



**CONDUIRE EXIGE
TOUTE
VOTRE ATTENTION**

ÉVITEZ LES DISTRACTIONS



Québec 



L'attention qu'un conducteur porte à son environnement routier peut facilement être détournée par d'autres activités.

Alors que la conduite devrait mobiliser toute son attention, la distraction réduit la vigilance et la performance du conducteur et elle affecte sa capacité à prendre des décisions.

UNE DES PRINCIPALES CAUSES D'ACCIDENTS SUR LES ROUTES

Au Québec, la distraction au volant est une des causes le plus souvent mentionnées par les policiers, en ce qui concerne les accidents avec personnes blessées ou décédées.

IL SUFFIT DE QUELQUES SECONDES

Quelques secondes de distraction suffisent pour créer les conditions propices à une collision. À une vitesse de 90 km/h, quitter la route des yeux pendant 4 à 6 secondes, c'est comme traverser un terrain de football les yeux fermés.



LES SOURCES DE DISTRACTION

Les sources de distraction sont nombreuses. Elles peuvent être à l'intérieur comme à l'extérieur du véhicule.

Les principales sources de distraction :

- Utiliser un appareil électronique portatif pour téléphoner, texter, naviguer sur le Web ou choisir sa musique, ou pour toute autre manipulation
- Fumer
- Boire ou manger
- Manipuler sa radio, son GPS ou ses CD
- Interagir avec ses passagers

INTERDICTION

• **Appareils électroniques portatifs :**

Il est interdit à tout conducteur d'un véhicule routier de faire usage d'un téléphone cellulaire ou de tout autre appareil électronique portatif conçu pour transmettre ou recevoir des informations ou pour être utilisé à des fins de divertissement. Le conducteur d'un véhicule routier qui tient en main, ou de toute autre manière, un appareil électronique portatif est présumé en faire usage.

Pénalités : Si un policier considère que vous contrevenez à cette loi, vous risquez de recevoir :

- une amende de 300 à 600 \$
- 5 points d'inaptitude

Une récidive entraîne :

- une amende de 600 \$
- 5 points d'inaptitude
- une suspension immédiate du permis de conduire

• **Écrans :** Un conducteur peut consulter l'information affichée sur un écran ou en actionner l'une des commandes à certaines conditions.

• **Écouteurs :** Un conducteur peut porter un seul écouteur.

DES SOLUTIONS POUR RÉDUIRE LES RISQUES DE DISTRACTION AU VOLANT

Avant de prendre la route :

- ✓ Éteindre son cellulaire ou activer une application mobile qui permet de bloquer les appels et les textos. Sinon, demander à l'un des passagers de prendre les appels et de lire ou d'écrire les messages textes ou les courriels durant le trajet.
- ✓ Prendre le temps de manger, de boire ou de fumer pour éviter de le faire en conduisant.
- ✓ Programmer la radio, insérer le CD à écouter ou définir sa liste d'écoute.
- ✓ Étudier la carte et les indications routières à suivre ou programmer le GPS.
- ✓ Finir de se préparer (maquillage, rasage, etc.).
- ✓ S'assurer que les enfants à bord ont tout ce qu'il leur faut pour la durée du trajet.
- ✓ Voir à ce qu'il n'y ait pas d'objets libres sur le tableau de bord ou sur les sièges inoccupés.

LA TECHNOLOGIE, SOURCE IMPORTANTE DE DISTRACTION

L'omniprésence de la technologie dans notre quotidien fait en sorte que les sources de distraction au volant sont maintenant plus nombreuses. Pensons à la présence accrue d'appareils électroniques variés à bord des véhicules, aux écrans tactiles inclus dans les nouveaux modèles de voitures ainsi qu'à la popularité des téléphones intelligents.



**CONDUIRE EST UNE TÂCHE
COMPLEXE QUI EXIGE TOUTE
VOTRE ATTENTION.**

**ÉVITEZ LES SOURCES DE
DISTRACTION.**

Pour en savoir plus :
saaq.gouv.qc.ca/distraction

***Société de l'assurance
automobile***

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité