

Réduisons ensemble le CO_2!

Efficace sur la route avec votre camion.

ecodrive

SUR LA BONNE VOIE

VÉRIFIER SON VÉHICULE – AVANT LE DÉPART 4

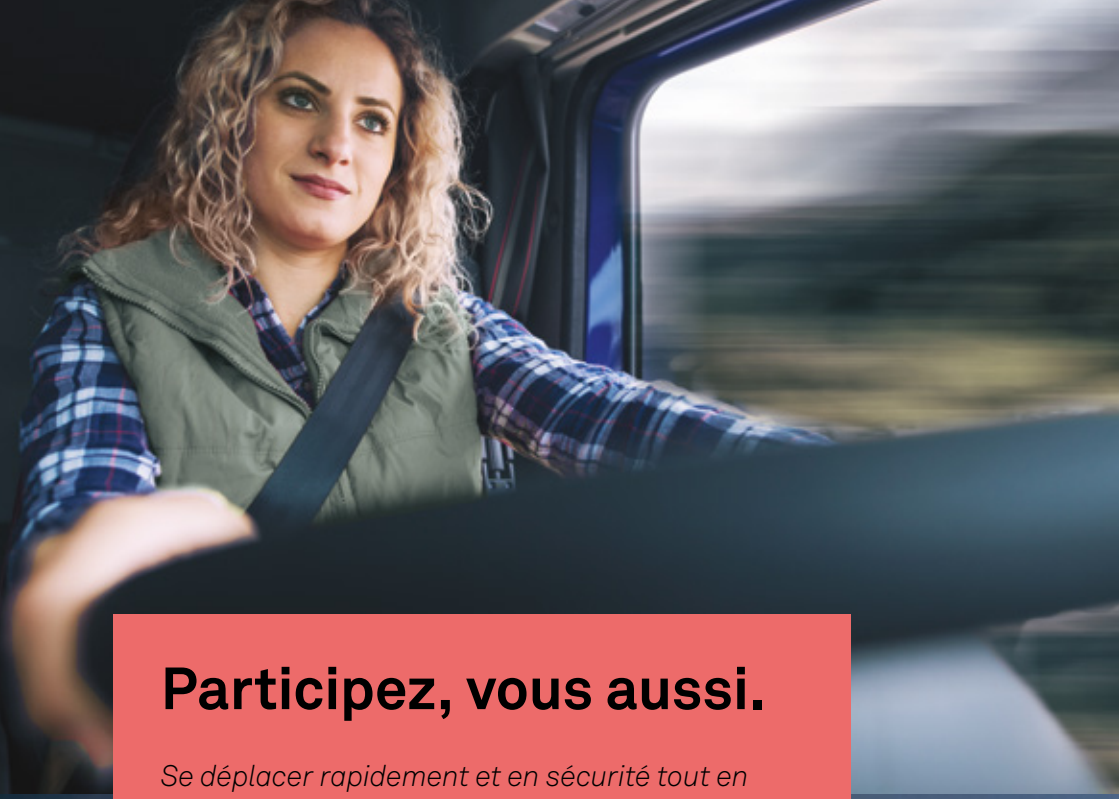
AMÉLIORER SA CONDUITE – RAPIDEMENT ET SÛREMENT DE A À B 8

EN MONTÉE ET EN DESCENTE – ICI BEAUCOUP, LÀ PAS DE GAZ 14

L'HOMME ET L'ENVIRONNEMENT – TOUS GAGNANTS 16

BON À SAVOIR – TOUJOURS VALABLE QUEL QUE SOIT VOTRE VÉHICULE 18

SUPPORT – COURS, LIENS ET AUTRES AIDES 19

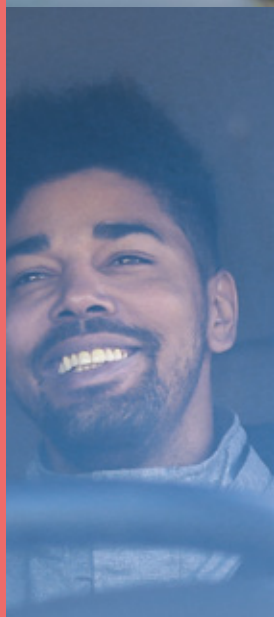


Participez, vous aussi.

