

## Apprendre à voir la nuit

*La nuit, l'acuité visuelle baisse, la vision des contrastes et des couleurs s'atténue et l'appréciation du relief est perturbée. Tout conducteur a alors tendance à sous-estimer les distances. C'est pourquoi vous devez adapter votre conduite et votre vitesse.*

> Les phares ne projetant qu'un étroit faisceau de lumière sur une distance de 100 mètres environ, le champ visuel se trouve réduit. En outre, l'œil s'adapte plus ou moins rapidement aux changements d'éclairage (éblouissements, alternance route éclairée/obscurité, enseignes lumineuses, crépuscule...). À noter qu'avec l'âge, la résistance à l'éblouissement diminue (de 50 % tous les 12 ans). **Soyez plus que jamais vigilant.**

> La nuit, **votre regard doit porter au-delà de la zone éclairée** par les phares, de manière à pouvoir anticiper et réagir rapidement.

> **Évitez d'éblouir** les autres usagers de la route. Faites pour cela vérifier vos phares auprès de votre garagiste. N'utilisez vos feux de route (« pleins phares ») que si vous êtes seul sur la route.

## Le code de la route et la vision

*Afin de garantir la sécurité des personnes atteintes d'affections importantes de la vue, ainsi que l'ensemble des usagers de la route, le code de la route (arrêté du 07/05/97) a défini des affections incompatibles avec la délivrance ou le maintien du permis de conduire.*

### VÉHICULES LÉGERS - Permis A, B, E (B)

Vous ne pouvez obtenir ou conserver le permis de conduire dans les cas suivants, malgré le port de verres correcteurs :

> Si votre acuité, en utilisant les deux yeux ensemble, est inférieure à 5/10 à l'épreuve d'acuité binoculaire.

> Si l'un des deux yeux a une acuité visuelle nulle ou inférieure à 1/10, et si l'autre œil a une acuité visuelle inférieure à 6/10. De telles incompatibilités peuvent être temporaires ; elles sont alors définies au cas par cas.

### VÉHICULES LOURDS - Permis C, D, E (C), et E (D)

Vous ne pouvez obtenir ou conserver le permis de conduire dans les cas suivants :

> Si, malgré le port de verres correcteurs, votre acuité visuelle est inférieure à 8/10 pour le meilleur œil, et 5/10 pour l'œil le moins bon.

> Dans le cas où les valeurs de 8/10 et 5/10 sont atteintes avec une correction optique :

- si l'acuité non-correctée de chaque œil est inférieure à 1/20 ;
- si la correction optique est obtenue à l'aide de lentilles cornéennes ou de verres correcteurs d'une puissance supérieure à + ou - 8 dioptries.

#### Observations :

> *Dans tous les cas, l'obligation de correction optique doit être déterminée par certificat d'un médecin ou d'un spécialiste si nécessaire.*

> *Si vous subissez une intervention chirurgicale modifiant la réfraction oculaire, l'avis d'un spécialiste sera indispensable.*

> *Concernant les permis des véhicules légers, si vous perdez la vue d'un œil (acuité inférieure à 1/10), vous devrez attendre un délai de six mois avant d'obtenir ou de renouveler votre permis de conduire, et vous devrez équiper votre véhicule de rétroviseurs bilatéraux.*

(Synthèse de l'arrêté)

Pour en savoir plus :

[www.securite-routiere.equipement.gouv.fr](http://www.securite-routiere.equipement.gouv.fr)

3615 ROUTE (1,28 F/minute)



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

Les informations figurant dans ce document ne sont données qu'à titre de simples renseignements.

# BIEN VOIR POUR BIEN CONDUIRE

ASSOCIATION  
NATIONALE  
POUR L'AMÉLIORATION  
DE LA VUE  
ASNAV

Conduire en toute sécurité



La vue est le sens qui permet de capter jusqu'à 90 % des informations nécessaires à la conduite automobile. Toutefois, il ne suffit pas d'avoir une bonne vision pour bien conduire. Il faut aussi développer de bonnes habitudes visuelles pour saisir rapidement un maximum d'informations.

## Des règles élémentaires avant de démarrer

Des études ont montré qu'un automobiliste sur trois présente un défaut visuel et l'ignore. Faire contrôler sa vue régulièrement et, si nécessaire, la faire corriger, font partie des règles élémentaires à respecter avant de prendre le volant.

> Quand le temps est lumineux, portez des **lunettes de soleil de qualité**, traitées contre les ultraviolets. Attention, les lunettes solaires de catégorie 4 ne sont pas adaptées à la conduite.

