

5

CONSEILS POUR LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE



1 TÉLÉPHONE AU VOLANT, DANGER AU TOURNANT



Passer vos appels et envoyer vos SMS avant de démarrer, ou alors :

- Arrêtez-vous dans un lieu sécurisé
- Utilisez le Bluetooth
- Éloignez votre téléphone de votre espace de conduite

2 VOIR ET ÊTRE VU



Vérifiez régulièrement l'éclairage avant et arrière (vélo, voiture...).

Disposez d'un coffret d'ampoules de rechange, d'un gilet de haute visibilité et d'un triangle de pré-signalisation.

Vélos, trottinettes, coureurs... restez visibles aux yeux de tous en portant une tenue permettant d'être vu.

3 DORMIR OU CONDUIRE, IL FAUT CHOISIR



Faites une pause de 15 à 20 min minimum toutes les 2h.

Arrêtez-vous dès les premiers signes de fatigue (bâillements, paupières lourdes...).

Attention, 17 heures de veille active équivalent à 0,5 g d'alcool par litre de sang !!

4 MISEZ SUR L'ÉCO- CONDUITE ET FAITES DES ÉCONOMIES

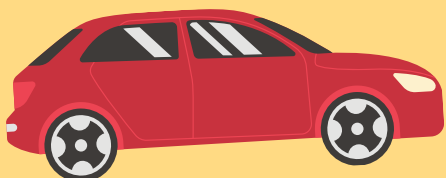
Levez le pied et réduisez la surconsommation de carburant. Entretenez votre véhicule.

Préparez votre itinéraire et anticipez le trafic routier.

Éteignez le moteur en file d'attente ou en stationnement.



5 CHOISIR SON VÉHICULE ET LE MAÎTRISER



Selon vos besoins, votre activité, la distance à parcourir orientez votre choix (voiture, avion, train, bus, vélo ...).

Véhicule personnel ou professionnel, renseignez-vous sur son fonctionnement et ses outils d'aide à la conduite. Adoptez une bonne position de conduite.

Respectez le PTAC du véhicule et chargez, répartissez calez et arrimez votre charge.

Séparez la partie habitacle de conduite du chargement.