Se déplacer rapidement et en sécurité tout en consommant moins d'énergie – ce n'est pas incompatible. Malgré la technologie moderne, l'efficacité a beaucoup à voir avec vous en tant que conductrice ou conducteur. Et il suffit de peu. Chacun·e d'entre nous peut contribuer à la réduction des émissions de CO_2. Quel que soit le système de propulsion, une conduite économe en énergie permet d'économiser environ 10% d'énergie. En Suisse, cela représente aujourd'hui environ 500 millions de litres de carburant et 100 GWh d'électricité par an.

Dans les pages suivantes, vous apprendrez comment optimiser votre style de conduite – simplement, efficacement et sans compromis.

Pour plus d'informations: ***ecodrive.ch***



VÉRIFIER SON VÉHICULE – AVANT LE DÉPART

Ajuster le déflecteur de toit
Installé correctement, le déflecteur de toit permet de réduire la résistance de l'air de votre camion – et donc votre consommation de carburant en dehors des localités et sur autoroute jusqu'à 3 l/100 km. Ce qui correspond à env. 10%. Un déflecteur de toit est bien installé lorsqu'il ne dépasse pas de la carrosserie.

Il en va de même des bâches. Elles doivent toujours être sanglées. Contrôlez-les de préférence avant de partir, dans les rétroviseurs pendant le trajet ou rapidement lors de vos pauses.

Assurer le chargement
Vérifier le chargement pour en assurer la sécurité ne coûte rien – contrairement aux dégâts et à la perte de temps que peut provoquer un chargement mal assuré. Là aussi, toujours effectuer un contrôle avant de partir. Pour des déplacements en toute sécurité et sérénité.

Climatisation, sièges chauffants, etc.
Utilisez la climatisation, le chauffage des sièges et d'autres appareils électriques avec parcimonie. En n'employant ces options qu'en cas de nécessité, par exemple la climatisation pour rafraîchir l'air ambiant lorsqu'il fait chaud et désembuer les vitres lorsqu'il fait froid, vous réduisez votre consommation de carburant et les émissions de CO_2.

CONSEILS

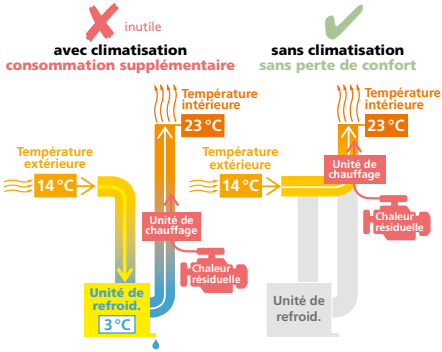
- → **Bâches et déflecteurs:** toujours sangler les bâches. Installer les déflecteurs de toit correctement.
- → **Chauffages:** utiliser le chauffage des sièges et des rétroviseurs latéraux avec parcimonie.
- → **Chargement:** assurer le chargement permet d'éviter les ennuis et les pertes de temps.

Déflecteur de toit



Le déflecteur de toit ne doit pas dépasser de la carrosserie. Vous économisez ainsi près de 10% de carburant.

Climatisation



Le principe utilisé pour les voitures est applicable pour les poids lourds: l'air extérieur (p. ex. 14 °C) est refroidi jusqu'à 3 °C, ce qui augmente la consommation de carburant d'une voiture de jusqu'à 5%. Ce n'est qu'ensuite que l'air est porté à la température intérieure souhaitée (idéalement 23 °C).

VÉRIFIER SON VÉHICULE – AVANT LE DÉPART

Vérifier la pression des pneus
Une mauvaise pression des pneus est coûteuse, voire dangereuse. La pression des pneus a un effet sur presque tout: la durée de vie des pneus, la consommation de carburant, le confort de conduite ainsi que la transmission du moteur, des freins et de la force latérale.

Sous-gonflés, les pneus se déforment davantage, et donc chauffent plus qu'avec une pression normale. La résistance au roulement augmente et avec elle, la consommation de carburant. Les pneus s'usent plus vite, jusqu'à l'éclatement. Mais une pression trop élevée accélère aussi l'usure des pneus, surtout ceux des essieux moteurs, réduisant ainsi leur adhérence et, par conséquent, la sécurité.

