



Service régional et départemental
de la communication interministérielle

Rouen, le 3 juillet 2014

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

A la veille des grands départs en vacances, Pierre-Henry Maccioni, préfet de la région Haute-Normandie, préfet de la Seine-Maritime, tient à rappeler aux automobilistes l'extrême vigilance à observer sur les routes.

"Un strict respect du code de la route est attendu de la part de tous les usagers qui doivent en toute circonstance avoir une vitesse adaptée et respecter les distances de sécurité. Aucune tolérance ne sera appliquée par les forces de l'ordre face aux comportements dangereux."

Depuis janvier 2014, en Seine-Maritime, des accidents mortels, notamment en face à face, sont survenus suite à des franchissements de lignes continues, résultant de défauts de vigilance et d'attention.

Outre la conduite sous l'effet de l'alcool ou de substances psychoactives, d'autres facteurs peuvent diminuer l'attention de l'automobiliste :

- **L'utilisation d'appareils embarqués (GPS) et du téléphone portable**

Écrire un sms en conduisant multiplie le risque d'accident par 23 : il oblige le conducteur à détourner les yeux de la route pendant environ 5 secondes. **Le téléphone portable est le seul dispositif cumulant les quatre sources de distraction** pouvant détourner l'attention d'un conducteur : distraction auditive, visuelle, cognitive (on est détourné par des pensées), physique (on est détourné par ce que l'on fait).

En France, **un accident corporel sur 10** serait lié à l'utilisation d'un téléphone portable au volant. Pour rappel, l'usage du téléphone en conduisant est passible d'un amende forfaitaire de 135€ et d'un retrait de 3 points sur le permis de conduire. De plus, si le kit main libre est autorisé durant la conduite, il peut être retenu comme circonstance aggravante en cas d'accident.

- **La prise de médicaments**

Des pictogrammes indiquent, sur les boîtes des médicaments, le niveau de danger que la prise du médicament peut engendrer sur la conduite. Il convient de bien suivre ces indications et de ne pas hésiter à solliciter l'avis d'un professionnel en cas de doute.



SRDCI

tél. 02 32 76 50 14 – fax 02 32 76 54 55
7, place de la Madeleine – 76036 ROUEN Cedex
site Internet: www.seine-maritime.gouv.fr
courriel : pref-communication@seine-maritime.gouv.fr

- **L'état de fatigue peut poser de grandes difficultés surtout lors des phases de somnolence, durant lesquelles les risques d'accidents sont augmentés par 8.**

17 heures de veille active équivalent pour le corps à 0,5 g d'alcool par litre de sang.

Attention à ne pas confondre fatigue et somnolence :

La fatigue, c'est la difficulté à rester concentré. Ses 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 d'endormissement, quelle que soit la longueur du trajet. Elle se manifeste par des bâillements et des paupières lourdes. La pause alors ne suffit plus, la seule solution : s'arrêter et faire une sieste !

Quelques conseils concernant la fatigue au volant :

- *toutes les deux heures, une pause s'impose (15 à 20 min) ;*
- *en cas de somnolence, prévoir un repos de 15 min ;*
- *la veille d'un grand trajet, adapter son alimentation : sans alcool ;*
- *bien choisir son créneau en évitant les créneaux 13/16h et 2/5h, plus propices à la somnolence ;*
- *ralentir : rouler vite fatigue et le risque de somnolence augmente.*

Quelle que soit la cause de la distraction, respecter les limitations de vitesse et adapter sa vitesse aux circonstances assure une marge supplémentaire de sécurité quant au temps de réaction et à la distance de freinage.

SRDCI