre véhicule en est équipé) L'hiver retirez toute la neige de votre pare brise et de vos vitres latérales. Rien ne doit obstruer votre champ visuel.

L'intérieur du pare brise peut être gras, cela est dû à la ventilation intérieure du véhicule. Dans ce cas utilisez un chiffon doux et humide pour le nettoyer

Pensez également à nettoyer les blocs optiques des ampoules pour mieux voir la nuit. Sachez que des blocs optiques sales peuvent réduire de 30 % l'éclairage de votre voiture.



Nettoyage intérieur pare brise

Nettoyage des blocs optiques

Le désembuage avant et arrière.

- Utilisez le ventilateur **au tableau de bord** et orientez l'air **chaud** sur le pare brise pour désembuer et obtenir une meilleure vision.
- Utilisez momentanément la climatisation si votre véhicule en est équipé. La climatisation facilitera le désembuage car elle diffuse un **air sec**.
- Utilisez le désembuage **arrière** pour retirer le givre et la buée. Un courant de faible tension provenant de la batterie passe dans les fils électriques qui jouent le rôle de résistance chauffante.



COMMANDE DU VENTILATEUR



COMMANDE DU DESEMBUAGE ARRIERE



Désembuage activé

• LES OBJETS LOURDS ET ENCOMBRANTS

Pour ne pas gêner le champ visuel arrière il est préférable de placer vos bagages dans le coffre ou de les poser sur le sol à l'arrière de votre voiture. Vous pouvez également utiliser une galerie ou mieux encore une petite remorque.



GALERIE DE TOIT



AVEC LE PERMIS VOITURE LE PTAC (Poids Total Autorisé en Charge) ne doit pas être supérieur à 750 Kg

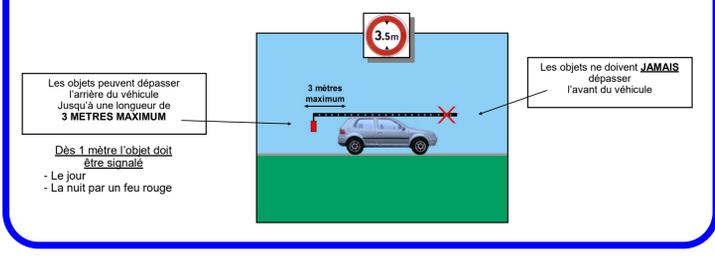
• GALERIE DE TOIT

Attention les objets ne doivent jamais dépasser l'avant du véhicule.

Par contre, ils peuvent dépasser jusqu'à 3 mètres maximum

(Dès 1 mètre, les objets doivent être signalés par un dispositif réfléchissant, complété par un feu rouge quand la visibilité est réduite la nuit ou par temps de brouillard par exemple)

La largeur d'un véhicule **chargement compris** ne doit pas dépasser 2,55 mètres de large.



REMORQUE ET CARAVANE



Réglementation

Aux véhicules de la catégorie B peuvent être attelées une remorque ou caravane ne dépassant pas le Poids total autorisé en charge (PTAC) de 750 Kg

Particularité : Les remorques d'un poids total autorisé en charge (PTAC) inférieur ou égal à 500 kg doivent avoir une plaque d'immatriculation identique au véhicule qui la tracte.

• A partir de quel charge dois-je passer le permis E (b) ?

Aux véhicules de la catégorie B peuvent être attelées une remorque ou caravane ne dépassant pas le Poids total autorisé en charge (PTAC) de 750 Kg

Si le : PTAC est SUPERIEUR à 750 kg → **Permis E (B) obligatoire. (Avec visite médicale)**

• Dois-je faire changer la plaque d'immatriculation de la remorque ?

NON : Si le PTAC de la remorque est SUPERIEUR ou égal à 500 kg → **ATTENTION** : Dans ce cas, la remorque dispose de sa carte grise. La remorque possèdera donc sa propre plaque d'immatriculation.

OUI : Si le PTAC de la remorque est INFERIEUR à 500 kg → **Les remorques ou caravanes de moins de 500 kg n'ont pas de carte grise. Le conducteur devra acheter une plaque d'immatriculation. La plaque de la remorque doit être identique à celle de la voiture.**



RECHERCHER LES INDICES UTILES

LE CHAMP VISUEL

Le champ visuel est composé de 2 visions :

1. La vision nette.
2. La vision périphérique.

1. LA VISION NETTE

Elle donne une très grande précision mais ne peut s'étendre que sur un angle assez faible (4 à 5 degrés).

C'est donc une multitude de coups d'œil transmis au cerveau qui constitue une image compréhensible.

2. LA VISION PERIPHERIQUE

Elle donne une image floue mais s'étend latéralement sur un champ périphérique de 180 degrés.

Dans ce champ périphérique, les yeux sont particulièrement sensibles aux mouvements qu'ils peuvent détecter et aux différentes couleurs qu'ils peuvent observer.



C'est l'ensemble des deux visions **VISION NETTE ET PERIPHERIQUE** qui permet de distinguer les indices les plus utiles à la circulation routière.

Parmi les indices utiles nous trouvons les indices **FORMELS** et **INFORMELS** que le conducteur doit rechercher pour conduire en sécurité.

- **Indices formels :**
Ils sont relatifs à la signalisation **HORIZONTALE** : le marquage au sol et à la signalisation **VERTICALE** : les panneaux.
- **Indices informels :**
Ils sont relatifs aux comportements des autres usagers
 - Leur regard.
 - Leur gestuel.
 - Leur intention.
 C'est en observant le comportement des autres usagers de la route que l'on acquière une meilleure expérience de la conduite automobile.



Attention à la distraction :

Ne vous laissez pas distraire par :

- Les panneaux publicitaires.
- Un ami qui vous fait signe bonjour.
- La manipulation de son poste de radio.
- La sonnerie d'un téléphone portable.

