

Sécurité routière : survivre à la route

telecom

Partage d'expérience et gestes essentiels · Août 2026



Partage d'expérience : Alerte de sécurité

CE QUI S'EST PRODUIT

- **Août 2026.** Autoroute à forte circulation. Un camion nacelle lourd est en transit.
- Ralentissement soudain du trafic. Le camion nacelle percute violemment un véhicule (voiture familiale) par l'arrière.
- Les données télématiques révèlent un passage de **~65 km/h à 0 km/h** en quelques instants.
- Dommages matériels sévères, fermeture temporaire de l'autoroute, prise en charge médicale d'un travailleur par les ambulanciers.

Le constat : sur la route, la circulation peut s'arrêter complètement sans aucun préavis.

CE QU'ON EN RETIENT

La physique et l'anticipation

Distance d'arrêt = Temps de réaction + Distance de freinage



La distance d'arrêt : l'inertie ne pardonne pas.

Le poids de nos camions nacelles multiplie la distance de freinage. Le temps de réaction humain reste le même, mais la mécanique demande plus d'espace.



Le piège de la routine : l'illusion du contrôle.

Dans un trafic dense, la situation change en une fraction de seconde. Une marge de sécurité insuffisante élimine toute chance d'évitement, peu importe l'expérience du conducteur.

Les réflexes de conduite préventive à adopter

Les cinq clés du **Système Smith®** — la méthode de conduite préventive sur laquelle s'appuient nos gestes.



1. Regarder au loin

Viser ~15 s
d'anticipation



2. Vue d'ensemble

Observer le trafic



3. Yeux en mouvement

Balayage < 2 s



4. Espace d'évitement

Porte de sortie



5. S'assurer d'être vu

Signaler tôt

Nos **sept gestes Telecon** mettent ces clés en pratique et vont plus loin — distractions, vitesse, inspection, signalement et marche arrière.

GESTE 01

Regarder loin et anticiper

La science de la vision au volant

L'instinct naturel limite notre regard à 3 secondes devant nous — suffisant pour la survie à pied, mais fatal à 90 km/h.

Un conducteur professionnel déplace son regard pour lire l'environnement au moins **15 secondes à l'avance**. Cela offre l'espace et le temps de prédire l'avenir et d'éviter les freinages d'urgence.



GESTE 02

Garder 4 à 6 secondes de distance

Les mathématiques d'un freinage à 100 km/h

Le coussin de 4 à 6 secondes n'est pas une suggestion, c'est une barrière physique incompressible : le temps strict dont votre cerveau et vos freins ont besoin pour immobiliser un véhicule lourd.

Sans cet espace, la collision arrière est physiquement inévitable.

Distance totale d'arrêt = 93 m (6 s)

Perception
0.75 s · 19 m

le cerveau analyse le pied bouge

Réaction
0.75 s · 19 m

Freinage
4.5 s · 55 m — la mécanique agit

À 100 km/h, votre véhicule parcourt 27 mètres par seconde.

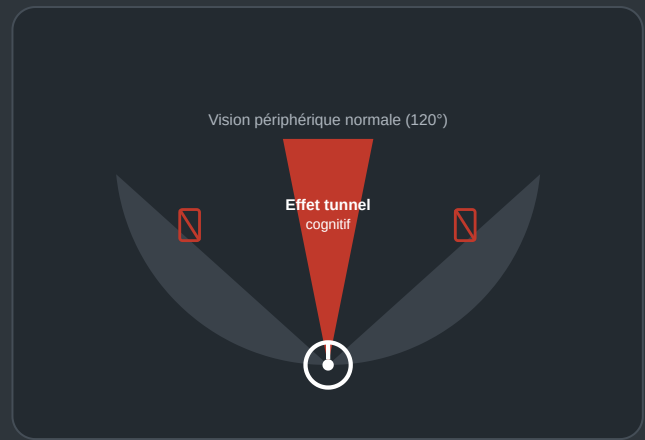
GESTE 03

Éliminer les distractions

Le danger invisible de l'effet tunnel

La distraction n'est pas seulement manuelle, elle est cognitive. Qu'il soit en main ou « mains libres », une conversation téléphonique provoque un effet tunnel.

Le cerveau abandonne le balayage visuel, les rétroviseurs disparaissent de votre conscience, et votre champ périphérique s'effondre de **120° à une zone étroite** au centre du pare-brise.



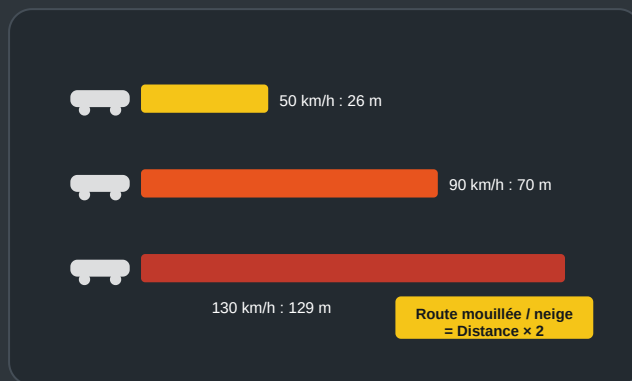
GESTE 04

Adapter la vitesse au trafic et aux conditions

Le piège de l'énergie cinétique

La violence d'un impact et la distance pour l'éviter ne montent pas de façon linéaire : elles sont proportionnelles au **carré de votre vitesse**.

