

# EN MOTO...

mieux vaut sauver sa peau!

Blessures graves  
au visage, au nez  
et au menton

Ecchymoses graves

Blessures  
aux épaules

Lacérations  
graves

Blessures  
au dos

Perte  
de peau  
importante

Lésions  
aux mains  
et aux doigts

Infections dues  
au contact avec  
la chaussée

Érosions  
et lésions  
de nerfs

Amputation  
d'orteils

Québec 

# EN MOTO

En tant que motocycliste ou cyclomotoriste, vous êtes vulnérable sur la route. La seule protection sur laquelle vous pouvez compter est votre équipement vestimentaire. Par conséquent, peu importe les conditions météo, vous devez toujours porter des vêtements adaptés à ce mode de transport.

Un des problèmes les plus souvent soulevés lors des accidents impliquant un motocycliste est le manque de visibilité. Optez donc pour des vêtements aux couleurs claires ou comportant des bandes réfléchissantes.

**mieux vaut sauver sa peau!**

## LES VÊTEMENTS

Choisissez vos vêtements en fonction de la protection offerte en cas de chute ou d'impact. Certains matériaux offrent une meilleure protection contre l'abrasion. De plus, il existe des vêtements qui comprennent des protecteurs intégrés ou amovibles pouvant réduire les risques de blessures.

Par ailleurs, des vêtements adaptés aux conditions météorologiques (pluie, vent, froid ou chaleur) vous permettent de conserver un niveau de confort optimal et, par conséquent, de demeurer alerte afin de maintenir vos capacités de réaction.

Finalement, vos vêtements doivent être bien ajustés et confortables.

➤ Des fabricants proposent des vêtements qui répondent aux normes européennes, telles EN 13595 (blousons et pantalons), EN 13594 (gants) et EN 13634 (chaussures). Ces normes assurent un certain degré de protection en cas d'accident.



## LE BLOUSON

➤ Plus de 55 % des motocyclistes impliqués dans un accident subissent des blessures aux bras.



Choisissez un blouson en cuir ou fait à partir d'une matière antiabrasive comme le Kevlar ou le Cordura. Évitez les autres matières synthétiques (polyester, nylon, etc.), car elles peuvent brûler la peau en cas de chute.

Pour plus de sécurité, votre blouson devrait être équipé de protections au dos, aux coudes et aux épaules. Depuis quelques années, certains fabricants offrent des vestes avec des coussins gonflables, qui sont conçues pour absorber les chocs lors d'une chute.

## LES GANTS



> Un cuir d'une épaisseur minimale de 0,9 mm offre une résistance à l'abrasion de 2,5 secondes lors d'une chute.

Si vous chutez, ce sont bien souvent vos mains qui absorbent le choc en premier. Le port de gants est donc indispensable. Assurez-vous que vos gants sont renforcés aux articulations et aux paumes et qu'ils couvrent entièrement vos mains et vos poignets. Ils doivent également être imperméables et protéger vos doigts, tout en étant assez souples pour ne pas nuire à la manipulation des commandes.

## LES CHAUSSURES



> Un cuir d'une épaisseur minimale de 2,5 mm offre une résistance à l'abrasion de 5 secondes lors d'une chute.

Privilégiez des bottes conçues spécialement pour la moto. Elles devraient être hydrofuges pour assurer un confort optimal. De plus, il est important qu'elles soient antidérapantes et qu'elles couvrent adéquatement les chevilles.



ÉQUIPEMENT  
VESTIMENTAIRE  
APPROPRIÉ

=

PROTECTION

+

VISIBILITÉ

+

CONFORT



## LE CASQUE



Le casque de moto est obligatoire. Il doit être conforme aux normes prescrites par le Règlement sur les casques protecteurs (ACNOR, DOT, ANSI, SNELL, BSI, ECE).

Le casque intégral offre la meilleure protection, puisqu'il recouvre la totalité de la tête. Par ailleurs, si votre casque n'est pas muni d'une visière, il est recommandé de porter des lunettes protectrices afin de protéger vos yeux. L'avantage de la visière est qu'elle vous protège aussi en cas d'intempéries, en plus de diminuer l'effet du vent.

**> En cas de choc, 70 % des casques mal fixés ne restent pas en place.**

**IMPORTANT : Le casque doit être parfaitement ajusté et solidement attaché par une jugulaire.**

Il est recommandé de remplacer votre casque selon les indications du fabricant. Toutefois, si votre casque a subi un impact violent, sa coquille ou son rembourrage peuvent avoir été endommagés, même si cela ne se voit pas. Dans ce cas, vous devez le remplacer.

Pour améliorer votre visibilité, choisissez un casque de couleur claire. À noter qu'une bande réfléchissante peut être apposée sur le casque. Toutefois, avant de le faire, consultez les instructions du fabricant.

## LE PANTALON

Votre pantalon devrait couvrir entièrement vos jambes et être fait d'une matière antiabrasive : cuir, Kevlar ou Cordura. Pour plus de sécurité, il peut être équipé de protecteurs.



EN TANT QUE MOTOCYCLISTE  
OU CYCLOMOTORISTE,  
**VOUS** ÊTES RESPONSABLE  
DE VOTRE SÉCURITÉ.







# EN MOTO...

**mieux vaut sauver sa peau !**

**Société de l'assurance  
automobile du Québec**

[www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)

*Société de l'assurance  
automobile*

**Québec**

