



# Formação de Condução Defensiva e de Emergência

WWW.FEPONS.ORG



**População Alvo:** Nadadores Salvadores / Policia Marítima

**Metodologia:** Formação Teórico-prática

**Objectivos:** Contribuir para a melhoria das condições de segurança no decorrer da condução de viaturas de emergência quer na redução do risco de acidente rodoviário quer na melhoria da eficácia na chegada ao local

**Duração:** 24 Horas (8h Teóricas + 16h Práticas)

**Conteúdos:**

**Teoria (8 horas):**

- Introdução à segurança rodoviária;
- Comportamento dinâmico dos veículos;
- Técnicas de condução defensiva;
- Cinemática do trauma;
- Técnicas de condução avançada;
- Fisiologia do transporte;
- Sinalização em marcha de emergência;
- Progressão em marcha de emergência

**Prática (16 horas):**

- **Circuito fechado:**
  - Ergonomia e posição de condução;
  - Técnica de viragem do volante;
  - Abordagem de trajetórias;



- Gestão da travagem;
- Travagem de emergência
- Transposição de obstáculos
- **Via pública:**
  - Adaptação dos conhecimentos adquiridos à condução em Via Pública
  - Aplicação de técnicas de sinalização e progressão de emergência
  - Comunicar e interagir com os outros utentes da via pública
  - Análise da condução perante situações potencialmente stressante

**Formadores:** Instrutores creditados pela ForDrive ([www.fordrive.pt](http://www.fordrive.pt))

**Custo:**

- 140,00€ por formando sócio de uma Associação de Nadadores Salvadores associada na FEPONS;
- 170,00€ por formando NÃO sócio de uma Associação de Nadadores Salvadores associada na FEPONS.

**Número de Formandos:** De 8 a 12 formandos

