



PRÉVENTION – SALARIÉ

PRÉVENTION DU **RISQUE ROUTIER** PROFESSIONNEL



Pour toute précision, contactez-nous au [01 49 35 82 50](tel:0149358250) ou par mail à prevention@amet.org

PRÉAMBULE

Ce livret aborde le sujet du risque routier via les déplacements professionnels des salariés :

- Trajets routiers ayant lieu dans le cadre du travail (rendez-vous, interventions, livraisons chez des clients, fournisseurs, partenaires...).
- Trajets routiers ayant lieu entre le domicile du salarié et son lieu de travail ou entre le lieu de travail et le lieu de restauration.

Ce livret aborde les moyens de locomotion suivants : piéton, vélo, trottinette électrique, deux-roues motorisé (motocycle, cyclomoteur), véhicule de tourisme et véhicule utilitaire léger.

La conduite de véhicules poids-lourds (plus de 3.5T) n'est pas abordée dans ce livret.

Ce livret s'adresse aux salariés afin de leurs donner des conseils (respect du Code de la route, utilisation du téléphone, gestion de la fatigue, consommation d'alcool, de drogues et de médicaments...) pour que leurs déplacements liés au travail se fassent avec un maximum de sécurité.

Un autre livret « Prévention du risque routier professionnel – livret employeur » s'adresse aux employeurs et aux responsables d'entreprise afin de les aider à mettre en place une politique de prévention du risque routier professionnel au sein de leurs établissements.

Table des matières

I. CONTEXTE

1.1 Sécurité routière en France

1.2 Risque routier & travail

1.2.1 Généralités

1.2.2 Risque routier Mission

1.2.3 Risque routier Trajet Domicile-Travail

II. RESPONSABILITÉS DU SALARIÉ CONDUCTEUR

2.1 Respect des consignes de l'employeur

2.2 Respect du Code de la Route, du Code des Assurances, du Code Civil et du Code Pénal

III. COMMUNICATIONS TÉLÉPHONIQUES ET CONDUITE DE VÉHICULE

3.1 Les dangers de l'utilisation du téléphone lors de la conduite

3.2 Utilisation du téléphone et Code de la Route

IV. CONDUIRE À UNE VITESSE APPROPRIÉE

4.1 Les dangers de la vitesse

4.2 Vitesse et Code de la Route

V. CONSOMMATION DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES ET DE MÉDICAMENTS

5.1 Consommation d'alcool

5.1.1 Dangers liés à la conduite

5.1.2 Consommation d'alcool et Code de la Route

5.2 Consommation d'autres drogues

5.2.1 Dangers liés à la conduite

5.2.2 Consommation de drogues et Code de la Route

5.3 Consommation de médicaments

VI. CONDUITE DE VÉHICULE « DE TOURISME » ET DE VÉHICULES UTILITAIRES LÉGERS

6.1 Respect des règles de sécurité

6.2 Aménagement du poste de conduite

6.3 Entretien du véhicule

6.4 Conduite de véhicule utilitaire léger

VII. CONDUITE DE DEUX ROUES MOTORISÉS

7.1 Respect des règles de sécurité

7.2 Entretien du deux-roues motorisé

7.3 Port d'équipements de protection

VIII. CONDUITE DE VÉLO

8.1 Respect des règles de sécurité

8.2 Équipements et entretien du vélo

8.3 Port d'équipements de protection

IX. CONDUITE DE TROTINETTE ELECTRIQUE

9.1 Respect des règles de sécurité

9.2 Équipements et entretien de la trottinette électrique

9.3 Port d'équipements de protection

X. CIRCULATION DES PIETONS

10.1 Circuler à pied en sécurité

10.2 Droit des piétons et Code de la Route

XI. CONDUITE ET ÉTAT DE SANTE

11.1 Incompatibilité de certaines pathologies avec l'activité de conduite

11.2 Conduite et vieillissement

XII. STRESS, FATIGUE ET CONDUITE DE NUIT

12.1 Stress et conduite

12.2 Etat de fatigue et conduite

12.3 Conduite de nuit

I. CONTEXTE

1.1 Sécurité routière en France

Chaque année en France, de nombreuses personnes sont victimes d'accidents de la route pouvant entraîner des dommages corporels plus ou moins importants (blessures légères ou graves, handicaps légers ou lourds, voire décès)

Les causes d'accidents sont souvent multifactorielles :



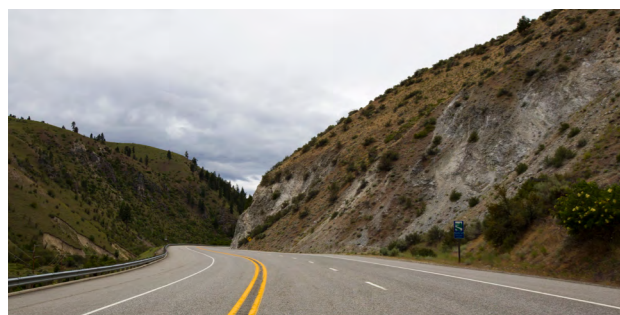
Type des véhicules impliqués et du niveau d'entretien de ceux-ci

Exemples : véhicule de tourisme avec des freins défectueux, poids-lourd avec des pneus usagés



Comportement et état de santé des conducteurs impliqués

Exemples : non-respect de la signalisation sous l'effet de médicaments, non-respect de la limitation de vitesse et fatigue



Type de la voie de circulation empruntée et état de celle-ci

Exemples : route avec nids-de-poule, rue en cours de rénovation



Conditions météorologiques

Exemples : nuit, brouillard, pluie, neige, verglas, vent

Les accidents de la route en 2022 c'était...

236 834 personnes blessées

dont **15 956** blessés graves

3 267 personnes décédées



Le nombre de personnes tuées ou blessées en France à la suite d'un accident de la route en 2022 en fonction du moyen de locomotion utilisé

Mode de déplacement	Décès en 2022	Blessés graves en 2022
Véhicules de tourisme	1 565	4 807
Deux roues motorisés	718	5 346
Piétons	488	~ 2 000
Vélos	245	628
Véhicules utilitaires légers et poids-lourds	152	Non communiqué
Autres (voitures, autocars...)	64	Non communiqué
EDPM (dont trottinette électrique)	35	604

Source : ONISR (www.onisr.securite-routiere.gouv.fr)

1.2 Risque routier & travail

1.2.1 Généralités



Chaque jour, des milliers de salariés sont amenés à se déplacer dans le cadre du travail via différents modes de transport que ce soit pour se rendre sur leur lieu de travail ou que ce soit pour aller à des rendez-vous professionnels. Ces salariés sont soumis au risque routier professionnel car ils peuvent être victimes d'un accident lors de ces déplacements.