Adaptez la pression de vos pneus à l'utilisation, à la charge, au chargement et au terrain. Contrôlez-la régulièrement sur pneu froid conformément aux instructions du fabricant.

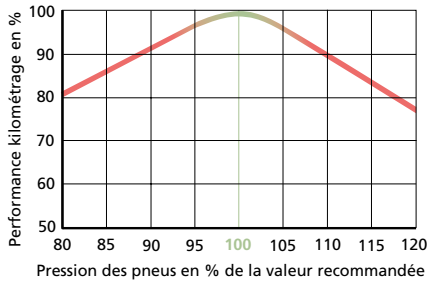
Roulez plus facilement
Vous économiserez encore plus de carburant en choisissant bien vos pneus.

En cas de conditions de route difficiles pour les pneus, vous devez augmenter la distance avec le véhicule qui vous précède car les pneus à faible résistance au roulement peuvent présenter de plus longues distances de freinage.

CONSEILS

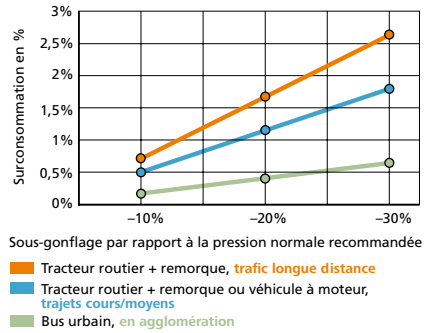
- → **Pression des pneus:** adapter la pression à l'utilisation et la contrôler régulièrement.
- → **Planification du trajet avant le départ:** planifier le meilleur itinéraire, en évitant les embouteillages, permet d'éviter de perdre du temps et ses nerfs tout en économisant du carburant.

Durée de vie des pneus



Des pneus mal gonflés ont une durée de vie plus courte. Exemple de lecture: une pression trop faible de 20% fait baisser la durée de vie de 19% et 20% de pression en trop de 22%.

Consommation de carburant



Le sous-gonflage des pneus augmente la consommation. Plus la vitesse moyenne est élevée, plus la surconsommation est importante.

AMÉLIORER SA CONDUITE – RAPIDEMENT ET SÛREMENT DE A À B

Démarrer sans mettre les gaz
Démarrez sans mettre les gaz et partez rapidement. En charge moyenne, faites chauffer le moteur en roulant (pas au ralenti, cela consomme entre 2 et 4 litres/heure).

Accélérer
En règle générale, accélérez pleins gaz. Utilisez la fonction kick-down uniquement lorsqu'il s'agit d'une question de sécurité, p. ex. dans les entrées d'autoroute ou lors d'un dépassement. Renoncez aux «courses d'éléphants». Elles coûtent de l'énervement, du carburant et entravent le reste du trafic.

Rouler avec des rapports élevés
Un régime plus élevé signifie automatiquement une hausse de la consommation. Même en ville, choisissez le rapport le plus élevé possible dans la zone verte du compteur de tours. Trouvez la position de pédale idéale pour qu'elle change judicieusement de rapport. N'intervenez pas manuellement lorsque ce n'est pas nécessaire. Respectez la stratégie de passage des rapports du fabricant et utilisez dès que possible votre régulateur de vitesse et votre radar de distance.

Les transmissions automatisées modernes choisissent le rapport optimal à l'aide de cartes routières en 3D ou de données GPS qui permettent une conduite adaptée à la topographie.

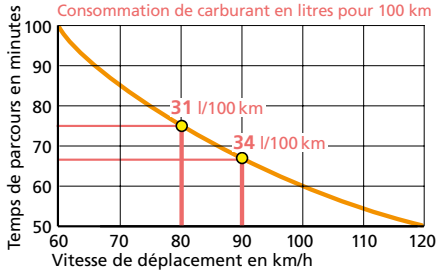
La règle pour les véhicules sans transmission automatisée: passez au rapport supérieur suffisamment tôt, c'est-à-dire à env. 1000-1400 t/min. Et inversement, rétrogradez le plus tard possible.

CONSEILS

→ **Démarrer:** démarrer sans mettre les gaz et partir rapidement.

