

L'alcool

Dans 85% des cas d'accident mortel dû à l'alcool, les responsables étaient des buveurs occasionnels sortant d'une fête, d'un pot entre amis, d'un repas bien arrosé... Une solution simple existe pourtant, celle du « conducteur désigné », qui consiste à élire celui qui restera sobre pour reconduire les autres à bon port.

> Conduire sous l'effet de l'alcool a des conséquences immédiates :

- mauvaise appréciation de la réalité et des risques ;
- baisse de vigilance ;
- mauvaise estimation des distances ;
- réduction du champ de vision ;
- trouble de la coordination et de la synchronisation des gestes ;
- allongement du temps de réaction.

> Les troubles sont accentués et les risques de provoquer un accident mortel sont multipliés :

- par 2 à partir de 0,5 g/l (2 verres en moyenne) ;
- par 10 entre 0,8 g/l et 1,2 g/l (3 verres en moyenne) ;
- par 100 ou plus au-delà de 2 g/l (8 verres en moyenne).

> Attention : il y a autant d'alcool dans un verre de bière, un verre de whisky-soda, servis dans un bar. À domicile, les doses sont variables selon la taille des verres, qui peuvent aussi être plus ou moins remplis.



> Il est interdit de conduire avec une alcoolémie supérieure à 0,5 g d'alcool par litre de sang. Le non-respect du code de la route et de la loi est sanctionné par la justice.

> Le conducteur sous l'emprise de l'alcool et responsable d'un accident n'est indemnisé ni pour ses blessures ni pour les dégâts que subit sa voiture. Sa prime d'assurance peut être lourdement majorée, voire son contrat résilié.

La fatigue

La fatigue au volant est insidieuse et s'installe sans prévenir. Elle altère les réflexes et affecte la capacité à prendre les bonnes décisions. Sur l'autoroute, un accident mortel sur quatre a pour cause la fatigue.

> Détectez les signes avant-coureurs de la fatigue : difficulté à maîtriser la trajectoire du véhicule, périodes d'absence de une à quatre secondes les yeux ouverts... mais aussi :



> Conservez les deux mains sur le volant, ne le lâchez d'une main que pour accomplir un acte essentiel de conduite (clignotant, levier de vitesse...).

> Arrêtez-vous au moins toutes les deux heures. Si le sommeil vient, prenez le temps de faire une sieste. Sinon, exercez une activité relaxante pendant quinze minutes (étirements, promenade) avant de reprendre la route.



> Certains médicaments, même s'ils ont été prescrits par un médecin (tranquillisants, somnifères, etc.), entraînent des troubles de vigilance, signalés sur les emballages et notices des médicaments concernés par le pictogramme ci-contre.

> Ne surchauffez pas l'habitacle et aérez-le régulièrement.

> Rouler vite fatigue ! Ce ne sont pas les vitesses modérées qui provoquent l'endormissement par ennui, mais plutôt une conduite rapide. Obligeant le conducteur à traiter un grand nombre d'informations en un minimum de temps et à adapter en permanence sa vision, la vitesse induit un stress important qui entraîne fatigue et perte de vigilance, deux facteurs essentiels d'accidents.

Pour en savoir plus, en particulier sur les sanctions prévues par la loi, consultez le site :

www.securiteroutiere.gouv.fr



MINISTÈRE DE L'ÉQUIPEMENT, DES TRANSPORTS, DU LOGEMENT,
DU TOURISME ET DE LA MER,
DIRECTION DE LA SÉCURITÉ ET DE LA CIRCULATION ROUTIÈRES
LA GRANDE ARCHE - 92055 PARIS - LA DÉFENSE

Les informations figurant dans ce document sont données à titre indicatif.

> VITESSE
> ALCOOL
> CEINTURE
> DROGUES
> FATIGUE
> DISTANCES DE SÉCURITÉ

Pour une conduite
sûre et apaisée

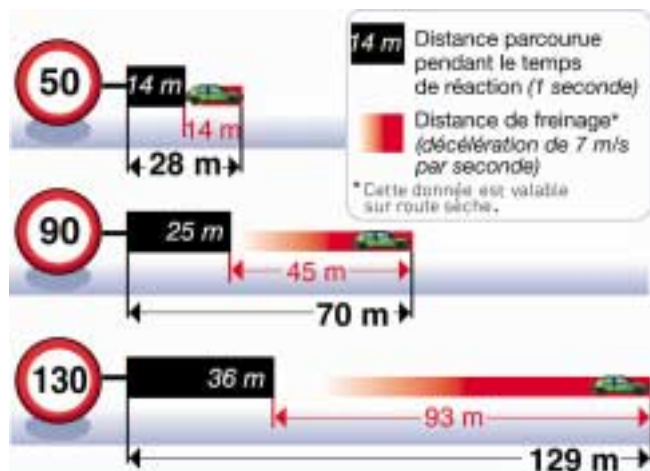


La vitesse

La vitesse provoque et aggrave les accidents. Elle les provoque dans la mesure où elle réduit les possibilités de manœuvrer à temps pour éviter le danger. Elle les aggrave puisque, bien entendu, plus on roule vite, plus le choc est violent et les conséquences graves.