Le Code du Travail et le Code de la Sécurité Sociale distinguent deux contextes différents d'accidents liés au travail :

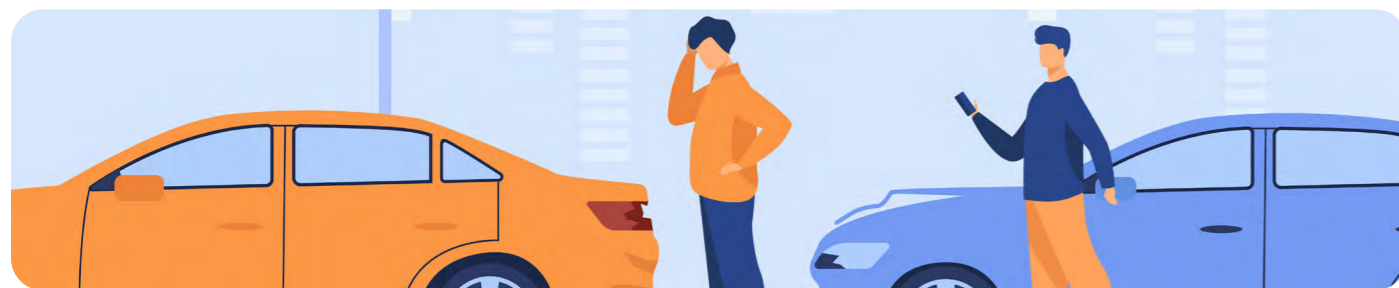
Accident de mission

Accident ayant lieu pendant un déplacement lié à l'activité professionnelle

Exemples : interventions/rendez-vous chez un client, livraisons...

Accident de trajet

Accident ayant lieu pendant le trajet du salarié entre son domicile et son lieu habituel de travail ou pendant le trajet sur le lieu de restauration lors de la pause du repas



1.2.2 Risque routier Mission

Les déplacements liés au travail comme les dépannages ou diverses prestations chez un client, livraisons, réunions extérieures etc. sont des tâches de travail qui se font pendant le temps de travail, sous la délégation et la responsabilité de l'employeur.

Un accident de la route ayant lieu pendant l'un de ces déplacements est considéré comme étant un accident du travail.

Le risque routier mission est la première cause d'accident du travail mortel en France. Les accidents routiers liés au travail représentent :

- 10 à 20 % des accidents du travail mortels par an.
- 25 % des handicapés du travail.
- Plus de 1 million de journées d'absence par an.

Bilan 2021 des Risques Routiers Missions

12 186 accidents « mission » recensés

1 080 salariés du régime Général de la Sécurité Sociale ont été blessés et/ou hospitalisés

88 salariés sont décédés à la suite d'un accident de la route lors d'un déplacement « mission »

1.2.3 Risque routier Trajet Domicile-Travail

Hors télétravail, des milliers de salariés sont amenés à se déplacer tous les jours sur leur lieu habituel de travail. Lorsqu'un accident a lieu pendant ces déplacements (domicile-travail ou vers le lieu de restauration), l'accident sera considéré comme étant un accident de trajet. Chaque année, de nombreux salariés sont blessés voire tués lors d'un accident survenant lors d'un trajet domicile-travail.

Bilan 2021 des Accidents de Trajet Domicile-Travail

42 139 accidents de trajet recensés

3 289 salariés du régime Général de la Sécurité Sociale ont été blessés et/ou hospitalisés

165 salariés sont décédés à la suite d'un accident de la route lors d'un trajet domicile-travail

II. RESPONSABILITÉS DU SALARIÉ CONDUCTEUR

2.1 Respect des consignes de l'employeur

Tout salarié est censé respecter les consignes de sécurité mises en place par l'entreprise destinées à protéger la santé physique et mentale des salariés.

Article L4122-1 du Code du Travail

« Conformément aux instructions qui lui sont données par l'employeur, dans les conditions prévues au règlement intérieur pour les entreprises tenues d'en élaborer un, il incombe à chaque travailleur de prendre soin, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail. »

Par conséquent, tout salarié doit respecter les consignes liées au risque routier mises en place par l'entreprise : organisation des déplacements, suivi de l'état des véhicules, respect du Code de la Route...

2.2 Respect du Code de la Route, du Code des Assurances, du Code Civil et du Code Pénal

Tout conducteur est dans l'obligation de respecter les règles de conduite imposées par le Code de la Route. **Conduire pour le travail ne dédouane pas le salarié des infractions qu'il aurait commises lors d'un déplacement professionnel.**

Article L121-1 du Code de la Route

« Le conducteur d'un véhicule est responsable pénalement des infractions commises par lui dans la conduite dudit véhicule. »

Que ce soit dans le cadre d'un déplacement professionnel ou que ce soit dans le cadre d'un déplacement privé, la responsabilité civile et/ou pénale du salarié peut être engagée s'il est impliqué dans un accident de la route.

Article L121-1 du Code de la Route

« Chacun est responsable du dommage qu'il a causé non seulement par son fait, mais encore par sa négligence ou par son imprudence. »

La conduite d'un véhicule est soumise à une obligation d'assurance automobile. En cas de défaut d'assurance, la loi prévoit une amende pouvant atteindre 3 750 €, une suspension du permis de conduire pouvant aller jusqu'à 3 ans et un retrait de 6 points sur le permis de conduire.

III. COMMUNICATIONS TÉLÉPHONIQUES ET CONDUITE DE VÉHICULE

3.1 Les dangers de l'utilisation du téléphone lors de la conduite

Utiliser un téléphone pendant l'activité de conduite est une source de distraction, car le téléphone (conversation téléphonique ou envoi/réception de message) réduit considérablement l'attention du conducteur sur l'environnement qui l'entoure et sur les éventuels dangers de la route.

L'utilisation du téléphone lors de la conduite provoque pour le conducteur :

- Une augmentation du temps de réaction et de freinage
- Une réduction de la distance de sécurité avec les autres véhicules
- Une difficulté à maintenir le véhicule dans la voie de circulation : zigzags
- Une difficulté à maintenir une vitesse adaptée : ralentissements ou accélérations involontaires
- Une réduction du champ de vision

1 accident de la route sur 10 est associé à l'usage du téléphone pendant la conduite

Téléphoner en conduisant multiplie par 3 le risque d'accident

Écrire ou lire un SMS en conduisant multiplie par 23 le risque d'accident

Afin de conduire avec un maximum de sécurité, il est conseillé de :

- Mettre le téléphone sur répondeur ou utiliser une application « Mode conduite » lors de la conduite
- S'aménager un temps hors conduite pour pouvoir téléphoner
- Se stationner sur un lieu sécurisé et mettre le véhicule à l'arrêt pour pouvoir téléphoner



Même si l'utilisation du kit Bluetooth intégré dans le véhicule est tolérée durant la conduite par le Code de la Route, il est tout de même recommandé de téléphoner à l'arrêt.

3.2 Utilisation du téléphone et Code de la Route

L'utilisation d'un téléphone portable tenu en main ou le port à l'oreille d'un dispositif d'écoute (oreillette, casque, écouteur) sont interdits par le Code de la Route.