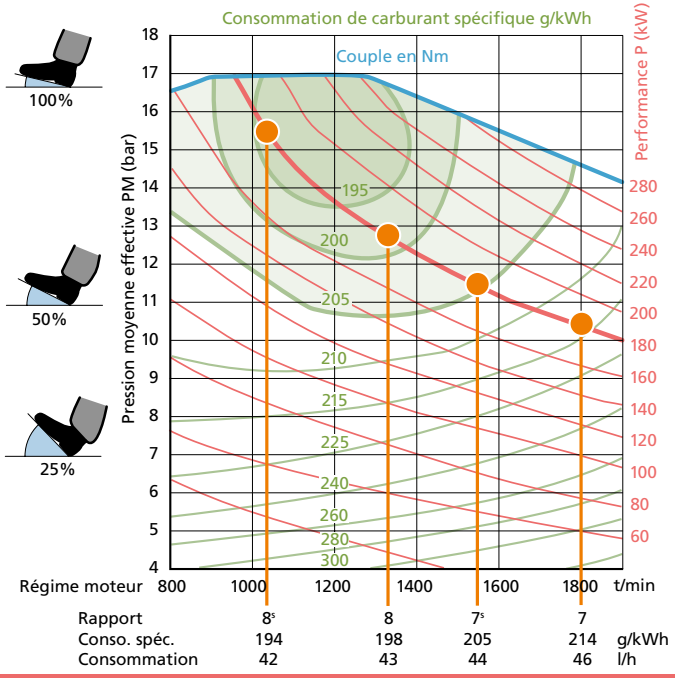
→ **Accélérer:** soutenir la transmission automatisée en choisissant la bonne position pour la pédale d'accélérateur.

Vitesse de déplacement



En général, rouler plus vite n'en vaut pas la peine. Exemple de lecture: rouler à 90 au lieu de 80 km/h permet de gagner seulement 8 minutes sur 100 kilomètres, mais consomme 10 à 20% de carburant en plus.

Accélération



Vaincre l'inertie de masse demande beaucoup de carburant. Exemple de lecture: en accélérant à presque plein régime et à 1000 t/min, la consommation est inférieure de 4 litres (42 l/h) par rapport à une accélération à mi-régime et à 1800 t/min (46 l/h).

AMÉLIORER SA CONDUITE – RAPIDEMENT ET SÛREMENT DE A À B

Anticiper et laisser rouler
Anticipez, roulez avec régularité et en respectant les distances de sécurité. Non seulement vous économiserez du carburant, mais en plus vous roulerez de manière plus détendue et plus sûre. Utilisez l'élan et laissez rouler votre camion avec le rapport engagé et sans mettre de gaz (avant un carrefour, par exemple). Vous utilisez ainsi la coupure d'alimentation et ne consommez pas de carburant ou roulez en économisant l'énergie.

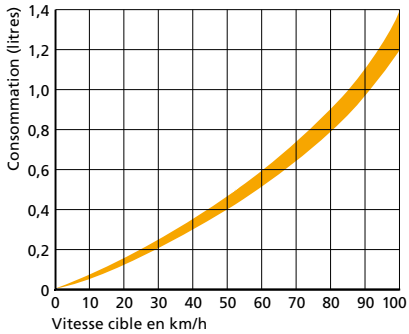
Faites attention aux enfants. Ils ne savent pas encore évaluer la vitesse des véhicules en mouvement. Il faut donc toujours s'arrêter complètement à un passage piéton auquel attendent des enfants – idem avec des personnes âgées.

Couper d'abord les gaz
En anticipant et en roulant à bonne distance du véhicule précédent, la marge de manœuvre est plus grande et il y a moins besoin de freiner. Lorsque vous freinez, faites-le de manière la plus économique: coupez les gaz, utilisez le ralentisseur, et freinez si nécessaire. Dès que la voie est à nouveau libre, appuyez sur l'accélérateur. Vous économisez du carburant tout en ménageant les plaquettes de freins.

