

6 questions pour tester vos connaissances...

① Une bonne santé permet de maintenir ses capacités d'attention en éveil ?

VRAI
FAUX

② Lire un texto multiplie par __ le risque d'avoir un accident.

13
18
23

③ La prise de médicaments ou d'alcool peut augmenter le champ visuel ?

VRAI
FAUX

④ Moins de 5 heures de sommeil avant un déplacement équivaut à 0,5 g d'alcool par litre de sang ?

VRAI
FAUX

⑤ Si j'utilise mon téléphone en Bluetooth, je limite le risque d'accident ?

VRAI
FAUX

⑥ À 50 km/h il faut 28m pour s'arrêter, combien faudra-t-il à 90 km/h ?

52 m
60 m
70 m

Réponses :
 (1) Vrai, des problèmes de santé peuvent altérer la capacité de conduite, signalez à votre médecin que vous conduisez ; (2) 23, il oblige le conducteur à détourner les yeux de la route pendant en moyenne 5 secondes ; (3) Faux, certains médicaments peuvent fausser votre vision, notamment l'appréciation des distances et de la vitesse ; (4) Vrai, le manque de sommeil augmente fortement le risque d'accident, de façon comparable à un conducteur en état d'ivresse (0,5g d'alcool par litre de sang) ; (5) Faux, ces appareils ont tendance à limiter l'attention des conducteurs sur la route et peuvent être à l'origine d'accidents ; (6) 70 mètres, attention les distances de freinage augmentent sur chausssée mouillée.



Travail sur la route Un risque professionnel

Le risque routier est un risque professionnel à part entière, il constitue la **première cause de décès au travail**.

- 1 accident du travail mortel sur 2.
- La vitesse est la 1^{ère} cause de mortalité routière.
- 90% des accidents sont liés à des facteurs humains.
- La consommation de substances psychoactives en dehors des heures du travail peut avoir un impact sur votre vie professionnelle.



Le CBD inhalé de façon régulière peut entraîner un test positif au dépistage de THC.

Pour aller plus loin :



Conduite et travail
Quelles démarches de prévention adopter ?



Le cannabis n'est pas inoffensif

➤ Pour plus d'informations, prenez conseil auprès de votre médecin du travail.



INFO PRÉVENTION



Le risque routier

Comment prévenir ?
Comment agir ?



DES EXPERTS PRÉVENTION
ET SANTÉ POUR VOUS
ACCOMPAGNER

Suivez-nous sur  

Retrouvez toute notre documentation sur www.preventionsantetravail35.fr

Tous droits réservés Prévention santé travail 35 | 135-EQP-PJT-25 | Juin 2025



Les mesures de prévention

Facteurs de risques



La drogue et/ou l'alcool au volant provoque(nt) **somnolence, diminution de l'attention et des réflexes**

Défaut d'entretien du véhicule



La somnolence **multiplie par 8** le risque d'accident

Les situations stressantes **multiplient les motivations non rationnelles** du conducteur



Certains médicaments **altèrent les capacités** à conduire



- Non respect du code de la route
- Vitesse excessive



Conseils de prévention

- Utiliser un carnet de suivi
- Vérifier régulièrement l'état du véhicule (phares, niveaux des liquides et pression des pneus)
- L'entretien du véhicule est de la **responsabilité de chacun**



- Partir reposé
- Faire des pauses régulières



- Préparer une feuille de route
- S'informer sur la météo, le temps de trajet



- Examiner l'emballage de vos médicaments
- Lire la notice (« conducteurs et utilisateurs de machines », « effets indésirables », etc.)



Une **conduite responsable** permet d'éviter les atteintes physiques d'autres usagers de la route ou de soi-même