> Ce qui affecte la santé affecte également la vision. Évitez de conduire si vous êtes **fatigué**. Attention, **certains médicaments** (pour la plupart signalés par un triangle Danger Somnolence) faussent votre appréciation des distances et de la vitesse.



## Le véhicule : pour une visibilité optimale

> Avant le départ, **nettoyez le pare-brise, les vitres et les rétroviseurs**, aussi bien à l'extérieur qu'à l'intérieur du véhicule, ainsi que vos propres lunettes ou votre visière pour les motards.

> Nettoyez régulièrement **les phares et les feux** de votre véhicule.

> Vérifiez **l'efficacité des essuie-glaces**. Veillez à avoir toujours une réserve suffisante de liquide lave-glace.

> Prenez garde aux **éléments qui gênent la visibilité** (vitres trop teintées, pare-soleil, rideaux et objets encombrants).

## Apprendre à voir vite

Outre une bonne vision, la conduite demande un **apprentissage méthodique du regard**.

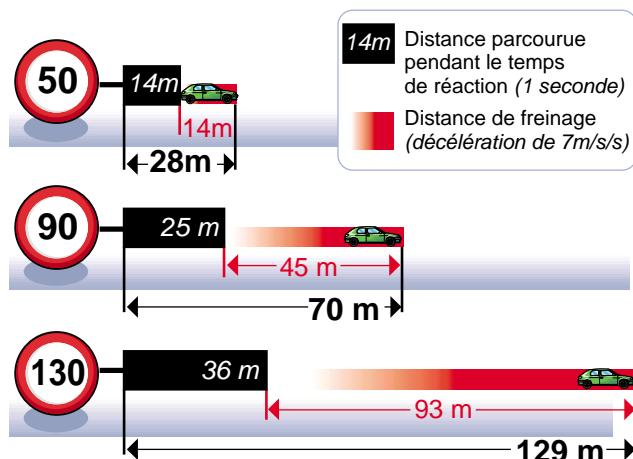
> **Restez vigilant**. Votre attention doit rester soutenue afin de sélectionner les informations pertinentes à la conduite : objets en mouvement, signalisation, indices de danger, etc. Vous devez être en mesure de réagir instantanément à tout événement survenant dans le champ visuel.

> **Gardez les yeux en mouvement** d'une source d'informations à l'autre. Outre la chaussée, surveillez en particulier les trottoirs et les intersections.

## Apprendre à voir loin

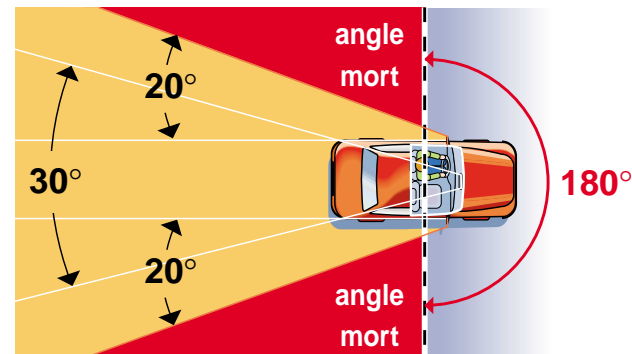
> **Conservez une distance de sécurité** avec les véhicules vous précédant. Il peut en effet se passer 1 à 2 secondes entre la perception visuelle d'un obstacle et le premier geste de réaction. Or, en 1 à 2 secondes, à 60 km/h, on parcourt déjà 17 à 34 mètres. Attention, la fatigue augmente le temps de réaction et la vitesse, la distance de freinage.

> Pour réagir à temps, il faut donc **regarder loin, très en avant**. En ville, vous devez couvrir du regard au minimum le pâté de maisons. Si vous manquez de visibilité, regardez à travers les vitres des voitures vous précédant.



## Apprendre à voir large

> Le champ visuel est l'espace que l'on peut percevoir grâce à la vision périphérique, qui nous renseigne sur ce qui se passe sur les côtés. Ainsi, **vous devez être en mesure de détecter tout mouvement** ou possibilité de mouvement dans un angle de 180 degrés environ.



> Les rétroviseurs, intérieurs et extérieurs, permettent au conducteur de compléter son champ visuel vers l'arrière.

Malgré tout, un angle mort subsiste de chaque côté du véhicule. Il peut cacher une voiture, un camion, un cycliste, etc. Pour le vérifier, **tournez la tête au-dessus de l'épaule et jetez un regard rapide**, en particulier lors d'un changement de direction ou d'une insertion dans la circulation.

> Attention, plus la **vitesse augmente**, plus le champ visuel se réduit. À grande vitesse, il se limite à une vision centrale de la route.