

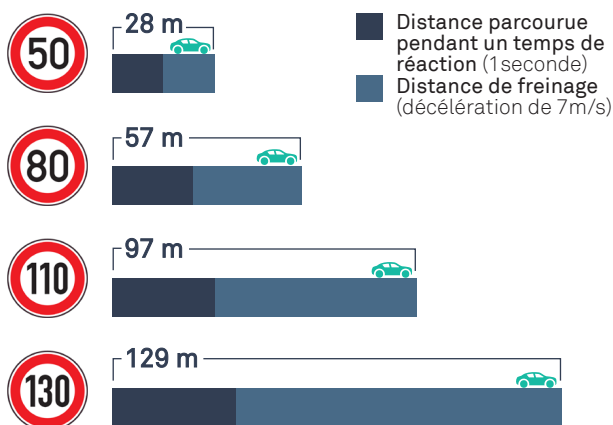
# RISQUE ROUTIER

**Le risque routier est la 1<sup>ère</sup> cause de décès au travail**  
**Vous conduisez un véhicule dans le cadre de votre activité professionnelle**  
**et/ou pour vous rendre sur votre lieu de travail : vous êtes concernés.**

## Les Risques

### • La vitesse

Elle diminue le champ visuel, augmente la distance d'arrêt, aggrave les accidents.



### • L'alcool

Il diminue le champ visuel, perturbe les capacités intellectuelles, ralentit les réflexes, augmente le risque d'accident.

### • Les médicaments

Certains médicaments sont incompatibles avec la conduite. Ils peuvent provoquer une diminution des réflexes, de la somnolence, des vertiges...

#### Consulter les pictogrammes de vigilance



Ne pas conduire sans avoir lu la notice



Ne pas conduire sans l'avis d'un professionnel de santé



Ne pas conduire, pour la reprise de la conduite, demander l'avis d'un médecin

### • Les produits stupéfiants et les drogues

Ils sont interdits et totalement incompatibles avec la conduite. Ils perturbent notamment l'attention, les réflexes, la vigilance. Ils peuvent également avoir un effet désinhibiteur et augmenter la prise de risque.

### • La fatigue

Sur l'autoroute un accident mortel sur trois est associé à la somnolence. Ne pas prendre le volant en cas de manque de sommeil ou après un repas trop copieux de même, un habitacle surchauffé peut générer de la somnolence.

### • Communication au volant

Téléphoner en conduisant entraîne une baisse de la vigilance et une augmentation du temps de réaction. Le fait de téléphoner est en effet différent d'une conversation avec un passager, ce dernier peut vous alerter en cas de danger.

D'autre part, l'usage d'un téléphone tenu en main en conduisant est interdit. De même, depuis le 1er juillet 2015, est notamment interdit le port à l'oreille de dispositif susceptible d'émettre du son (à l'exception des appareils électroniques correcteurs de surdité).

Cette interdiction s'accompagne d'une contravention, d'une perte de point et potentiellement d'une suspension du permis de conduire.

### • Les conditions météorologiques

Elles peuvent modifier les distances de freinage (pluie, neige, verglas) et altérer la visibilité (brouillard, éblouissement). Les transitions de lumières (jour, nuit) peuvent également affecter la vision.

### • Le véhicule

Rouler avec un véhicule sous-équipé ou en mauvais état constitue un danger.

# RISQUE ROUTIER



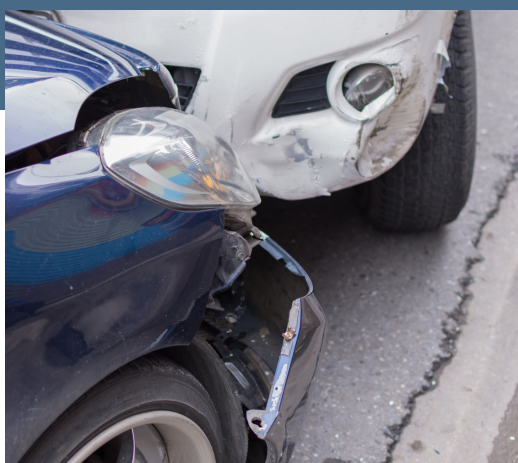
## LE RISQUE ROUTIER EN QUELQUES CHIFFRES :

**1<sup>er</sup>** cause de mortalité liée au travail

**5 millions** de journées de travail perdues par an

Plus de **3000** employeurs engagés pour la sécurité de leurs collaborateurs

Source : <https://www.securite-routiere.gouv.fr>



## Les Conseils

- Dans la mesure du possible, **réduire le nombre de déplacements** (visioconférence, télétravail...) et choisir les modes de déplacement les plus sûrs (transports en commun).
- **Respecter la réglementation** (code de la route, limitations de vitesse) et porter les équipements de sécurité (ceinture, casque...).
- **Proscrire l'utilisation de substances psychoactives (alcool, drogue, médicament) et le téléphone au volant.** En cas de prise de médicaments, bien s'informer auprès du médecin et vérifier les pictogrammes inscrits sur la boîte.
- **Vérifier l'état du véhicule et son entretien (ceinture, pneumatiques, éclairage, freins...),** ainsi que la présence d'équipements de sécurité obligatoires (gilet, triangle...).
- **Planifier et optimiser les déplacements.** Prévoir un temps nécessaire à la conduite afin de tenir compte des temps de pause, des limitations de vitesse, des conditions météorologiques...
- **Surveiller les signes liés à la fatigue :** difficultés à maintenir une vitesse et une trajectoire constante, nuque raide, tête lourde, bâillements, picotements des yeux.
- Lors d'un long trajet, **s'arrêter toutes les 2 heures au moins 15 minutes dans une zone sécurisée afin de vous aérer et marcher pour une pause efficace.**
- **Avoir une bonne hygiène de vie :** un sommeil suffisant, une bonne hydratation et une alimentation saine.
- **S'assurer de la sécurité du chargement :** absence de surcharge du véhicule, arrimage et répartition des charges adaptés.