



**POUR SURMONTER
LA FATIGUE AU VOLANT,
LA SEULE CHOSE À FAIRE,
C'EST DE VOUS ARRÊTER
ET DE FAIRE UNE SIESTE.**

Baisser la vitre, monter le volume de la radio ou tout autre truc n'y changeront rien. Les signes de fatigue réapparaîtront très vite.



Société de l'assurance automobile

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité



LES EFFETS D'UNE LONGUE PÉRIODE D'ÉVEIL SONT SEMBLABLES À CEUX DE LA CONSOMMATION D'ALCOOL.

Entre 17 et 19 heures d'éveil,
vos capacités physiques et mentales
sont comparables à celles d'une
personne ayant un taux d'alcool
dans le sang de 50 mg/100 ml (0,05).



Société de l'assurance
automobile

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité



**PORTEZ ATTENTION
AUX SIGNES DE FATIGUE
ET ARRÊTEZ-VOUS
AVANT QU'IL NE SOIT
TROP TARD.**

Chaque année, la fatigue est en cause dans près d'un décès sur quatre sur les routes.



Société de l'assurance automobile

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité



PLANIFIEZ VOS DÉPLACEMENTS ET ASSUREZ-VOUS D'ÊTRE REPOSÉ.

Même pendant un court trajet et dans un environnement bien connu, conduire en état de fatigue est un risque.



Société de l'assurance automobile

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité