



Formations à l'entretien du véhicule et à l'écoconduite

Le Garage Solidaire 48 vous propose deux formations pour prendre en main votre budget voiture :

L'entretien de mon véhicule pour maîtriser mon budget, garder mon véhicule longtemps en bon état et pour ma sécurité

L'écoconduite pour réduire mon budget carburant, réduire mon impact sur l'environnement et pour rouler en toute sécurité

Objectifs du stage « entretenir son véhicule » :

Les frais liés à la voiture sont le 2ème poste de dépense des ménages français. Un non-entretien du véhicule signifie un surcoût qui peut mettre en péril le budget du foyer. Certaines réparations deviennent inévitables à mesure que votre véhicule prend de l'âge. Néanmoins, bien entretenir son véhicule permet de prolonger son cycle de vie et de minimiser le coût de certaines opérations. En d'autres termes, vous serez gagnants à prendre soin de votre voiture !

Surcoûts liés à un mauvais entretien:		
OPERATIONS	RISQUES	SURCOÛT ANNUEL
Révision: remplacement huile moteur	En cas de report de la vidange <ul style="list-style-type: none"> ▪ Colmatage du filtre ▪ +10% de consommation 	Coût sur consommation ± 115€
Remplacement: Filtres à air Filtre à habitacle	Si le filtre est colmaté <ul style="list-style-type: none"> ▪ Risque casse moteur ▪ Allergies, maladies ▪ +10% de consommation 	± 1000€ si casse moteur Coût sur consommation ± 115€
Pneumatiques	Si pression incorrecte <ul style="list-style-type: none"> ▪ Risque d'éclatement ▪ +10% de consommation ▪ +25% d'usure supplémentaire 	Coût sur consommation ± 145€
Remplacement: Plaquettes et disques de freins	Si les plaquettes sont trop usées = détérioration des disques de freins <ul style="list-style-type: none"> ▪ Remplacement prématuré des disques de freins 	Surcoût ± 150€

Cette formation va vous permettre d'**économiser significativement sur votre budget auto en 3 objectifs :**

- **Prévenir** les problématiques de mobilité motorisées : vérification des points de contrôle essentiels, contrôle des niveaux, vérification des pneumatiques, vérification de l'éclairage, etc...
- **Faire connaître** les enjeux de sécurité du véhicule et les impacts du non-entretien sur les pièces clés, au travers de la sensibilisation et de la prévision : prévoir des révisions régulières pour la vidange, le changement des filtres, le contrôle des niveaux, le changement de la courroie, le contrôle des disques de frein, l'usure des pneus, etc...
- **Savoir pratiquer** les vérifications et repérer quand il faut faire appel à un professionnel. Travaux pratiques sur véhicule dont changement de roue.



Les 10 points à contrôler

	1 Contrôle des niveaux		6 Prévision des révisions et entretiens
	2 Vérification des pneumatiques		7 démonter une roue
	3 Vérification d'éventuelles fuites		8 Balais d'essuie-glace
	4 Vérification éclairages et avertisseur sonore		9 Vérifier l'équipement obligatoire
	5 Prévision et remplacement de la courroie de distribution		10 Sécurité enfant

Conditions d'accès :

Ce stage sera proposé 5 fois dans l'année pour un groupe de 6 stagiaires maximum.

Formateur : Paul Veyron, mécanicien indépendant

Durée : 6 heures dont 3 heures de théorie le matin et 3 heures de pratique l'après-midi (repas non fourni) – de 9h à 12h et de 13h à 16h

Tarif : Obligation d'être adhérent au garage solidaire soit 10 €

+ 15 € si vous êtes adhérent-bénéficiaires des minima sociaux (quotient familial < 750 €)

Ou + 30 € si vous êtes adhérent-sympathisant

Lieu : garage solidaire 48 - 16 quartier Pont de la Bécède 48400 Florac Trois Rivières

Calendrier : les samedis - voir formulaire d'inscription

Inscription :

1 - compléter la fiche d'inscription et la fiche d'adhésion que vous trouverez au garage, sur le site <https://garage-solidaire48.fr> ou sur demande à Marie-Laure – tél. 04 66 32 88 73 ou mail garage-solidaire-48@orange.fr

2 – Renvoyer, soit par courrier à Garage solidaire 48 – 16 Quartier Pont de la Bécède 48400 Florac Trois Rivières, soit apportez sur place, la fiche d'inscription, le bulletin d'adhésion et le paiement correspondant.

