



VIA PRÉVENTION

Sécurité routière

Heures de conduite et de repos

Plan de cours — Formation

Via Prévention est une instance paritaire créée en vertu de la Loi sur la santé et la sécurité du travail (L.R.Q., c. S-2.1). Il s'agit d'un organisme autonome, sans but lucratif, fondé et administré par des associations d'employeurs et de travailleurs des secteurs d'activité économique du transport, de l'entreposage et des services relatifs à l'environnement.

« Article 101 : L'association sectorielle a pour objet de fournir aux employeurs et aux travailleurs appartenant au secteur d'activité qu'elle représente, des services de formation, d'information, de recherche et de conseil. »

Cette formation est admissible comme dépense de formation en vertu de la Loi favorisant le développement et la reconnaissance des compétences de la main-d'œuvre (no. Agrément : 0057393).

CONDITIONS PRÉALABLES

Afin d'assurer l'efficacité de nos programmes d'apprentissage, nous croyons nécessaire que les conditions préalables suivantes soient remplies :

Pour l'entreprise (session en entreprise)

- Présence d'un répartiteur et d'un gestionnaire
- Fournir un local et les équipements requis pour la session de formation

Pour le participant ou la participante

- Savoir lire et écrire en français (fonctionnel)

CLIENTÈLE VISÉE

Les conducteurs et les conductrices de véhicules lourds et le personnel impliqué dans la gestion des horaires.

OBJECTIF GÉNÉRAL

Rendre le participant ou la participante capable d'appliquer les exigences de la réglementation en vigueur

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES ET CONTENU DU COURS

À la fin de la session de formation, le participant ou la participante sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

1. Fatigue

- Reconnaître les principaux symptômes de la fatigue, ses causes et facteurs aggravants, ainsi que les moyens de la prévenir

2. Véhicules visés

- Reconnaître, parmi les véhicules utilisés, lesquels sont visés par le règlement

3. Nouveautés

- La journée (24 heures)
- La remise à zéro
- La règle du 14 jours
- La 16^e heure

4. Heures de repos

- Déterminer quelles activités sont du repos
- Déterminer le début et la fin de la journée
- Situer le début et la fin d'un poste de travail
- Appliquer l'obligation du 10 heures de repos quotidien

- Appliquer l'obligation du 8 heures consécutives de repos avant de conduire
 - Déterminer les situations où un conducteur peut être relevé de ses responsabilités
5. Heures de conduite et de travail
- Déterminer quelles activités sont du travail et lesquelles sont de la conduite
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par journée et par poste de travail
6. Cycle de travail
- Respecter la règle du 24 heures consécutives de repos durant les 14 derniers jours
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par cycle de travail
 - Calculer la veille le nombre d'heures disponibles pour le lendemain (en utilisant ou non le tableau récapitulatif)
 - Appliquer la remise à zéro d'un cycle de travail
7. Dépassement et augmentation des heures autorisées
- Identifier dans quelles situations un dépassement des heures de conduite ou de travail est autorisé
 - Déterminer dans chaque cas le nombre d'heures de conduite et de travail supplémentaires permit
8. Heures de repos : exceptions à la règle
- Report du repos journalier
 - Répartir correctement ses heures de repos dans la couchette
 - Calculer, après chaque période de repos dans la couchette, le nombre d'heures de conduite et de travail disponibles jusqu'à la prochaine période de repos dans la couchette
9. Fiche journalière
- Remplir une fiche journalière selon les modalités prévues au règlement
 - Déterminer les situations où la fiche journalière n'est pas requise

10. Documents

- Conserver à bord les documents exigés

11. États-Unis

- Respecter les exigences de la réglementation américaine qui diffèrent de la réglementation québécoise, notamment :
 - Les heures de repos requises
 - Les heures de conduite et de travail autorisées par poste et par cycle de travail
 - La remise à zéro du cycle
- Éviter les erreurs les plus fréquentes lors de la transition entre les deux juridictions

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Nous avons privilégié une méthode d'enseignement où le contenu est scindé en courtes présentations suivies aussitôt d'exercices d'apprentissage conçus de manière à ce que la personne assimile, en appliquant les règles présentées.

MATÉRIEL REMIS À L'ENTREPRISE

- Guide : Heures de conduite des conducteurs de véhicules lourds (SAAQ)

MATÉRIEL REMIS AUX PARTICIPANTS.TES

- Fiche journalière sur le règlement des heures de conduite et de repos - longue distance
- Fiche sur le règlement sur les heures de conduite et de repos - courte distance
- Fiche fractionnement heures de conduite et repos dans la couchette (solo)
- Exercices
- Article « La fatigue au volant
- Aide-mémoire

ÉVALUATION

Évaluation des connaissances à la fin

DURÉE

4 heures de contenu théorique

NOMBRE DE PARTICIPANTS.TES PAR SESSION

4 à 15 participants.tes

TARIF PAR SESSION

Tarif membre		Tarif non-membre	
Présentiel	200,00 \$	Présentiel	600,00 \$
Zoom	100,00 \$	Zoom	300,00 \$

ATTESTATION

Après la formation, Via Prévention enverra par courriel, à l'employeur, une attestation de formation en format PDF au nom de chaque participant et de chaque participante.

L'attestation de formation en format 3" x 2" sera expédiée à l'employeur.

Sur demande, Via Prévention peut expédier des attestations imprimées en format 8,5" x 11" (frais d'impression et d'expédition applicables).