



# La Route Pour Tous

## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

**Décembre 2010**

### PREVENTION ACTIVE



Cette année l'hiver s'est présenté avec quelques semaines d'avance en nous imposant son manteau neigeux, plaques de verglas et brouillard givrant.

Les raisons qui rendent les routes glissantes sont nombreuses, la neige et le verglas étant les circonstances les plus habituelles. Il est important de préparer en conséquence ses déplacements et respecter quelques consignes.

Tout comme le conducteur, une attention particulière doit être faite à la préparation du véhicule avant le départ, que le trajet soit à caractère professionnel ou personnel.

Il est nécessaire de :

- ◆ contrôler régulièrement la pression des pneumatiques (les variations de température accélèrent la perte de pression) ;
- ◆ d'équiper, si possible, les roues de pneus « hiver » (permettent une meilleure adhérence à vitesse réduite) ;
- ◆ vérifier le bon fonctionnement de l'éclairage du véhicule ;
- ◆ prévoir dans le véhicule une couverture, une paire de gants et vêtements chauds, ... ;
- ◆ disposer de gilets réfléchissants, d'une lampe torche, d'un ou deux triangles de pré-signalisation ;
- ◆ ...

Dès que cela est possible, il est préférable de limiter ses déplacements. Votre correspondant est peut-être dans l'attente de la même prise de décision et d'apprécier le choix fait.

Lorsque le conducteur est accompagné de passagers, le risque routier est réduit. Les accompagnants perçoivent des dangers imperceptibles par l'automobiliste. Le covoiturage est, aussi dans ce cas, un moyen de transport à privilégier.

Christophe **CIERPUCHA**

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr/index.html>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z



## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

Avant de prendre la route, il faut :

- ⊗ doubler (voire tripler) le temps de délai de route (la vitesse réduite et tout imprévu peuvent augmenter la course et l'agacement du conducteur) ;
- ⊗ désembuer l'ensemble des vitres ;
- ⊗ ne laisser aucun bloc de neige sur le véhicule (en roulant les blocs de neige se rigidifient et sont projetés sur les autres usagers de la route) ;
- ⊗ préchauffer correctement l'habitacle (en roulant, la température idéale à l'intérieur du véhicule est d'environ 19°. Le chaud et le froid sont l'ennemi du conducteur) ;
- ⊗ ...



Le temps neigeux, la pluie et le brouillard réduisent considérablement le champ visuel et les capacités de perception. La cécité au changement accentuée augmente largement le risque routier.

Afin de pallier ces difficultés et autres raisons mécaniques, il est important de :

- ◆ augmenter les distances de sécurité (4 secondes entre chaque véhicule est un strict minimum) ;
- ◆ d'adapter la vitesse et exclure tous coups de freins brutaux ;
- ◆ le limiteur de vitesse peut aider à ne pas atteindre une vitesse critique ;
- ◆ ne pas conduire à l'aide du régulateur de vitesse (maintien à vitesse constante), le temps de réaction risque d'être augmenté ;
- ◆ repérer les zones favorables au verglas telles que les ponts, sous-bois, ... ;
- ◆ ...

En cas de dérapage, il est important de ne pas regarder l'endroit où nous emmène le véhicule mais là où vous voulez aller.

Il est vivement recommandé de conduire avec souplesse, afin de conserver la maîtrise du véhicule. Un intervalle conséquent entre chaque véhicule permet d'anticiper les obstacles et autres situations dangereuses.

Christophe **CIERPUCHA**

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr/index.html>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z



# La Route Pour Tous

## LA ROUTE POUR TOUS - Newsletter

Prévention & Sécurité Routières

Prevention & Road Safety

Les fêtes de fin d'année génèrent des déplacements dont les conditions sont rarement favorables.

**PREVENTION  
ACTIVE**

Pour que les fêtes se déroulent dans les meilleures conditions, il est important de les préparer en respectant quelques préconisations.

**ST-SYLVESTRE**

Le facteur humain apparaît dans plus de 90% des accidents de la route. La fatigue et la somnolence sont à l'origine d'un accident sur trois.

Des signes précurseurs annoncent au conducteur qu'il entre dans une phase d'hypovigilance :

- ◆ lenteur de réaction ;
- ◆ conduite avec des fortes amplitudes de vitesse ;
- ◆ difficulté à respecter la trajectoire ;
- ◆ ...

Les signes physiques qui préviennent l'état de fatigue sont :

- ◆ les bâillements et paupières lourdes ;
- ◆ changements de positions assises fréquentes et douleurs dorsales ;
- ◆ raideurs de la nuque et crispations des épaules et du cou ;
- ◆ picotements des yeux et tête lourde ;
- ◆ ...

En préparant les fêtes de fin d'année, il est impératif d'envisager une solution alternative pour ses invités, telle que le couchage, taxi, ...



# Bonne route & Bonnes fêtes de fin d'année à tous

Christophe **CIERPUCHA**

[christophecierpucha@laroutepourtous.fr](mailto:christophecierpucha@laroutepourtous.fr) - <http://www.laroutepourtous.fr/index.html>

06.15.44.92.81. - 03.44.09.48.75.

Code SIRET : 513 847 947 00019 - code NAF : 7022Z