CONSEILS

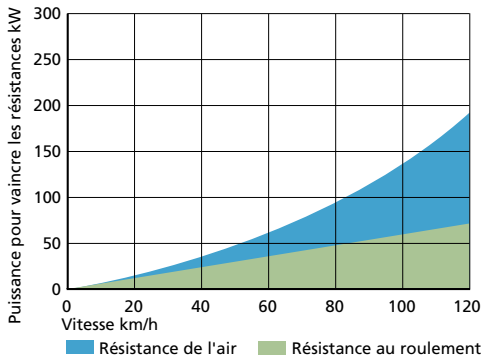
- → **Anticiper:** réagir rapidement aux changements de situations de trafic.
- → **Laisser rouler:** laisser rouler ou pousser le véhicule avec la vitesse engagée.
- → **Freiner:** couper les gaz, utiliser le ralentisseur, freiner si nécessaire et rétrograder.

Consommation de carburant



Exemple avec un poids effectif de 40 t: l'accélération de 0 à 50 km/h sur 400 m en plaine consomme env. 4,6 dl de carburant, contre 1,2 dl sur route libre. Anticiper pour éviter un arrêt permet donc d'économiser 3,4 dl.

Résistance



La vitesse croissant, la résistance au roulement et à l'air (résistance à l'avancement) augmente et donc la consommation de carburant. Exemple de lecture: la puissance requise s'élève à environ 95 kW à 80 km/h et à 115 kW à 90 km/h.

AMÉLIORER SA CONDUITE – RAPIDEMENT ET SÛREMENT DE A À B

Couper le moteur
Laisser tourner le moteur inutilement consomme du carburant et pollue l'environnement. La règle générale: à l'arrêt, coupez le moteur. Ça en vaut la peine déjà à partir de 10 secondes d'arrêt. Utilisez la technologie start & stop de manière systématique. Il est également judicieux d'éviter un arrêt en anticipant, avant un feu ou une colonne à l'arrêt.

Garder ses distances
Vous conduisez encore mieux en gardant suffisamment de distance, dans les localités et en dehors. Vous avez ainsi une meilleure vue d'ensemble et suffisamment de temps pour réagir correctement. Vous évitez d'accélérer et de changer inutilement de rapport. Au lieu de devoir freiner sans cesse, vous levez d'abord le pied et vous roulez en direction de la situation, par exemple vers la voiture qui vous précède, vers le feu ou le signal stop. Grâce à la coupure d'alimentation, aucun carburant n'est nécessaire et vous glissez de manière économique.

Économiser avec le régulateur de vitesse
Utilisez dès que possible votre régulateur de vitesse et votre radar de distance. En effet, avec le régulateur de vitesse, vous conduisez plus régulièrement et plus calmement. Vous économiserez ainsi du carburant. Et pour le contrôle de la vitesse maximale, vous n'avez pas à garder un œil sur le compteur de vitesse. Cela détend. Vous pouvez bien sûr reprendre le contrôle à tout moment.

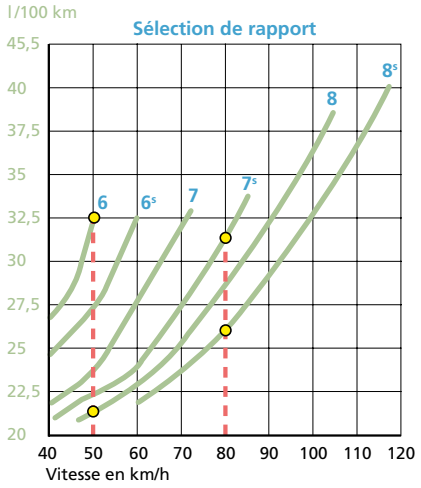
Ne roulez pas trop longtemps dans la plage de coupure de débit, qui augmente la consommation.

Sachez toutefois que le régulateur de vitesse et le radar de distance ne sont que des systèmes d'assistance. Vous êtes encore et toujours responsable de votre véhicule.

CONSEILS

- → **Coupure du moteur:** dès 10 secondes d'arrêt, couper le moteur (bus et autocar à partir de 30 secondes).
- → **Distance entre véhicules:** garder une distance suffisante avec le véhicule qui vous précède.
- → **Régulateur de vitesse:** rouler si possible en utilisant le régulateur de vitesse.

Sélection de rapport



Rouler de manière constante avec des rapports élevés, si possible avec le régulateur de vitesse, permet d'économiser du carburant. Exemple de lecture: rouler en 8ᵉ plutôt qu'en 6ᵉ à 50 km/h permet d'économiser env. 11 l/100 km (env. 34%). Et rouler en 8ᵉ plutôt qu'en 7ᵉ à 80 permet d'économiser env. 5 l/100 km (16%).