> **La vitesse ne permet pas de gagner du temps**, contrairement aux idées reçues. Quand on roule sur autoroute par exemple à 150 km/h au lieu de 130 km/h pendant 100 kilomètres, on prend une avance de six minutes seulement. Cela vaut-il la peine de prendre des risques pour si peu ?

> **Elle augmente la distance d'arrêt.** Le temps de réaction du conducteur face à un événement imprévu varie de une à deux secondes ; à une vitesse élevée, la distance parcourue avant que le conducteur n'appuie sur la pédale de freins sera plus importante. La distance de freinage augmentera également : on dit qu'elle est proportionnelle au carré de la vitesse.



> **Elle augmente la consommation de carburant.** Si le moteur et autres éléments mécaniques sont généralement conçus pour être relativement économes et peu polluants, cela ne vaut qu'aux vitesses réglementaires et en deçà.

> **Elle requiert une vigilance accrue la nuit** : les feux de croisement n'éclairent qu'à 30 m. Dès 70 km/h, l'obstacle qui surgit dans la zone éclairée est inévitable.

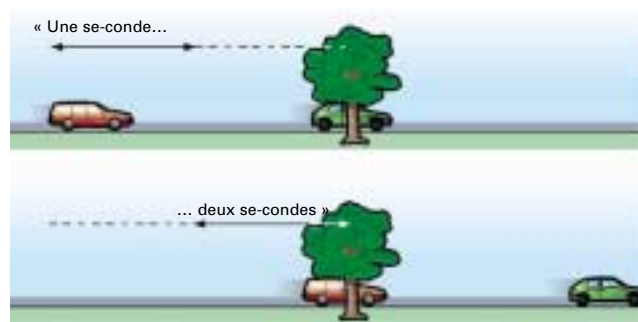
> **C'est pourquoi la vitesse est limitée sur l'ensemble du réseau routier :**

- 130 : sur autoroute, 130 km/h, et 110 km/h par temps de pluie ;
- 110 : sur autoroute urbaine et route à deux chaussées séparées par un terre-plein central, 110 km/h, et 100 km/h par temps de pluie ;
- 90 : sur les routes, 90 km/h, et 80 km/h par temps de pluie ;
- 80 : en agglomération, 50 km/h, et 30 km/h dans les zones 30 ;
- 30 : 50 km/h en cas de visibilité inférieure à 50 m (brouillard, pluie, neige...).

Les distances de sécurité

Conservez une distance de sécurité d'au moins deux secondes avec le véhicule qui précède afin de vous laisser le temps d'anticiper et de réagir en cas d'incident.

> **Sur route**, repérez un point de passage du véhicule qui vous précède (un arbre, un panneau, un poteau...) et laissez passer deux secondes au minimum avant d'atteindre ce même point.



> **Sur autoroute**, comptez une distance équivalant à la longueur de deux lignes d'une bande d'arrêt d'urgence (environ 90 m) avec le véhicule qui précède, et surveillez les feux « stop » de celui-ci.

La ceinture

Dès 20 km/h, un choc subi sans ceinture peut être mortel.

> Le taux de mortalité parmi les accidentés de la route est cinq ou six fois plus élevé quand **l'obligation du port de la ceinture** n'a pas été respectée. Cette règle s'applique à tous les passagers, à l'avant et à l'arrière, sur route comme en agglomération, même sur de petits trajets.

> En cas d'accident, un passager arrière non attaché sera propulsé contre le siège avant, et éventuellement contre son occupant. Les efforts mis en jeu sont tels que lors d'un choc à 50 km/h, un enfant de 20 kg se transforme en un projectile d'une demi-tonne s'il n'est pas maintenu par un système de sécurité adapté.

> **Le siège enfant, pour être efficace et confortable, doit être adapté** à son âge, sa morphologie et son poids :

- de la naissance à 13 kg : siège placé dos à la route ;
- de 9 à 18 kg : siège à harnais ou siège réceptacle ;
- de plus de 15 kg (jusqu'à 10 ans) : siège ou coussin rehausseur en complément des ceintures de sécurité pour adulte.

Les drogues

Conduire est une activité complexe qui exige une parfaite maîtrise de soi et de son véhicule. Le conducteur doit être en pleine possession de ses moyens, de ses capacités de jugement et de ses réflexes.

> **Il n'y a pas de drogues douces au volant.** Toutes les substances psychoactives, l'alcool, le cannabis, l'ecstasy, l'héroïne, etc., sont des produits qui agissent sur le cerveau et sont incompatibles avec la conduite d'un véhicule.

> Chacun réagit différemment selon son état physique et psychique, selon le produit et sa qualité, la quantité, la fréquence et le moment de consommation. Dans tous les cas, **les risques sont réels** : somnolence, modification de la perception visuelle, surestimation de ses capacités, etc.

> **Mélanger plusieurs produits augmente les risques** (alcool et médicaments, alcool et cannabis...).

> **La consommation de stupéfiants est interdite par la loi.** En cas d'accident mortel, les conducteurs impliqués sont systématiquement soumis à un dépistage de substances illicites.