En cas de non-respect, le conducteur peut être sanctionné par

- Une amende forfaitaire de 135 €
- Un retrait de 3 points sur le permis de conduire

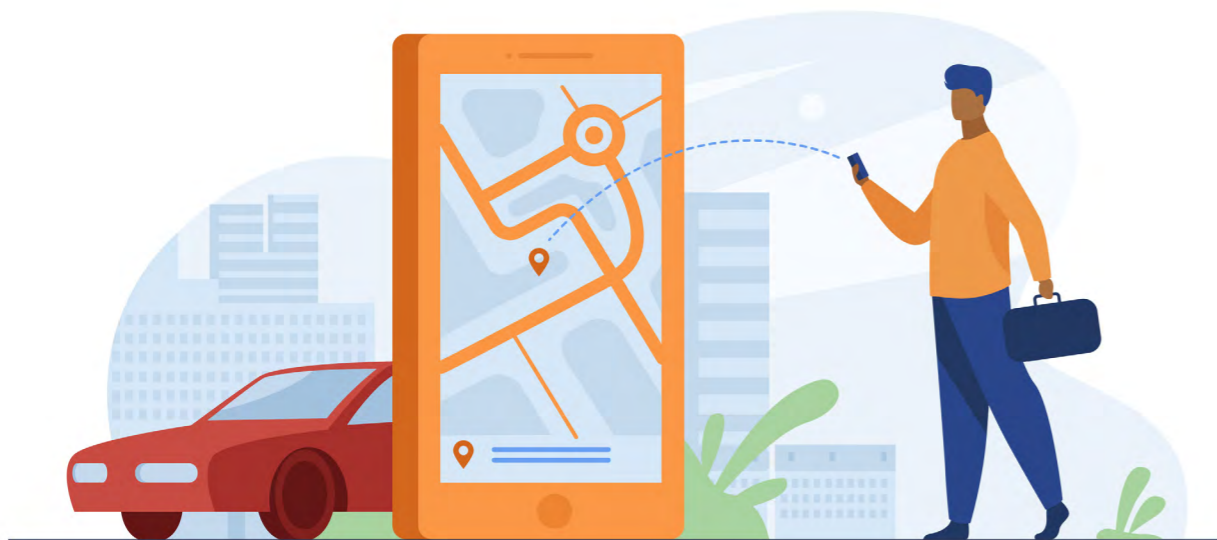
Si le conducteur commet une autre infraction au Code de la Route en plus de l'utilisation du téléphone au volant, la sanction peut être aggravée par une rétention du permis de conduire.

De plus, la présence dans le champ visuel du conducteur d'un écran électronique en fonctionnement (hors dispositifs d'aide à la conduite ou à la navigation) est interdit.

En cas de non-respect, le conducteur peut être sanctionné par

- Une amende pouvant aller jusqu'à 1 500 euros
- Un retrait de 3 points du permis de conduire

Seule l'utilisation du kit Bluetooth intégré dans le véhicule est autorisée lors de la conduite. De même, les personnes malentendantes sont autorisées à porter leurs prothèses auditives lors de la conduite.



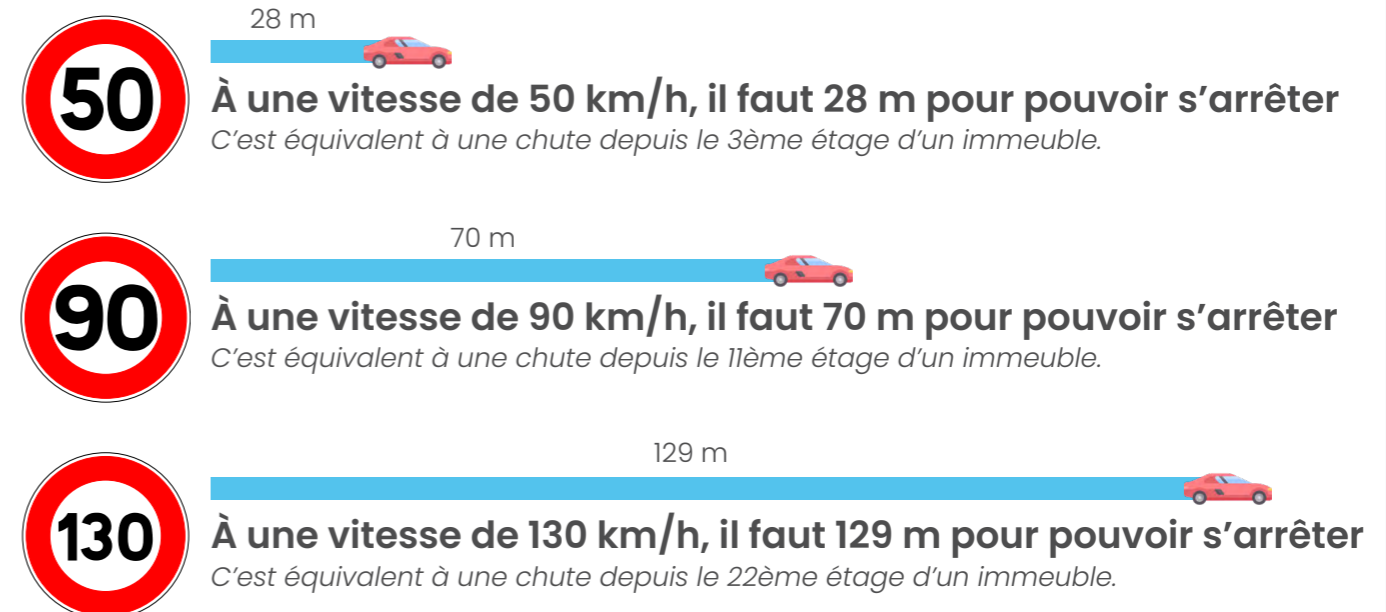
IV. CONDUIRE À UNE VITESSE APPROPRIÉE

4.1 Les dangers de la vitesse

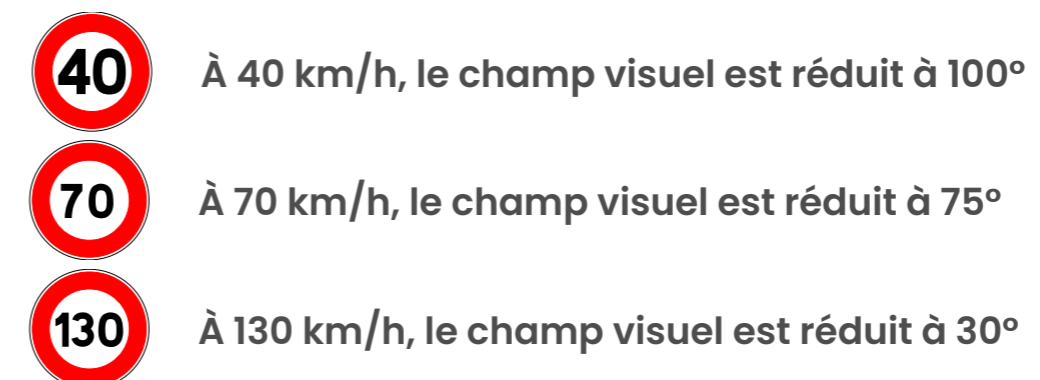
La conduite à une vitesse inappropriée est l'une des premières causes d'accident de la route. **Une vitesse excessive est à la fois un facteur déclenchant un accident et un facteur aggravant pour les dommages causés aux victimes de l'accident.**

Il est donc important de respecter les limites de vitesse imposées par le Code de la Route et d'adapter sa vitesse en fonction des conditions de circulation : densité du trafic routier, météo, nuit, configuration de la route...

La vitesse du véhicule a un impact sur la distance de freinage en cas d'urgence et la violence du choc au moment de l'accident.



Il est donc non seulement nécessaire de respecter les vitesses autorisées, mais également indispensable de garder une distance raisonnable avec le véhicule circulant devant soi.



4.2 Vitesse et Code de la Route

Lorsqu'un excès de vitesse est relevé par les forces de l'ordre ou par un radar automatique, le conducteur impliqué est susceptible de subir des sanctions prévues par le Code de la Route.