3 – Le jour de la formation, arrivez à l'heure qui vous sera indiquée et présentez-vous avec :

- Votre convocation.
- Votre carnet d'entretien (si vous l'avez)
- Un gilet jaune
- Si vous le souhaitez, apportez votre pique-nique et profitez de la pause déjeuner pour échanger avec le formateur.



Objectif du stage « écoconduite et sécurité routière » :

Une voiture rejette 3 fois son poids de polluant chaque année ! **Rouler en voiture particulière coûte cher à la nature et à notre porte-monnaie.** Pour y remédier, quelques écogestes permettent de faire la différence comme conduire en douceur, entretenir régulièrement sa voiture, réduire la surconsommation.

L'écoconduite, comme le covoiturage et les transports écologiques, est une façon de réduire la pollution et les dépenses en carburant. L'écoconduite appelée aussi conduite économique est l'apprentissage et la pratique d'une conduite souple et modérée qui permet de réduire la consommation de dépenses en carburant et de respecter par la même occasion l'environnement. Elle améliore aussi la sécurité et le confort du conducteur et de ses passagers.

Cette formation va vous permettre d'apprendre les gestes utiles pour :

- Améliorer son comportement lors de la conduite d'un véhicule léger / participer à une meilleure sécurité sur la route
- Permettre d'économiser du carburant et de réduire les frais liés à l'usure du véhicule (5 à 20%)
- Acquérir une conduite plus écologique, soit être plus éco-responsable
- Comprendre comment fonctionne un moteur

Programme

1. Accueil « Bienvenue ! »
 - Accueil convivial autour de boissons chaudes ou rafraichissantes
2. Tour de table participatif
 - Présentation, attentes
3. Conduite session 1 - « En voiture »
 - Evaluation de votre conduite classique en circulation réelle. Mesures chiffrées et coaching du formateur
4. En savoir plus
 - Apports théoriques et échanges autour des bonnes pratiques d'éco-conduite
5. Conduite session 2 - « En voiture »
 - Evaluation de votre conduite au regard des apports pratiques et théoriques. Mesures chiffrées et coaching du formateur
6. Bilan
 - Comparaison et synthèse des évaluations de conduite (session 1 et 2) individuelle
 - Remise d'un mémo
 - Remise des résultats et d'une estimation des économies réalisables (post-formation)

Conditions d'accès :

Ce stage sera proposé 5 fois dans l'année pour un groupe de 3 stagiaires maximum.

Formateur : Rémy Cassabel de l'Agence lozérienne de la Mobilité

Durée : de 3 h à 3.5 heures

Tarif : Obligation d'être adhérent au garage solidaire soit 10 €

+ 15 € si vous êtes adhérent-bénéficiaires des minimas sociaux (quotient familial < 750 €)



Ou + 30 € si vous êtes adhérent-sympathisant

Lieu : à définir

Calendrier : à définir

Inscription :

1 - compléter la fiche d'inscription et la fiche d'adhésion que vous trouverez au garage, sur le site <https://garage-solidaire48.fr> ou sur demande à Marie-Laure – tél. 04 66 32 88 73 ou mail garage-solidaire-48@orange.fr

2 – Renvoyer, **au plus tard 5 jours avant la séance**, soit par courrier à Garage solidaire 48 – 16 Quartier Pont de la Bécède 48400 Florac Trois Rivières, soit apportez sur place, la fiche d'inscription, le bulletin d'adhésion et le paiement correspondant.

3 – Le jour de la formation, soyez ponctuels et disponibles - présentez-vous avec votre convocation à l'heure qui vous sera indiquée ; en capacité de conduire un véhicule léger thermique à boîte de vitesse manuelle. Munissez-vous de votre permis de conduire en cours de validité.