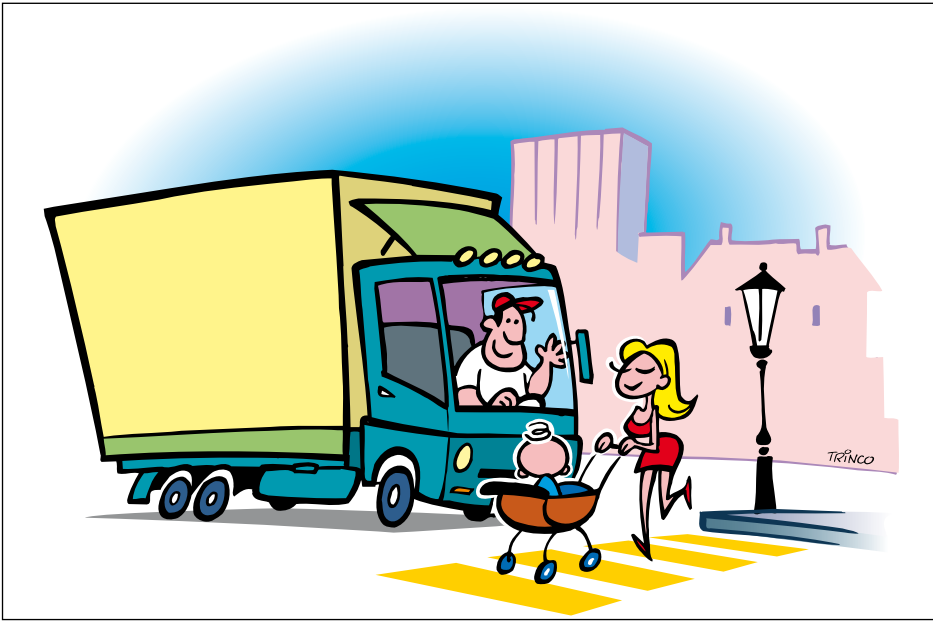


# Attentifs au volant



**Bonne image pour la profession: au volant, soyez donc attentifs et prévenants.**

Cette 3<sup>e</sup> campagne de sets de table, lancée le 5 septembre 2005 par l'association des Routiers Suisses, a pour thème l'(in)attention au volant. Quelque 300 000 sets de table ont été distribués auprès des Relais Routiers, ainsi que 1400 kilos de chocolat. Cette campagne, soutenue par le Fonds de la sécurité routière, durera jusqu'au 23 septembre 2005.

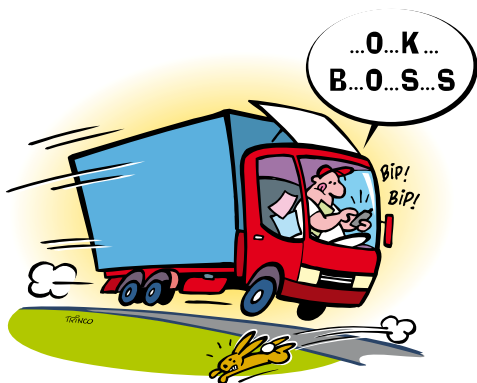
**D**ans le trafic routier, l'inattention fait partie des causes d'accident les plus fréquentes. Notre dessinateur a illustré ce set avec humour en y faisant figurer les situations les plus typiques.

Le stress génère l'inattention. Tout comme chaque usager de la route, le chauffeur professionnel est souvent stressé: pression du travail, bouchons, contrôles de la police, et j'en passe. Chacun gère son stress à sa manière, en tentant de le maintenir à un niveau aussi bas que possible, d'accepter les conditions que l'on ne peut pas changer... et surtout de rester de bonne humeur. Adopter une telle attitude aide à gérer



toutes les informations que l'on doit traiter tout au long d'une journée de travail, à les interpréter et à les mettre en pratique de manière efficace. Celui qui parvient, en adoptant certaines techniques, à diminuer son stress sera capable d'agir de manière plus calme et plus appropriée lorsque survient un événement inattendu, ce qui permettra certainement d'éviter un accident (influence personnelle positive).

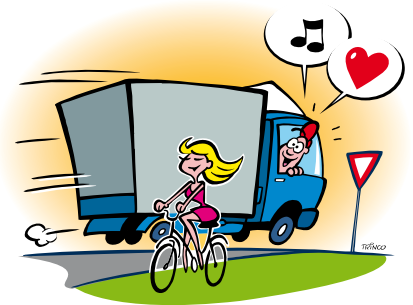
Passons ensuite à la somnolence. A maintes reprises, notre association a déjà attiré l'attention des intéressés sur les causes et les effets potentiellement dangereux de cet état second qui peut avoir des répercussions désastreuses. Il faut savoir que la fatigue elle aussi se gère: plusieurs pauses de courte durée permettent de lutter plus ou moins activement contre les



effets de la fatigue physique. Il peut s'avérer très dangereux de téléphoner au volant. L'attention que l'on devrait vouer au trafic est reportée sur le dialogue que l'on entretient avec son correspondant. On roule de manière automatique, sans prendre conscience de ce qui se passe autour de soi. Ce genre de situation pourrait se résumer par: «d'abord la sonnerie, puis le crash». Les installations de type «mains libres» n'apportent pas une vraie solution à ce problème, car le «taux d'inattention» reste le même. Des études ont démontré que lorsque l'on téléphone au volant, on conduit comme si l'on était en état d'ébriété. En effet, un conducteur qui téléphone réagit plus lentement que celui qui a 0,8 pour mille d'alcool dans le sang. Et si l'on doit vraiment téléphoner, on s'arrête à un endroit prévu à cet effet, sans gêner la circulation.

A noter également que des activités telles que manger ou boire au volant, voire écouter de la musique, peuvent déconcentrer le conducteur. Les tribunaux ont déjà réprimé des conducteurs qui avaient lâché le volant pour changer un CD ou une cassette alors qu'ils roulaient sur la voie de dépassement. Ceux qui consultent la route à suivre sur leur système de navigation ne sont pas à l'abri d'un moment de distraction non plus.

L'objectif poursuivi par cette campagne de sets de table n'est pas de pointer du doigt les comportements fautifs, mais plutôt d'encourager les gens à prendre conscience des causes et des effets de l'inattention dans le trafic routier. Et pour apporter un peu de douceur dans cette jungle que nous affrontons tous les jours, un chocolat sera offert au chauffeur qui aura pris le temps de prendre connaissance de ces quelques conseils en buvant son café. (hps)



## Participez au concours

Un concours se trouve au verso de l'annexe distribuée dans ce numéro. De nombreux prix sont à gagner!