

## CEINTURE DE SÉCURITÉ

! Obligatoire à l'avant et à l'arrière !

En 2022, **un quart des adultes et enfants tués** dans un accident de la circulation ne portaient pas leur ceinture.

● Les enfants de **moins de 10 ans** doivent être attachés dans un dispositif adapté à leur morphologie, à l'arrière du véhicule (hors nourrissons).

● L'homologation selon les normes de l'Union européenne est obligatoire. **(E1)**



## VITESSE ET DISTANCES DE SÉCURITÉ

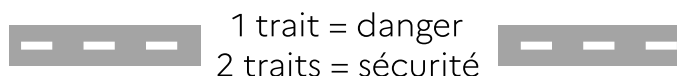
Vitesse excessive = fatigue supplémentaire

- Le cerveau doit traiter un plus grand nombre d'informations en un minimum de temps,
- La vision doit s'adapter en permanence.

Vitesse excessive = augmentation de la distance d'arrêt

Distance parcourue pendant le temps de réaction (1 à 2 secondes) + distance de freinage.

Sur autoroute :



## Départ en vacances

Les règles essentielles sur la route



SÉCURITÉ ROUTIÈRE **VIVRE, ENSEMBLE**

## FATIGUE

Avant un long trajet :

- prendre la route après une nuit d'un sommeil réparateur,
- ne pas se lever à une heure inhabituelle,
- éviter de partir après une journée de travail sans s'être reposé.



Sur l'autoroute, un accident mortel sur trois est associé à la somnolence.

La somnolence provoque des micro-sommeils de 1 à 4 secondes extrêmement dangereux : le risque d'accident est multiplié par 8.

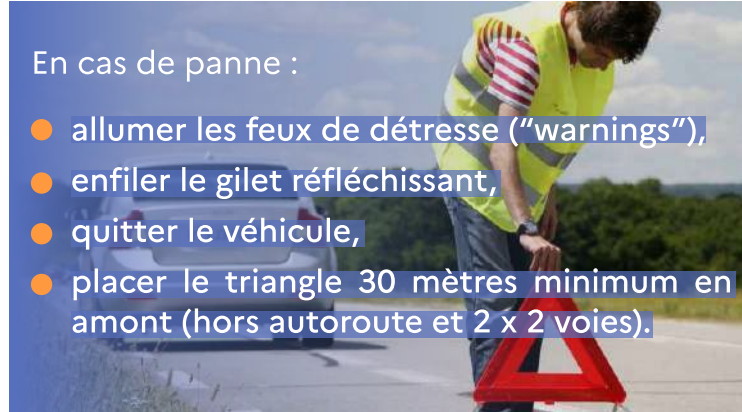
Signes annonciateurs : bâillements, difficulté à rester concentré, regard fixe, picotements des yeux et paupières lourdes, raidissement de la nuque ou du dos...

Toutes les 2 heures, la pause s'impose !

## ARRÊT D'URGENCE : ÉQUIPEMENTS OBLIGATOIRES

En cas de panne :

- allumer les feux de détresse ("warnings"),
- enfiler le gilet réfléchissant,
- quitter le véhicule,
- placer le triangle 30 mètres minimum en amont (hors autoroute et 2 x 2 voies).



## BAGAGES : ATTENTION À LA SURCHARGE !



Placer les bagages les plus grands et les plus lourds au fond du coffre puis les autres bagages par ordre décroissant.

Sur la plage arrière, ne mettre que des objets très légers ; en cas de freinage brusque, les objets lourds peuvent devenir de dangereux projectiles.

Barres ou coffre de toit, porte-vélos ou remorque : respecter les indications du constructeur et les règles en matière de chargement (dépassement de la longueur du véhicule, signalisation, etc.)



Une charge trop lourde ou mal répartie sur le toit peut entraîner déséquilibre et perte de contrôle.



## ATTENTION AUX AGENTS EN BORD DE ROUTE !

Sur route départementale comme sur autoroute, les agents interviennent pour assurer votre confort de conduite et votre sécurité.

Chaque année, ils sont victimes d'accidents en raison de l'inattention de certains automobilistes.

À leur approche, ralentissez et soyez vigilants !

Pour éviter les coups de chaud...

RESTEZ HYDRATÉ !