EN MONTÉE ET EN DESCENTE – ICI BEAUCOUP, LÀ PAS DE GAZ

Mettez les gaz en montée
Le principe en montée: plus le rapport est élevé, plus le nombre de tours est bas, donc la consommation de carburant l'est également.

Mettez à profit vos connaissances du parcours et servez-vous de l'élan accumulé sur le plat. Roulez rapidement et en accélérant en montée afin que la transmission automatisée puisse choisir le rapport le plus élevée possible. Dans les montées régulières, vous pouvez également utiliser le régulateur de vitesse.

Votre camion perd de la vitesse à chaque changement de rapport. Conduisez de manière aussi régulière que possible afin d'éviter les changements de rapport inutiles.

Avec les boîtes de vitesses manuelles, rétrogradez à temps d'un ou de plusieurs rapports uniquement en cas de chute rapide du nombre de tours. Utilisez de manière générale le rapport le plus élevé possible et évitez de changer de rapport.

Sans gaz en descente
En descente, vous pouvez même ramener votre consommation de carburant à zéro – rien de plus simple avec la coupure d'alimentation. Votre poids lourd roule avec le ralentisseur jusqu'au régime situé dans la plage supérieure du compte-tours.

Comment procéder: il vous suffit de lever le pied de la pédale d'accélérateur. L'alimentation en carburant est ainsi interrompue. Pour contrôler la vitesse, utilisez le ralentisseur et freinez uniquement si besoin avec le frein de service.

Avec les boîtes de vitesses manuelles, choisissez le rapport le plus élevé possible qui vous permettra de maintenir la vitesse par de légères corrections de freinage.

En cas de descentes fortes ou prolongées, roulez en régime plus élevé afin d'utiliser la puissance maximale de votre frein moteur et de refroidir optimalement le retardateur. Par ailleurs, la pleine puissance de freinage reste à tout moment disponible pour d'éventuels événements inattendus.

CONSEILS

→ **En montée:** avec élan dans la montée. En montagne, mettre les gaz.

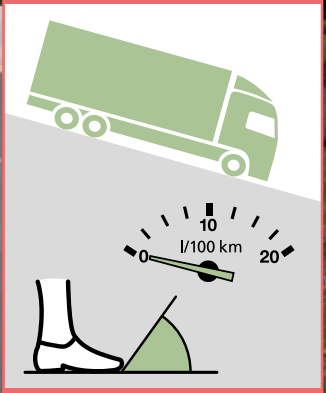
→ **En descente:** relâcher la pédale et freiner avec le ralentisseur.

En montée

Vitesse	Pédale des gaz	Tours t/min	Consommation l/100 km
7ˢ	 Presque plein régime	1350	45,8
7	 ½ gaz	1550	50,7
6ˢ	 ¼ gaz	1800	58,3

Rouler en montée en 7ˢ à 60 km/h à presque plein régime plutôt qu'en 6ˢ avec ¼ de gaz permet d'économiser env. 22% de carburant.

En descente



Maintenir sa vitesse avec le frein moteur. Si nécessaire corriger en freinant.

L'HOMME ET L'ENVIRONNEMENT – TOUS GAGNANTS

Plus de bien-être
Anticiper ne permet pas uniquement d'économiser du carburant. Vous roulez plus calmement, de façon plus détendue, et vous vous sentez mieux. Et vous augmentez le confort de vos passagers.

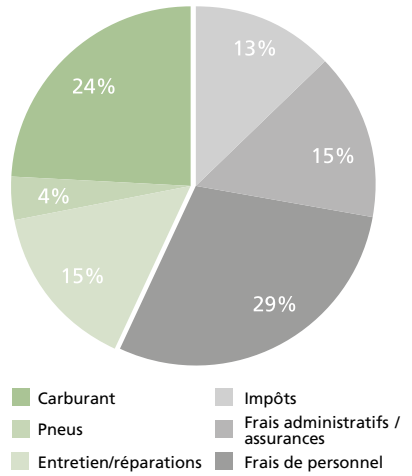
En anticipant, vous voyez les nouvelles situations plus rapidement: les autres usagers de la route, l'état de la chaussée, les feux, les obstacles, les changements de voies, vous avez suffisamment de temps pour réagir calmement et de manière adaptée**.**

Plus de sécurité
En anticipant, vous êtes moins facilement distrait·e, vous réagissez mieux face au trafic. Les rapports élevés réduisent le risque de dérapage, notamment sur les routes à mauvaise adhérence. Vous roulez ainsi plus sûrement.