En fonction de la différence entre la vitesse relevée du véhicule et la vitesse autorisée sur l'axe routier emprunté, les sanctions subies par le conducteur peuvent être une perte d'un ou plusieurs points sur le permis de conduire et une amende. **En fonction de la gravité du délit, les sanctions peuvent aller jusqu'à un retrait du permis de conduire, jusqu'à la confiscation du véhicule voire jusqu'à une peine de prison.**

Infraction	Amende forfaitaire	Suspension de points	Retrait du permis	Stage de conduite	Confiscation du véhicule	Peine de prison
< 20 km/h	68 €	1 point	Non	Non	Non	Non
< 20 km/h si vitesse autorisée ≤ 50 km/h	135 €	1 point	Non	Non	Non	Non
Entre 20 km/h et 30 km/h	135 €	2 points	Non	Non	Non	Non
Entre 30 km/h et 40 km/h	135 €	3 points	3 ans	Oui	Non	Non
Entre 40 km/h et 50 km/h	135 €	4 points	3 ans	Oui	Non	Non
≥ 50 km/h	1 500 €	6 points	3 ans	Oui	Oui	Non
≥ 50 km/h + récidive	3 750 €	6 points	3 ans	Oui	Oui	3 mois

Source : Sécurité routière (www.securite-routiere.gouv.fr)



V. CONSOMMATION DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES ET DE MÉDICAMENTS

5.1 Consommation d'alcool

5.1.1 Dangers liés à la conduite

La consommation d'alcool est une des principales causes d'accident de la route.

34% des accidents mortels sur la route sont liés à une consommation d'alcool par l'un des conducteurs impliqués.

La consommation d'alcool a des effets néfastes sur le comportement du conducteur au volant :

- 1 Troubles visuels** : mauvaise estimation du relief, de la profondeur et des distances, rétrécissement du champ visuel.
- 2 Troubles du comportement** : euphorie, désinhibition, agressivité.
- 3 Sous-estimation des risques** : excès de vitesse, non-respect de la signalisation, sous-estimation de la fatigue.

Plus le conducteur a consommé d'alcool, plus les effets de l'alcool sont néfastes et plus le risque d'accident est important.

Le taux d'alcoolémie d'une personne est lié essentiellement à la quantité d'alcool ingérée. On considère qu'un verre d'alcool contient 10g d'alcool pur. La quantité d'alcool étant différente en fonction du type d'alcool, le schéma suivant présente l'équivalence de dose en fonction de la famille d'alcool consommé.

1 verre d'alcool = 10g d'alcool pur =



25cl de bière



2,5cl de pastis



12cl de champagne



3cl de whisky



12cl de vin



3cl de digestif

Le taux d'alcoolémie d'une personne est également lié à d'autres paramètres tels que le sexe de la personne et son poids, comme l'indique le tableau suivant

	Femme					Homme				
	1 verre	2 verres	3 verres	4 verres	5 verres	1 verre	2 verres	3 verres	4 verres	5 verres
50 kg	0,2 g/L	0,5g/L	0,7g/L	0,9g/L	1,2/L	0,2g/L	0,4g/L	0,6g/L	0,8g/L	1,0g/L
60 kg	0,2g/L	0,4g/L	0,6g/L	0,8g/L	1,0g/L	0,1g/L	0,3g/L	0,5g/L	0,6g/L	0,8g/L
70 kg	0,1g/L	0,3g/L	0,5g/L	0,7g/L	0,9g/L	0,1g/L	0,3g/L	0,5g/L	0,6g/L	0,8g/L
80 kg	0,1g/L	0,3g/L	0,5g/L	0,7g/L	0,8g/L	0,1g/L	0,3g/L	0,4g/L	0,5g/L	0,7g/L
90 kg						0,1g/L	0,2g/L	0,4g/L	0,5g/L	0,6g/L

Source : Sécurité routière (www.securite-routiere.gouv.fr)

5.1.2 Consommation d'alcool et Code de la Route

Le Code de la Route légifère le taux d'alcoolémie maximal autorisé lors de la conduite d'un véhicule sur la voie publique.

Pour les permis classiques

0,5 g/L dans le sang ou à 0,25 mg/L dans l'air expiré

Pour les permis probatoires et les conducteurs de véhicules de transport de personnes (autocar, autobus...)

0,2 g/L dans le sang ou à 0,1 mg/L dans l'air expiré

Les forces de l'ordre sont autorisées à procéder à des contrôles d'alcoolémie auprès des conducteurs. **En fonction du taux d'alcoolémie mesuré, les sanctions subies par le conducteur sont les suivantes :**

Infraction	Amende forfaitaire	Suspension de points	Retrait du permis	Stage de conduite
Entre 0,5 g/L et 0,8 g/L dans le sang	135 €	6 points	3 ans	Non
Supérieur à 0,8 g/L dans le sang	4 500 €	6 points	3 ans	Oui

Source : Sécurité routière (www.securite-routiere.gouv.fr)

5.2 Consommation d'autres drogues

5.2.1 Dangers liés à la conduite

De même que l'alcool, la consommation de drogues tels que le cannabis, l'ecstasy ou la cocaïne a des effets néfastes au niveau de la santé et au niveau des capacités de conduite du consommateur.

- La **consommation de cannabis** a pour effets d'altérer la vision et l'audition, de diminuer les capacités de coordination et d'augmenter le temps de réaction.
- La **consommation d'ecstasy ou de cocaïne** a pour effets de créer un sentiment d'euphorie et d'excitation pouvant masquer la fatigue. Ces drogues peuvent également donner au conducteur un sentiment de bien-être et de toute puissance pouvant le pousser à prendre des risques.

La consommation de drogues augmente donc considérablement le risque d'accident pour le conducteur. **La consommation cumulée d'alcool et de cannabis multiplie par 15 le risque d'accident.**

5.2.2 Consommation de drogues et Code de la Route

La loi interdit toute détention et toute consommation de stupéfiants quel que soit le type. Le Code de la Route légifère également la consommation de stupéfiants lors de la conduite d'un véhicule sur la voie publique. Il est prévu les sanctions suivantes quelle que soit la quantité ou le type de stupéfiant consommé :

- **Jusqu'à 4 500 € d'amende**
- **Retrait de 6 points sur le permis de conduire**
- **Jusqu'à 3 ans de suspension du permis**
- **Jusqu'à 2 ans de peine de prison**




En cas de conduite sous l'influence de stupéfiants et d'alcool (taux supérieur à 0,5 g/L dans le sang), le Code de la Route prévoit également les sanctions suivantes :

- **Jusqu'à 9 000 € d'amende**
- **Retrait de 6 points sur le permis de conduire**
- **Jusqu'à 3 ans de suspension du permis**
- **Obligation de suivre un stage de sensibilisation à la sécurité routière**
- **Jusqu'à 3 ans de peine de prison**

