



Soyons vigilants, évitons les distractions!

Au volant, vous devez constamment être à l'affût des nombreux imprévus qui peuvent survenir sur la route. Une distraction est un élément qui détourne l'attention du conducteur et diminue sa concentration, réduisant ainsi sa vigilance et détériorant sa prise de décisions, donc sa performance.

Principales sources de distraction

Les sources de distraction sont variées. Elles peuvent venir de l'intérieur comme de l'extérieur du véhicule. L'attention du conducteur est constamment susceptible d'être détournée vers des tâches ou des activités souvent liées à notre mode de vie. La technologie est une source importante de distraction. Pensons à la présence accrue d'appareils électroniques à bord des véhicules.

Les principales sources de distraction sont :

- Utiliser un téléphone cellulaire (appel, texto, navigation web)
- Fumer, boire ou manger
- Manipuler la radio, le GPS
- Interagir avec des passagers

Malheureusement, les distractions au volant demeurent la cause de plusieurs accidents.

Interdiction

Le code de la sécurité routière interdit :

- de conduire en ayant en main un appareil muni d'une fonction téléphonique.
- de porter des écouteurs au volant.
- de conduire un véhicule routier dans lequel un téléviseur ou un écran pouvant afficher de l'information est placé de manière à ce que le conducteur puisse voir directement ou indirectement l'image transmise sur écran.

Ne pas respecter ces règles peut entraîner une amende et des points d'inaptitude sont inscrits à votre dossier de conduite lorsque vous commettez certaines infractions au code de la sécurité routière.

Quelques solutions pour réduire la distraction au volant

- Éteindre son cellulaire ou activer l'application mobile Mode conduite.
- Prendre le temps de manger, de boire ou de fumer pour éviter de le faire en conduisant.
- 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 les sièges inoccupés.

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 4 à 6 secondes, c'est comme traverser un terrain de football les yeux fermés.

Conduire est une tâche complexe qui exige toute votre attention.

Pour toute information additionnelle, consultez le www.saaq.gouv.qc.ca/distraction

Sabrina Carbonneau, sergente
Coordonnatrice locale en police communautaire
Sûreté du Québec
MRC Montcalm
Téléphone : 450-439-1911