Une pluie légère ou une chaussée humide double instantanément la distance de freinage. Ralentir n'est pas une perte de temps, c'est une reprogrammation de l'énergie destructrice de votre véhicule.



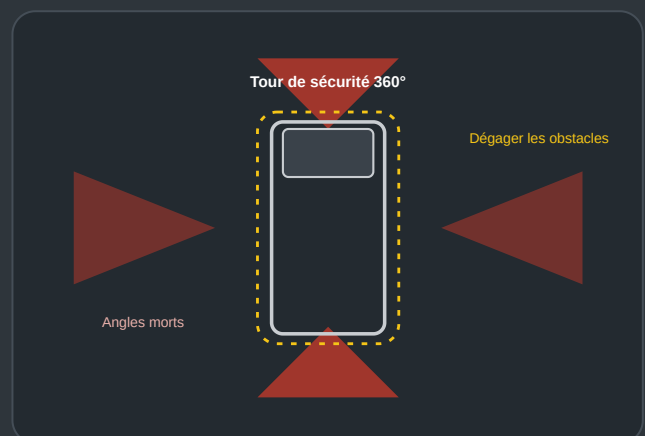
GESTE 05

Inspection et tour de sécurité 360°

Sécuriser l'extérieur et l'intérieur

Un véhicule lourd possède des angles morts massifs où un piéton, un cycliste ou un obstacle peuvent disparaître totalement. Avant de démarrer, une inspection visuelle et un tour à 360° sont obligatoires.

À l'intérieur, sécurisez la cabine : en cas de freinage brusque, tout objet non fixé devient un projectile.



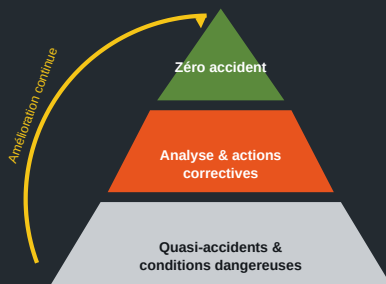
GESTE 06

Signaler tout quasi-accident

Un quasi-accident est un avertissement gratuit

Dans la pyramide des risques, des centaines de quasi-accidents précèdent toujours une collision grave.

Signaler une situation dangereuse, un freinage d'urgence ou un équipement défectueux n'est pas une dénonciation : c'est collecter des données vitales pour corriger la racine du problème avant qu'il ne coûte une vie.



GESTE 07

Maîtriser la marche arrière

Le risque n°1 chez Telecon

Les manœuvres en marche arrière ne représentent que 1 à 3 % du temps de conduite, mais **plus de 30 % de tous nos accidents de véhicule**. C'est le geste le plus payant à corriger.

Avant de reculer, appliquez le principe **G.O.A.L.** — **Get Out And Look** : arrêtez-vous, sortez, regardez, évaluez. Reculez lentement, klaxon et clignotants d'urgence, sans jamais aller plus loin que nécessaire. Le meilleur moyen d'éviter un incident en marche arrière : **ne pas reculer** — stationnez toujours en marche arrière à l'arrivée.



...mais seulement 1-3 % du temps de conduite

G.O.A.L.

Get Out And Look

- 1 Arrêtez-vous en lieu sûr
- 2 Sortez (3 points d'appui)
- 3 Regardez et évaluez l'aire
- 4 Sécuritaire ? Alternatives ?



Stationnez toujours en marche arrière

Ce qu'on demande à chacun : nos engagements quotidiens

Avant de partir



Effectuer obligatoirement la **ronde de sécurité 360°** du véhicule.



Adapter sa **planification d'itinéraire** aux conditions

Au volant



Port de la ceinture de sécurité obligatoire en tout temps.



TOLÉRANCE ZÉRO pour l'usage du cellulaire ou de tout

En toutes circonstances



Ajuster la vitesse à la dynamique de la circulation.



Maintenir un coussin d'espace de sécurité. Conduire les véhicules de l'entreprise avec le

météorologiques et
au trafic.

appareil électronique
au volant.

même soin que votre
véhicule personnel.

Notre but : **Zéro Accident** de véhicule.

Ressources, soutien et protocoles

En cas d'urgence sur la route



Protéger les lieux et
sécuriser la zone.



Composer le **9-1-1**
pour obtenir de l'aide
immédiate.



**Avertir votre
superviseur**
immédiat dès que
vous êtes en
sécurité.

Soutien continu & signalement



Signalez tout **quasi-
accident** ou risque à
votre superviseur ou
partenaire Santé &
Sécurité.



Entretien préventif :
signalez
immédiatement toute
défectuosité ou
dommage au
véhicule de la flotte.

Vos outils de référence



Consultez la
procédure officielle :



Sécurité Routière
SSE-2000-TEL-
PR0

La sécurité est l'affaire de tous.
Protégeons-nous, et rentrons chez nous en santé.

InfoFlash Santé & Sécurité · Telecon · Diffusion interne

Smith System® et The Smith 5 Keys® sont des marques déposées de Smith System Driver Improvement Institute, Inc. Ce document ne reproduit pas leur matériel de formation et décrit les principes dans les mots de Telecon.