5.3 Consommation de médicaments

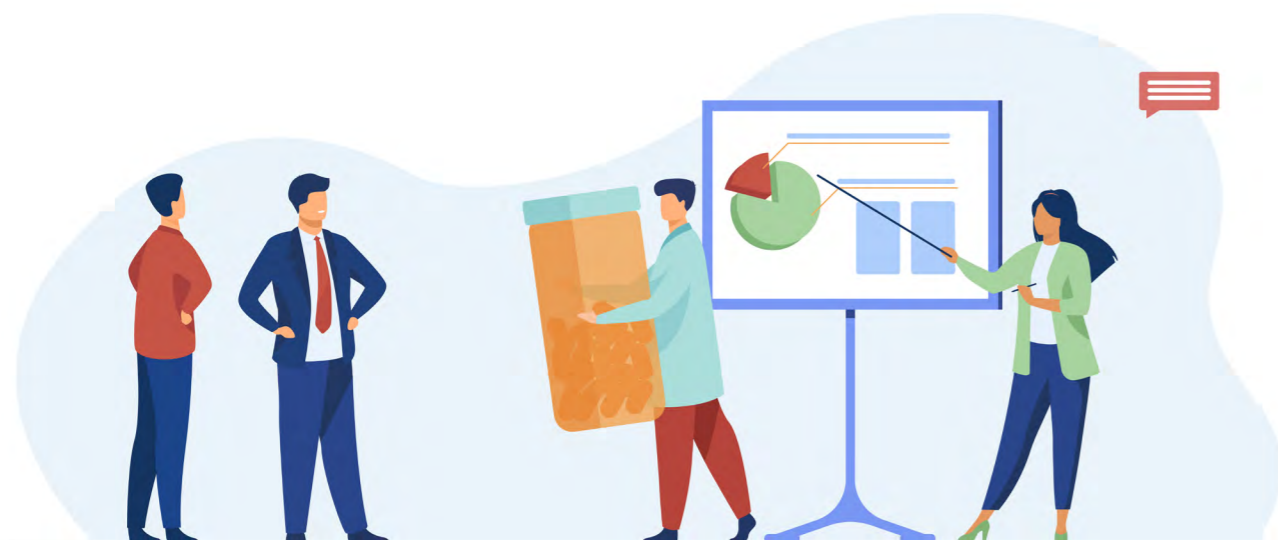
De nombreuses personnes sont amenées à prendre des médicaments de manière ponctuelle ou permanente lors d'un traitement médical.

Certains médicaments peuvent présenter des effets indésirables pour la conduite :

-  Troubles de la vigilance
-  Somnolences
-  Vertiges

La consommation de certains médicaments peut donc altérer les capacités de conduite. Les médicaments concernés disposent d'un pictogramme sur l'emballage mentionnant les notions de danger liées à la conduite.

Il est donc important de bien lire la notice du médicament avant la prise de celui-ci et avant de conduire. En cas de doute, il est préférable de se rapprocher de son médecin traitant ou de son pharmacien.



VI. CONDUITE DE VÉHICULE « DE TOURISME » ET DE VÉHICULES UTILITAIRES LÉGERS

6.1 Respect des règles de sécurité

En 2022, le bilan était de...

1 565 personnes sont décédées 4 807 personnes ont été gravement blessées

Afin de circuler avec un maximum de sécurité, il est important de respecter les règles dictées par le Code de la Route.

En cas de non-respect des règles de sécurité, le Code de la Route prévoit les sanctions suivantes :

Infraction	Amende forfaitaire	Suspension de points	Retrait du permis
Défaut de port de la ceinture de sécurité	135 € (par personne)	3 points	/
Changement de direction sans avertissement préalable	35 €	3 points	3 ans
Chevauchement de ligne continue	135 €	1 point	3 ans
Circulation à gauche sur chaussée à double sens ; Dépassement dangereux ; Franchissement de ligne continue	135 €	3 points	3 ans
Non-respect des distances de sécurité entre deux véhicules	135 €	3 points	3 ans
Circulation sur bande d'arrêt d'urgence	135 €	3 points	3 ans
Arrêt ou stationnement dangereux	135 €	3 points	3 ans
Non-respect de l'arrêt au feu rouge, au stop ou au cédez le passage ; Refus de priorité	135 €	4 points	3 ans
Circulation en sens interdit	135 €	4 points	3 ans
Circulation de nuit ou par visibilité insuffisante sans éclairage	135 €	4 points	3 ans

Source : Sécurité routière (www.securite-routiere.gouv.fr)



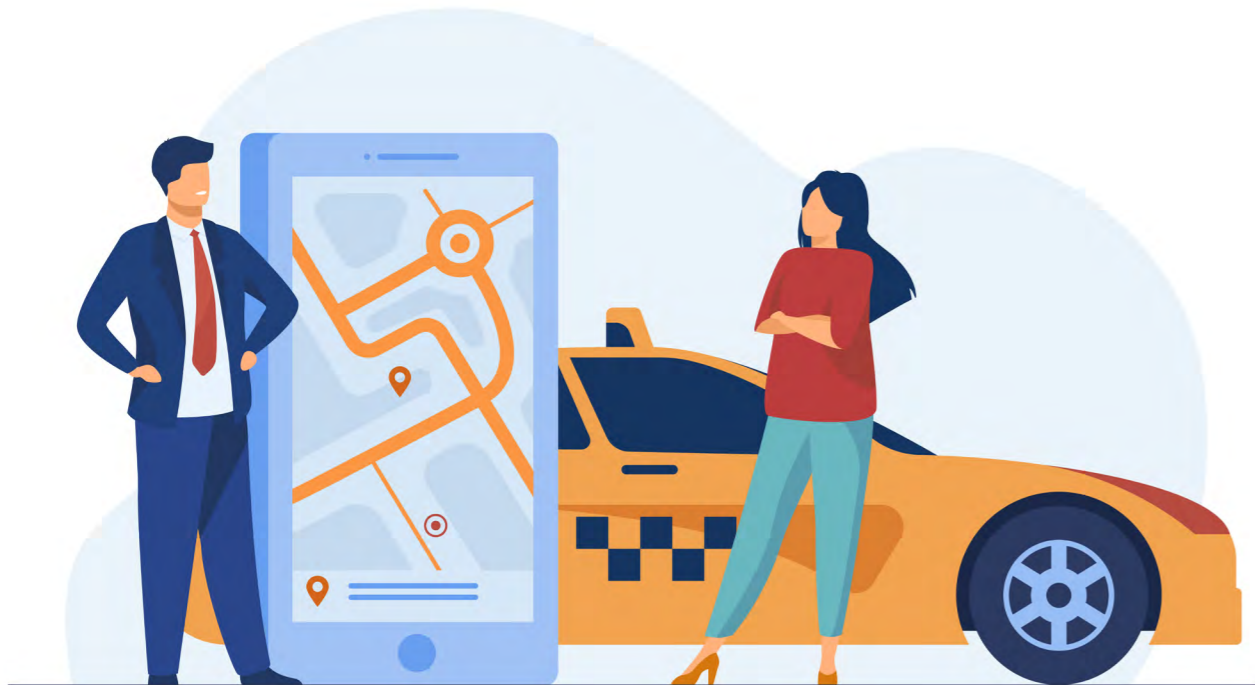
Pour conduire un véhicule de tourisme, le conducteur doit être titulaire d'un permis B.

En cas de conduite sans permis de conduire, le contrevenant s'expose à une peine d'un an d'emprisonnement et à une amende de 15 000 €.

Conduire un véhicule malgré un retrait du permis expose le contrevenant aux sanctions suivantes : jusqu'à 4 500 € d'amende, une peine de deux années d'emprisonnement, une perte supplémentaire de 6 points, une suspension ou l'interdiction de passer son permis pendant 3 ans.

⚠ ATTENTION

En cas d'accident de la route, le fait de conduire sans un permis valide peut présenter des circonstances aggravantes en cas de poursuites au civil et/ou au pénal. De plus, l'assurance automobile ne prendra pas en charge les éventuels dommages.