Moins de bruit
Lorsque vous roulez avec plus de régularité et à bas régime, tout fait moins de bruit: le moteur, la résistance de l'air, les pneus. Cela se ressent non seulement à l'extérieur du véhicule, mais aussi à l'intérieur.

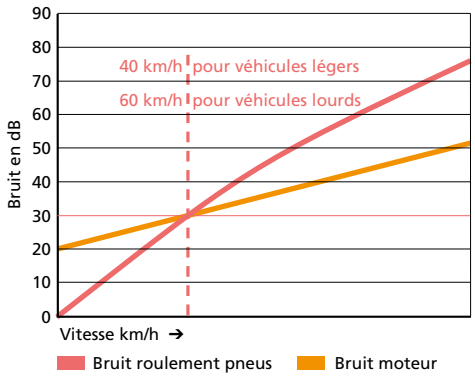
Moins de CO_2
De plus, grâce au carburant économisé, vous réduisez vos émissions de CO_2. L'économie qui en résulte est votre contribution directe à la protection du climat.

Répartition des coûts



Selon son utilisation, le chauffeur peut influencer sur environ ⅓ des coûts (zone verte).

Réduction du bruit



Jusqu'à 60 km/h pour les camions (40 km/h pour les voitures), le bruit du moteur surpasse en général le bruit de roulement.

BON À SAVOIR – TOUJOURS VALABLE, QUEL QUE SOIT VOTRE VÉHICULE

Mode Eco-Roll
Les véhicules modernes sont équipés d'un mode Eco-Roll. Ce dernier permet une conduite économe en carburant en rompant le flux de force (débrayage) et en utilisant l'impulsion. Vous glisserez ainsi de manière économe sur la route en utilisant l'énergie cinétique.

Informez-vous sur les possibilités de votre véhicule.

Systèmes d'assistance
Familiarisez-vous avec les systèmes d'assistance à la conduite de votre véhicule et utilisez-les. Ils peuvent augmenter la sécurité et réduire la consommation. Cependant, c'est vous-même qui exercez la plus grande influence. La responsabilité vous incombe en tout état de cause.

Navigation et divertissement
Activez le GPS à l'arrêt avant de prendre la route. Et, naturellement, manipulez votre mobile et votre lecteur CD seulement à l'arrêt. Tout le reste relève de la négligence.

Manuel d'utilisation
Pour conduire un camion moderne de manière correcte et sûre, économique et écologique, il est indispensable de suivre une introduction par des professionnels. Conformez-vous impérativement aux instructions du manuel d'utilisation.

SUPPORT –
COURS, LIENS ET AUTRES AIDES

Des cours pour tous les besoins
Il existe un grand choix de cours relatifs à la méthode de conduite moderne. Les frais des cours sont vite amortis grâce aux économies de carburant réalisées.

Informations complémentaires
ecodrive.ch: le site complet relatif à EcoDrive avec conseils, vidéos, cours, adresses et de nombreuses informations pour rouler futé.

Au fait!
Ce que vous avez appris dans cette brochure n'est pas uniquement valable pour la conduite des poids lourds. Vous pouvez pratiquement reprendre tous les points abordés ici au volant de votre voiture – pour rouler futé partout.

LES PRINCIPAUX CONSEILS

1. **Anticiper et rouler avec régularité (en utilisant l'élan et le régulateur de vitesse).**
2. **Éviter tout changement inutile de vitesse.**
3. **Ne pas dépasser la vitesse maximale autorisée.**
4. **Vérifier la pression des pneus et utiliser la climatisation de manière optimale.**

LES ORGANISATEURS DE COURS ECODRIVE POUR POIDS LOURDS







































ecodrive

Quality Alliance Eco-Drive
Tél. +41 43 344 89 89
info@ecodrive.ch
ecodrive.ch