

VRAI OU FAUX

**Les accidents de la route constituent la première cause de mortalité au travail.**

**VRAI** Ils représentent 1/5<sup>ème</sup> du nombre de personnes tuées par accident du travail.

**10% des accidents mortels de la route impliquent un véhicule seul.**

**FAUX** 4 personnes sur 10 sont tuées dans un accident sans tiers (40%). Le premier facteur de risque pour un conducteur est donc plutôt sa propre attitude que celle des autres usagers de la route.

**Sur un parcours de 50 km, la différence de temps gagnée entre 110km/h et 90km/h est de 6 mn.**

**VRAI** En réalité, le temps gagné en roulant plus vite est dérisoire. Sur la route, on ne récupère jamais le temps perdu, en revanche on perd nos points.

**Je dois vérifier la pression des pneus au moins une fois par mois.**

**VRAI** Vous devez même la vérifier plus fréquemment en cas de forte sollicitation (kilométrage ou charge importants).

**Je prends un médicament pour guérir, il ne peut pas me nuire.**

**FAUX** Attention. Certains médicaments sont incompatibles avec la conduite, ils sont signalés par 3 niveaux de risque indiqués sur leur boîte.



*Niveau 1. Soyez prudent. Ne conduisez pas sans avoir lu la notice de votre médicament.*

*Niveau 2. Soyez très prudent. Ne conduisez pas sans l'avis d'un médecin.*

*Niveau 3. Ne conduisez pas. Demandez l'avis d'un médecin.*

Imprimé sur papier écologique FSC PEFC. Ne pas jeter sur la voie publique.

**Intermétra**  
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL

**Intermétra**  
Résidence Halley  
4, rue Camille Vergoz - CS 41105  
97404 Saint-Denis cedex  
Tél. 0262 41 42 27 - Fax. 0262 41 70 30



**CONDUIRE AU TRAVAIL**

*Soyez attentifs aux facteurs augmentant le risque routier !*

**Intermétra**  
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL

© Poimaskat, mai 2022, mise en page et illustrations - www.poimaskat.com - Crédit photo de couverture et illustrations : stock.adobe.com - Impression : Imprimerie RAMIN - DL : 2251629

Souvent sous-estimé, le risque routier est la première cause de décès par accident du travail. Il représente un risque professionnel majeur dont chacun doit prendre conscience.

La réglementation distingue deux types de risques routiers professionnels :

- le risque routier trajet, lié aux déplacements entre le domicile et le lieu de travail du salarié ;
- le risque routier en mission, lié aux déplacements effectués durant les heures de travail.

Connaître et garder en mémoire les facteurs de risques pouvant augmenter le risque routier permet de réduire votre exposition à ce dernier.

*Agissez contre le risque routier en adoptant les bons réflexes !*

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Alcool, drogues et médicaments modifient votre comportement :

- Diminution des réflexes ;
- Mauvaise évaluation des distances ;
- Diminution de la perception du danger ;
- Coordination des mouvements perturbée ;
- Baisse de la vigilance ;
- Difficulté de résister à la somnolence ;
- Réduction du champ visuel.

La consommation d'alcool et de cannabis multiplie le risque d'accident par 14.

## J'ÉVITE LES RISQUES LIÉS AU VÉHICULE



- J'utilise un véhicule adapté, en respectant le poids total autorisé en charge.
  - Je contrôle le bon état de mon véhicule (pneus, éclairages, niveaux, propreté des vitres).
  - J'utilise tous les équipements de sécurité à ma disposition (ceinture, limiteur de vitesse...).
- En cas de choc, les objets non arrimés se transforment en projectiles !

## JE RESPECTE UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE



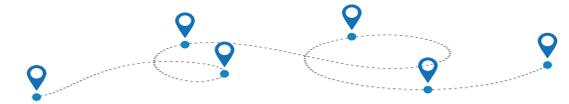
- Je dors suffisamment.
- J'adopte une alimentation saine « ni trop » (digestion difficile), « ni trop peu » (hypoglycémie) et non alcoolisée.
- Je m'hydrate suffisamment.
- Je contrôle régulièrement ma vue et porte mes lunettes si j'en ai. 1 automobiliste sur 3 voit mal et l'ignore.

## JE ME MÉNAGE POUR LIMITER LES RISQUES



La position assise prolongée lors de la conduite et les vibrations transmises au corps peuvent être responsables de pathologies dorsales et de troubles musculosquelettiques.

## J'ORGANISE MES DÉPLACEMENTS



- Je prépare mon itinéraire et je m'informe du trafic avant mon départ.
- Je vérifie que mon véhicule peut emprunter l'itinéraire choisi (hauteur, largeur...).
- La planification doit me permettre de ne pas me presser, en concertation avec mon employeur.

Attention ! Je reste vigilant sur les parcours habituels.

## J'ADOpte UNE CONDUITE RESPONSABLE



- Téléphoner au volant multiplie le risque d'accident par 5.
- Je ne téléphone pas en conduisant. Les communications ont lieu à l'arrêt.
- J'adapte ma vitesse à l'environnement.
- Je respecte les distances de sécurité.