6.2 Aménagement du poste de conduite

Avant de conduire, il est important d'aménager et de régler le poste de conduite afin d'avoir un maximum de confort (limitation des contraintes postures et de la fatigue) et afin de conduire avec un maximum de sécurité (pouvoir voir rapidement les dangers arriver et pouvoir réagir efficacement). Avant de prendre le volant, il est indispensable de prendre les réflexes suivants :



INCLINAISON DU DOSSIER

Les épaules doivent être collées au dossier

TENUE DU VOLANT DIRECTIONNEL

Les poignets au niveau du haut du volant à 10h10



RÉGLAGE DE LA HAUTEUR DU SIÈGE

Réglage au plus haut possible avec un espace suffisant entre la tête et le plafond

POSITIONNEMENT DES PIEDS

Les pédales doivent tomber sous la base des orteils sans trop avancer les pieds



ESPACEMENT DES JAMBES

Un espace de 5 cm doit être présent entre le pli du genou et l'avant du siège lorsque vous êtes au fond du dossier

HAUTEUR DE L'APPUI TÊTE

Le haut de l'appui tête et le dessus du crâne doivent être au même niveau












AJUSTEMENT DES RÉTROVISEURS

La visualisation des rétroviseurs ne doit pas entraîner de flexions du cou ou du dos

6.3 Entretien du véhicule

L'entretien du véhicule doit être régulier pour éviter les pannes et les accidents :

-  Contrôler l'état, l'usure et la pression des pneus (dont la roue de secours)
La pression conseillée des pneus est généralement indiquée sur la portière avant côté conducteur
-  Vérifier et nettoyer les feux et les phares afin de voir et d'être vu correctement
-  Vérifier le niveau d'huile moteur
-  Contrôler les niveaux des liquides de refroidissement et de freins au moins une fois par trimestre
-  Contrôler l'état des freins
-  Vérifier les niveaux de liquide lave-glace des vitres avant et arrière
-  Vérifier l'état des balais d'essuie-glace avant et arrière
-  Laver les rétroviseurs et les vitres afin d'assurer une bonne visibilité lors de la conduite
-  Vérifier l'état des ceintures de sécurité, sièges, klaxon...
-  Vérifier la présence de gilets réfléchissants, du triangle de pré-signalisation, d'une roue de secours ou du kit de gonflage



Selon les modèles, les constructeurs automobiles prévoient des intervalles d'entretien en fonction du kilométrage ou de l'ancienneté du véhicule. Il est préférable de faire appel à un professionnel pour l'entretien du véhicule.

En cas de contrôle, les forces de l'ordre peuvent donner les sanctions suivantes :

- **Absence de gilet réfléchissant et/ou de triangle de pré-signalisation** : amende forfaitaire de 38 €
- **Défaut du dispositif d'éclairage** : amende forfaitaire de 68 €
- **Défaut des freins** : amende forfaitaire de 68 €
- **Défauts de visibilité sur le pare-brise et les vitres latérales (bris de glace important, absence de balai d'essuie-glace, transparence insuffisante...)** : amende forfaitaire de 68 €
- **Absence de roue de secours** : amende forfaitaire de 135 €

À SAVOIR

Chaque véhicule doit passer obligatoirement un contrôle technique tous les deux ans à partir de la quatrième année d'ancienneté. En cas de non-respect, le Code de la Route prévoit une amende forfaitaire de 135 € et une immobilisation du véhicule.

6.4 Conduite de véhicule utilitaire léger

Les mêmes règles que celles concernant les véhicules de tourisme s'appliquent aux véhicules utilitaires légers (de moins de 3.5T) : respect du Code de la Route, aménagement du poste de conduite, et entretien.

Cependant, il est nécessaire de porter une attention particulière aux éventuelles charges qui peuvent être transportées à l'arrière du véhicule :

- Respect du PTAC (Poids Total Autorisé en Charge) du véhicule : poids à vide + poids de l'aménagement intérieur + outils + occupants + charge utile
- Vérification de la pression des pneus
- Organisation du chargement :
 - Placement des charges ou colis dans l'ordre de livraison
 - Placement des charges lourdes en bas et/ou au fond de l'espace de chargement
 - Répartition du poids sur les côtés afin de ne pas déséquilibrer le véhicule
 - Arrimage des charges afin de limiter les chocs en provenance de l'arrière en cas d'accident

Le Code de la Route prévoit une sanction en cas de non-respect du PTAC

Amende de 135 € par tranche de 500 kg de surcharge.

VII. CONDUITE DE DEUX ROUES MOTORISÉS

7.1 Respect des règles de sécurité

En 2022, le bilan était de...

718 personnes sont décédées 5 346 personnes ont été gravement blessées

Afin de circuler en deux-roues motorisés avec un maximum de sécurité, il est important de respecter un certain nombre de règles :

- Ne pas dépasser à l'approche d'une intersection
- Ne pas dépasser par la droite
- Ne pas se positionner dans l'angle mort d'un véhicule
- Respecter les règles « interfiles » ; possibilité de circuler entre les deux files les plus à gauche sur les grands axes routiers lors de bouchons ; vitesse limitée à 50 km/h ; différentiel de vitesse entre les véhicules et les motos inférieur à 30km/h
- Augmenter sa vigilance en cas d'intempéries



En fonction du type du deux-roues utilisé (taille de la cylindrée), le conducteur devra être titulaire d'un permis A, A1, A2 ou AM

Dans tous les cas de figure, le conducteur est dans l'obligation de respecter le Code de la Route au même titre que les titulaires du permis B pour la conduite de véhicules de tourisme. D'ailleurs, les sanctions prévues par le Code de la Route (amendes, perte de points...) en cas d'infractions sont les mêmes.



7.2 Entretien du deux-roues motorisé

L'entretien du deux-roues motorisé doit être régulier pour éviter les pannes et les accidents.



Contrôler l'état, l'usure et la pression des pneus



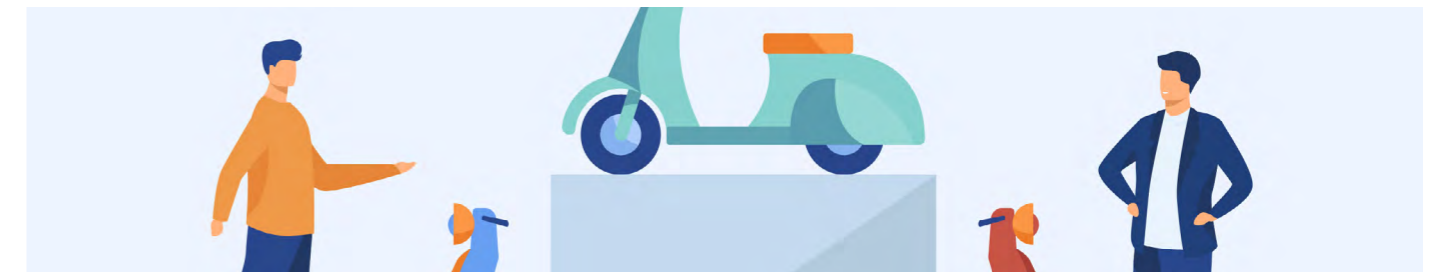
Vérifier et nettoyer les feux et les phares afin de voir et d'être vu correctement



Vérifier le niveau d'huile et du liquide de freins



Contrôler l'état des freins



Il est important de faire appel régulièrement à un professionnel pour le suivi et l'entretien du véhicule.

