



Bien préparer sa voiture et son déplacement

Avec le retour du printemps, vous êtes nombreux à vouloir profiter des vacances scolaires et des week-ends de la période d'avril à juin. Soyez prudent et prenez toutes les dispositions qui s'imposent pour renforcer votre sécurité sur les routes.

Avant de partir

Veillez au bon état général de votre véhicule

Un véhicule bien entretenu et bien réglé est un gage de sécurité. En outre, il consomme moins de carburant (jusqu'à -10%) et pollue moins (-20%).

- **Vérifiez la pression et l'état des pneus** (sans oublier la roue de secours) : un mauvais gonflage augmente les distances de freinage, diminue la stabilité du véhicule et augmente la consommation de carburant de 2,4% par 0,5 bar manquant.
- **Contrôlez l'ensemble des dispositifs** : la batterie, l'éclairage, les essuie-glaces et les différents niveaux : eau, huile, lave-glace.
- **Assurez-vous une bonne visibilité** : nettoyez le pare-brise, les vitres, les rétroviseurs et les phares avant de partir car la sécurité passe aussi par une bonne visibilité.

Sachez que, depuis le 7 février 2011, les voitures et camionnettes neuves sont obligatoirement équipées de **feux « dédiés »**. Placés à l'avant du véhicule, ces feux de jour à allumage automatique sont moins lumineux que les phares et consomment moins d'énergie.

- **Faites vérifier l'état et le bon fonctionnement des freins.**
- Vérifiez que vous disposez dans votre véhicule d'un **gilet de sécurité** (marqué CE pour être conforme à la réglementation) à portée de main et d'un **triangle de pré signalisation** homologué. À défaut, vous êtes passible d'une contravention de 4^{ème} classe (135 €, minorée à 90 € et majorée à 375 €).

Prenez le temps de préparer votre trajet

Bien préparer son déplacement permet de limiter les risques d'être soudainement confronté à des situations imprévues.

- **Avant de partir, consultez les prévisions météorologiques pour l'ensemble du trajet**, vous éviterez d'être surpris par un phénomène météorologique inattendu. En cas d'alerte météorologique délicate prévue sur le parcours ou le lieu de destination, il est fortement recommandé de différer son déplacement. Différentes sources d'information météorologique sont à votre disposition, notamment sur Internet.
- **Étudiez votre itinéraire dans sa totalité** et évaluez votre temps de parcours. En intégrant des pauses toutes les deux heures, vous limiterez le stress et la fatigue dus à une mauvaise appréciation de la distance à parcourir et à une arrivée tardive. Le mieux est de ne pas se fixer une heure d'arrivée, quand cela est possible.
- **Préparez vos cartes routières et votre feuille de route** pour être certain d'emprunter le bon itinéraire.

- **Renseignez-vous sur les conditions de circulation et de trafic :**
 - pour l'ensemble du réseau routier : site Internet : www.bison-fute.gouv.fr
 - pour les autoroutes non concédées et les routes nationales : réseau des DIR (directions interdépartementales des routes) accessible depuis le site Bison Futé (rubrique liens utiles)
 - pour les autoroutes concédées : site Internet : www.autoroutes.fr ou téléphone : 08 92 68 10 77 (0,34€/mn).

Soyez prudent

- Ajustez votre ceinture de sécurité et veillez à ce que vos passagers, notamment les enfants, soient bien attachés à l'avant comme à l'arrière. Vérifiez que les jeunes enfants soient bien installés dans un siège adapté à leur taille, leur poids et leur âge, et n'oubliez pas : **1 personne = 1 place = 1 ceinture** (attention, les enfants peuvent se détacher sans que vous y preniez garde).
- **Si vous êtes fatigué, retardez votre départ et prenez le temps de vous reposer.** Pour un long trajet, une nuit complète de sommeil s'impose.
- Avant de prendre la route, **ne buvez pas d'alcool, ne consommez jamais de produits stupéfiants ni de médicaments incompatibles avec la conduite.** Si vous avez consommé de l'alcool, assurez-vous que vous êtes en état de reprendre le volant en soufflant dans un éthylotest aux normes NF. Depuis le 1^{er} mars 2013, tout conducteur d'un véhicule à moteur est toujours tenu de posséder un éthylotest à bord de son véhicule pour s'auto-contrôler « soufflez vous saurez », mais ne sera pas sanctionné en cas d'absence.

Fatigue et somnolence, ce n'est pas la même chose

- **La fatigue**, c'est la difficulté à rester concentré. Les signes annonciateurs sont le picotement des yeux, le raidissement de la nuque, les douleurs de dos et le regard qui se fixe. Une solution : toutes les 2 heures, la pause s'impose !
- **La somnolence**, c'est la difficulté à rester éveillé, avec le risque brutal d'endormissement, quelle que soit la longueur du trajet. Elle se manifeste par des bâillements et des paupières lourdes. La pause ne suffit plus. La solution la plus efficace : faire une sieste de 15 à 20 minutes !

Sur le trajet

Utilisez les moyens d'information existants

- **Le nouveau site web mobile** vous permet de rester en contact dans vos déplacements avec les dernières informations mises en ligne en temps réel : www.bison-fute.gouv.fr
- **Les radios d'information routière sont là pour vous guider** : France Info 105.5, réseau France Bleu et 107.7 FM sur autoroute.

Respectez les consignes de sécurité

- **Évitez de conduire plus de 6 à 8 heures par 24 heures.** Dès les premiers signes de fatigue ou de somnolence, arrêtez-vous.
- **Faites attention aux usagers plus vulnérables que vous**, notamment les cyclistes et les piétons qui, avec les beaux jours, reprennent les randonnées.



www.bison-fute.gouv.fr



Consultez maintenant l'application mobile Bison Futé : m.bison-fute.gouv.fr