



Le téléphone et la conduite

Sur la route, le téléphone est responsable d'un accident mortel sur 10.
Lire un SMS multiplie par 23 le risque d'avoir un accident !

Quand vous regardez votre téléphone, qui regarde la route ?

Téléphoner au volant est dangereux, avec ou sans kit mains libres... Alors, n'utilisez pas votre téléphone, et veillez sur vos proches : le mot d'ordre, c'est « Tu conduis ? Je raccroche. »

⇒ [En savoir plus](#)

Le téléphone = outil de distraction

Il monopolise votre attention sur une conversation, détourne vos yeux de la route, accapare parfois l'une de vos mains ailleurs que sur le volant... Bref, il vous rend moins attentif, même quand on utilise le Bluetooth !

⇒ [Je fais le test](#)

Campagne

Découvrez le film « Merci » :

[Voir le film « Léa »](#)

Connaissez-vous l'app Mode Conduite ?

C'est une application qui prévient ceux qui cherchent à vous joindre que vous êtes en train de conduire et met vos notifications en silencieux quand vous conduisez : parle à ma poche!

⇒ [Je télécharge la version Android](#)

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur le site de la [Sécurité routière](#)



L'alcool et la conduite

L'alcool est responsable d'1 accident mortel sur 3.

Les nuits de week-end et de jours fériés, l'alcool est en cause dans presque 2 accidents mortels sur 3.

Alcool : Le flou du volant

L'alcool a une influence sur la conduite, même après un seul verre. Champs de vision rétréci, coordination des mouvements perturbée, temps de réaction plus élevé, sentiment de surconfiance... : en résumé vous n'êtes plus maître à bord.

⇒ [En savoir plus](#)

Et le code de la route ?

En France, il est interdit de conduire avec un taux d'alcool dans le sang supérieur à 0,5 g/l. Mais quelles sont les sanctions encourues ?

⇒ [Faire une simulation](#)

Témoignage

Découvrez le témoignage d'Alan, accidenté de la route :

⇒ [Regarder le témoignage](#)

Vrai ou Faux ?

« Boire un café permet d'accélérer l'élimination de l'alcool. »

FAUX. Le café est un stimulant qui donne un effet « coup de fouet » mais il ne réduit en aucun cas la quantité d'alcool dans le sang.

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur le site de la [Sécurité routière](#)



La ceinture de sécurité

Si la ceinture de sécurité était là pour faire joli, ça se saurait ! Elle est là pour une excellente raison : vous sauver la vie ! Si tout le monde attachait sa ceinture, ce serait chaque année plus de 350 vies qui pourraient être sauvées.

Quel siège auto choisir pour bien attacher mon enfant ?

Il vous arrive de transporter des passagers de petite taille, qui chantent des comptines à tue-tête et qui dessinent sur les vitres ? Oui, des enfants !

Découvrez quel siège est adapté à leur âge, poids et morphologie avec ce module :

⇒ [Découvrir le module](#)

Vidéo

C'est Pas Sorcier : la puissance d'un choc sans ceinture :

⇒ [Voir la vidéo](#)

Vrai ou Faux ?

« Le port de la ceinture pour une femme enceinte est dangereux. »

FAUX. Elle est non seulement obligatoire mais surtout absolument inoffensive pour les femmes enceintes. Elle protège à la fois la mère et son enfant en cas de collision. Une étude menée auprès de 900 000 femmes enceintes, publiée dans l'American Journal of Preventive Medicine tord définitivement le cou à cette idée que la ceinture est dangereuse pour les femmes enceintes.

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur le site de la [Sécurité routière](#)



La vitesse sur la route

La vitesse est la première cause d'accident mortel sur la route.

Vitesse

Plus on va vite, plus on met de temps pour freiner. En cas d'obstacle ou si on doit freiner rapidement, 10 km/h peuvent faire toute la différence.

- ⇒ [Saurez-vous estimer les distances d'arrêt en voiture ?](#)
- ⇒ [Saurez-vous estimer les distances d'arrêt à moto ?](#)

Champs de vision

Plus la vitesse augmente, plus le champ de vision se réduit. Et à grande vitesse, notre vue se concentre uniquement sur ce qui est au centre de la route, face à nous. Vous ne voyez plus les autres usagers ni les piétons en vision périphérique.

- ⇒ [Quel est l'impact de la vitesse sur votre champ de vision en voiture ?](#)
- ⇒ [Quel est l'impact de la vitesse sur votre champ de vision à moto ?](#)

Un calcul

Vous pensez que roulez plus vite vous fait gagner du temps. C'est vrai que ça semble logique. En réalité, rouler à 90 km/h au lieu de 80 km/h ne vous fait gagner que 11 secondes sur un trajet de 8 minutes. De plus, rouler moins vite consomme moins de carburant : réduire sa vitesse de 10 km/h vous fait économiser en moyenne 120€ par an de carburant et peut représenter une baisse d'émissions de polluants pouvant aller jusqu'à 30%. Bref, rouler moins vite c'est tout bénéf !

- ⇒ [Testez vos connaissances grâce à ce quizz](#)

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur le site de la [Sécurité routière](#)



Le vélo

En 2019, 187 cyclistes ont perdu la vie dans un accident de la route ; plus de 1600 autres ont été hospitalisés. Selon l'Observatoire national interministériel de la sécurité routière (ONISR), le risque pour un cycliste d'être victime d'un accident est trois fois plus élevée que pour un automobiliste. Le risque d'être gravement blessé, seize fois plus élevé. En septembre 2020, la mortalité cycliste était la plus élevée des 10 dernières années.

Visibilité

Plus petit et souvent placé dans les angles morts, le vélo est moins visible que la voiture. De nuit et sans gilet, le cycliste est visible à seulement 30 mètres par les autres usagers. En revanche, si le cycliste porte un gilet, un conducteur le voit à 160 mètres, ce qui lui laisse le temps de ralentir et de se déporter. Equipement, éclairage, attitude... Faites-vous voir !

⇒ [Retrouvez notre checklist pour partir serein !](#)

Les conseils en or

Nous sommes de plus en plus nombreux à choisir le vélo. Choisissons aussi la sécurité.

⇒ [Voir les conseils en images](#)

Vous souhaitez en savoir plus ?

Rendez-vous sur le site de la [Sécurité routière](#)