En cas de contrôle, les forces de l'ordre peuvent donner les sanctions suivantes :

- **Défaut du dispositif d'éclairage** : amende forfaitaire de 68 €
- **Défaut des freins** : amende forfaitaire de 68 €
- **Présence de pneus usés** : amende forfaitaire de 135 €
- **Circulation sur la voie publique avec un deux-roues avec un moteur débridé** : amende forfaitaire de 135 €.
- **Présence d'un pot d'échappement non-homologué** : amende forfaitaire de 68 €

À SAVOIR

À partir d'avril 2024, les deux-roues motorisés devront passer obligatoirement un contrôle technique tous les trois ans à partir de la cinquième année d'ancienneté.

En cas de non-respect, le Code de la Route prévoira une amende forfaitaire de 135 € et une immobilisation du véhicule.

7.3 Port d'équipements de protection

Le Code de la Route impose aux motards uniquement de porter un casque intégral homologué (norme ECE 22-05) ainsi que des gants homologués (norme EN 13594) protégeant les mains et les poignets.

En cas de non-respect de ces obligations, le Code de la Route prévoit les sanctions suivantes :

- **Défaut du port du casque** : amende forfaitaire de 135 € et retrait de 3 points du permis
- **Défaut du port de gants** : amende forfaitaire de 68 € et retrait de 1 point du permis

Même s'ils ne sont pas obligatoires, il est fortement conseillé de porter :

- Un blouson renforcé au niveau du dos, des coudes et des épaules
- Un airbag moto : absorption des chocs au niveau du thorax, de l'abdomen et de la colonne vertébrale
- Un pantalon en matériaux composites ou en cuir avec protections incorporées
- Des chaussures montantes ou bottes
- Des vêtements réfléchissants

À SAVOIR

Il est conseillé de vérifier régulièrement l'état des équipements de protection (casque, gants, blouson et pantalon renforcés, airbag moto...) et de les changer après un accident quel que soit la gravité afin que la protection de ces équipements soit suffisamment efficace en cas de nouveau choc.

Le Code de la Route impose également la présence d'un gilet rétroréfléchissant dans le top-case du deux-roues à porter par le conducteur en cas d'immobilisation du véhicule près de la chaussée (panne).

VIII. CONDUITE DE VÉLO

8.1 Respect des règles de sécurité

En 2022, le bilan était de...

245 personnes sont décédées 628 personnes ont été gravement blessées

Afin de circuler à vélo avec un maximum de sécurité, il est important de respecter un certain nombre de règles :

- Ne pas dépasser par la droite
- Ne pas se positionner dans l'angle mort d'un véhicule
- Utiliser autant que possible les voies vélos
- Ne pas emprunter les trottoirs.
- Ne pas porter de casque audio ou d'oreillette
- Vérifier régulièrement la pression des pneus
- Porter un casque de protection et un gilet réfléchissant
- Indiquer les changements de direction en tendant le bras

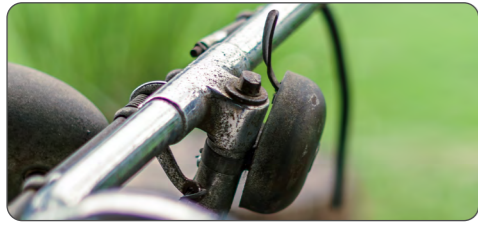
Même si conduire un vélo ne nécessite pas l'obtention préalable d'un permis spécifique, **tout cycliste est dans l'obligation de respecter les règles dictées par le Code de la Route.**

Le non-respect du Code de la Route expose les cyclistes à certaines amendes pouvant être données par les forces de l'ordre :

- **Non-respect de l'arrêt au feu orange** : amende forfaitaire de 35 €
- **Changement de direction sans avertissement préalable** : amende forfaitaire de 35 €
- **Port de casque audio ou d'oreillette ou téléphone tenu dans la main** : amende forfaitaire de 135 €
- **Circulation sur le trottoir en agglomération** : amende forfaitaire de 135 €
- **Non-respect de l'arrêt au feu rouge ou à un stop** : amende forfaitaire de 135 €
- **Remontée de files par la droite** : amende forfaitaire de 135 €

8.2 Équipements et entretien du vélo

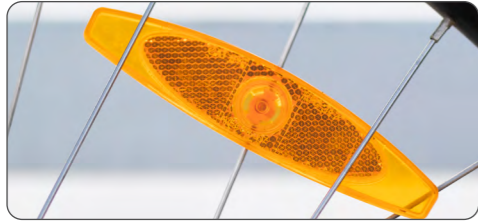
Les équipements obligatoirement présents sur un vélo



Avertisseur sonore



Éclairage avant et arrière







Catadioptrés arrière et latéraux



Freins avant et arrière

Il est également conseillé de mettre également les équipements suivants (même s'ils ne sont pas obligatoires) sur le vélo : rétroviseurs, garde-boue, porte-bagages, pneus à bandes latérales rétroréfléchissantes, écarteur de danger, carter de chaîne, béquille.

L'entretien du vélo doit être régulier pour éviter les accidents :

-  Contrôler l'état, l'usure et la pression des pneus
-  Vérifier l'éclairage afin de voir et être vu correctement
-  Contrôler l'état des freins et de l'avertisseur sonore
-  Porter et vérifier l'état du casque vélo

Un défaut d'entretien ou l'absence d'équipements obligatoires expose le cycliste à des amendes pouvant être données par les forces de l'ordre

- **Défaut d'éclairage** : amende forfaitaire de 11 €
- **Absence d'avertisseur sonore** : amende forfaitaire de 11 €
- **Défaut de freinage** : amende forfaitaire de 68 €

8.3 Port d'équipements de protection

Le Code de la Route n'impose pas aux cyclistes de porter des équipements de protection individuels.

Même s'il n'est pas obligatoire, il est fortement conseillé aux cyclistes de plus de 12 ans de porter un casque vélo adapté (à la bonne taille et attaché via une sangle) pour les protéger contre d'éventuels chocs à la tête.

Cependant, **le port du casque est uniquement obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans.**



De même, le Code de la Route demande uniquement aux cyclistes de porter des vêtements rétroréfléchissants lors de conditions de conduite à faible visibilité (nuit, brouillard) afin qu'ils puissent être vus rapidement par les autres usagers de la route.



À la suite d'un choc, il est conseillé de vérifier l'état du casque et de le changer si nécessaire afin que la protection de celui-ci soit suffisamment efficace en cas de nouveau choc.

IX. CONDUITE DE TROTINETTE ELECTRIQUE

9.1 Respect des règles de sécurité

En 2022, le bilan était de...

35 personnes sont décédées

604 personnes ont été gravement blessées

La conduite de la trottinette est destinée à un usage uniquement individuel. Il est interdit de transporter une tierce personne.

- Depuis le 1er septembre 2023, l'usage de la trottinette électrique sur la voie publique est interdit aux enfants de moins de 14 ans.
- De plus, la souscription d'une assurance responsabilité civile est obligatoire pour les utilisateurs de trottinette électrique afin de couvrir les éventuels dommages infligés à un tiers à la suite d'un accident.
- La conduite d'une trottinette électrique est autorisée uniquement sur les pistes cyclables et sur les voies de circulation où la vitesse maximale autorisée est de 50 km/h.
- Même si conduire une trottinette électrique ne nécessite pas l'obtention préalable d'un permis spécifique, tout trottinettiste est dans l'obligation de respecter les règles dictées par le Code de la Route. Le non-respect du Code de la Route expose les trottinettistes aux mêmes sanctions que les cyclistes.

