

## 2 sites Centaure dans le Grand Est

En bordure  
d'autoroute A4  
entre Metz,  
Nancy et  
strasbourg

**8, rue de l'Arbre Vert**  
**57370 Phalsbourg**  
Tél. **03 87 25 77 77**  
contact@alsace-lorraine.centaure.com  
www.alsace-lorraine.centaure.com

En bordure  
d'autoroute  
A31 au sud  
de Dijon

**Route de St-Philibert**  
**21220 Gevrey-Chambertin**  
Tél. **03 80 34 17 77**  
contact@bourgogne-franche-comte.centaure.com  
www.bourgogne-franche-comte.centaure.com



## Vos avantages Groupama Grand Est

- 10% de réduction sur votre contrat auto, une fois le stage réalisé
- Prise en charge de 50% du coût du stage par votre caisse locale



### NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Caisse Régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles du Grand Est - 101 route de Hausbergen CS 30014 Schiltigheim 67012 Strasbourg Cedex - 379 906 753 RCS Strasbourg. Entreprise régie par le Code des Assurances et soumise à l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution - 4 place de Budapest - CS 92459 - 75436 Paris Cedex 09. Document et visuels non contractuels. Crédit photo : © Shutterstock, DR - 12/2024.

# Centaure

## Pour une conduite plus sûre

## La formation à une conduite préventive et responsable



**Groupama**

# Programme de votre journée

## Sécurité / Prévention

### DÉCOUVRIR

#### Situations de conduite délicates



*“Après cet exercice, j’ai découvert ce qu’était une vraie perte d’adhérence sur chaussée glissante.”*

### COMPRENDRE

#### Causes de l’accident et anticipation



*“J’ai vraiment compris comment anticiper au maximum l’accident.”*

### TESTER

#### Mises en situation avec différents véhicules



*“Moi qui étais sûre de ma conduite, j’ai maintenant un regard plus prudent sur la route.”*

### APPROFONDIR

#### Conseils des formateurs professionnels



*“Le formateur Centaure a su s’adapter à mes attentes. Il m’a donné des conseils utiles et faciles à mettre en œuvre.”*

## LES CAS PRATIQUES

#### ■ Le freinage d’urgence :

- Vivre des situations de freinage à différentes vitesses
- Savoir anticiper les zones à risques
- Comprendre l’intérêt des distances de sécurité

#### ■ Conduite en conditions difficiles :

- Vivre des situations de perte d’adhérence (virage, éclatement de pneumatique)
- Savoir éviter les erreurs
- Adopter les bonnes attitudes

#### ■ Attention et état du conducteur :

- Connaître les facteurs impactants, le temps de réaction (fatigue, alcool, stupéfiants, médicaments)
- Se rendre compte de l’influence des distracteurs au volant (téléphone...)

#### ■ Connaissance de son véhicule :

- Comprendre l’importance des pneumatiques
- Savoir réaliser un autocontrôle de son véhicule
- Connaître l’intérêt et les limites des équipements de sécurité