Certaines spécificités supplémentaires concernent les conducteurs de trottinettes :

- **Transport d'un passager** : amende forfaitaire de 35 €
- **Circulation sur une voie dont la vitesse autorisée est supérieure à 50 km/h** : amende forfaitaire de 135 €
- **Absence d'assurance responsabilité civile** : amende forfaitaire de 3 750 €



9.2 Équipements et entretien de la trottinette électrique

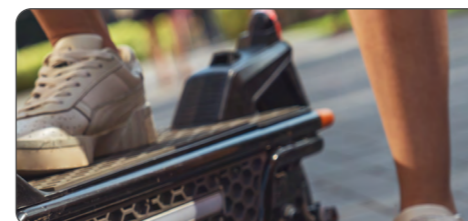
Les équipements obligatoirement présents sur une trottinette sont les mêmes que sur un vélo



Avertisseur sonore



Éclairage avant et arrière



Catadioptrès arrière et latéraux



Freins avant et arrière



Sur la voie publique, le moteur de la trottinette électrique doit être bridé à 25 km/h.

L'entretien la trottinette doit également être régulier pour éviter les accidents :



Contrôler l'état, l'usure et la pression des pneus



Vérifier l'éclairage afin de voir et être vu correctement



Contrôler l'état des freins et de l'avertisseur sonore



Porter et vérifier l'état du casque

Un défaut d'entretien ou l'absence d'éclairage, de freinage et d'avertisseur sonore expose le trottinettiste à des amendes forfaitaires allant de 11 à 68 €.

De plus, les sanctions suivantes peuvent s'ajouter :

- **Conduite sur la voie publique d'une trottinette dont le moteur a été débridé** : amende forfaitaire de 135 €
- **Conduite sur la voie publique d'une trottinette dont la vitesse maximale par construction est supérieure à 25 km/h** : amende forfaitaire de 1 500 €

9.3 Port d'équipements de protection

Le Code de la Route n'impose pas aux trottinettistes de porter des équipements de protection individuels.

Cependant, le Code de la Route demande uniquement aux trottinettistes de porter des vêtements rétro réfléchissants lors de conditions de conduite à faible visibilité (nuit, brouillard) afin qu'ils puissent être vus rapidement par les autres usagers de la route.

Même s'ils ne sont pas obligatoires, il est fortement conseillé aux trottinettistes de porter :

- un casque adapté
- des gants de protection
- des genouillères
- des coudières

Même à 25 km/h la violence du choc peut être très importante.

X. CIRCULATION DES PIETONS

10.1 Circuler à pied en sécurité

En 2022, le bilan était de...

488 piétons sont décédés

2000 piétons ont été gravement blessés

La majorité de ces accidents mortels a eu lieu sur la chaussée à moins de 50 m d'un passage piéton ou sur un passage piétons.

Afin de circuler à pied avec un maximum de sécurité, il est nécessaire de circuler sur les trottoirs et sur les accotements s'ils sont praticables. Si la chaussée ne dispose pas de trottoir, il est conseillé de circuler sur le côté gauche de la voie afin de voir les véhicules venant en face.

Lors d'une circulation à pied sur une voie hors-agglomération ou sur une voie mal éclairée, il est conseillé de porter un gilet rétro réfléchissant afin d'être visible par les autres usagers de la route.

Lors de la traversée d'une voie, il faut toujours privilégier l'utilisation d'un passage piétons (prévu à cet effet), même s'il se situe à plus de 50 m afin de limiter le risque d'accident. S'il n'existe pas de passages piétons à proximité, il est nécessaire d'être encore plus vigilant lors de la traversée et ne jamais traverser la voie en diagonale.

Avant de traverser, il est indispensable de vérifier les indications affichées par les feux de signalisation piétons et/ou véhicules (s'ils existent), de vérifier la visibilité et la distance/vitesse des véhicules arrivant.

Lors de la traversée d'une voie où des véhicules sont à l'arrêt (bus déposant des passagers à un arrêt bus, bouchons...), il faut toujours vérifier l'absence de véhicules en approche et s'assurer d'être visible par les autres usagers de la route.

10.2 Droit des piétons et Code de la Route

Le Code de la Route privilégie toujours les piétons par rapport aux autres modes de déplacement. Cependant, les piétons doivent tout de même respecter certaines règles :

- **Utiliser les trottoirs s'ils sont praticables**
- **Utiliser les passages piétons sauf s'il n'en existe pas à moins de 50 m**
- **Respecter les indications affichées par les feux de signalisation**

Le non-respect de ces règles par un piéton peut être sanctionné par une amende de première classe.

XI. CONDUITE ET ÉTAT DE SANTE

11.1 Incompatibilité de certaines pathologies avec l'activité de conduite

Certaines pathologies peuvent présenter, en fonction de leur gravité, une incompatibilité avec l'activité de conduite (diminution des capacités de conduite) et donc amplifier le risque d'accident pour le conducteur présentant la pathologie et pour les tierces personnes impliquées.

Les principales pathologies concernées sont :

- Une insuffisance rénale évoluée
- Un traumatisme crânien présentant des lésions cérébrales
- Une altération de la vision de près et/ou de loin non corrigée : acuité visuelle binoculaire
- Des troubles cognitifs de type Alzheimer et maladies apparentées
- Une insuffisance respiratoire évoluée
- Des troubles de l'équilibre
- Une épilepsie avancée
- Des troubles de l'usage de l'alcool
- Des troubles psychiatriques altérant les capacités de jugement
- Des troubles du sommeil : de type apnée du sommeil
- Des accidents vasculaires cérébraux hémorragiques ou ischémiques avec séquelles
- Des problèmes cardiaques : infarctus, troubles du rythme cardiaque, hypertension artérielle mal contrôlée, insuffisance cardiaque, problème de valve cardiaque, anévrisme cardiaque, greffe de cœur, cardiomyopathie, présence d'un pacemaker ou d'un défibrillateur implantable, anévrisme de l'aorte
- Une consommation de médicaments psychotropes ou ayant des effets secondaires psychoactifs
- Des troubles neurologiques secondaires provenant d'autres pathologies : diabète, tumeur, sclérose en plaques, myopathie, Parkinson...
- Une consommation de drogues ou d'autres substances psychoactives
- Des déficits de l'appareil locomoteur : amputation, paralysie, atteinte du rachis...
- Un diabète compliqué et mal équilibré avec un risque d'hypoglycémie

Lorsqu'un salarié est concerné par l'une de ces pathologies, celui-ci doit en informer son médecin traitant et son médecin du travail. De plus, le salarié doit se soumettre à un contrôle médical auprès d'un médecin agréé par la préfecture de son lieu de résidence. La périodicité des contrôles médicaux sera fixée par le médecin agréé.

⚠ ATTENTION

Si un conducteur n'a pas réalisé correctement les démarches nécessaires concernant une pathologie pouvant altérer ses capacités de conduite (visite de contrôle médical à jour), sa responsabilité civile et pénale peut être mise en cause après un accident de la route.

11.2 Conduite et vieillissement

Le vieillissement du corps entraîne une altération des capacités sensibles et motrices. Cette altération peut modifier progressivement l'aptitude à la conduite des conducteurs âgés :

- **Troubles de la vision** : diminution de l'acuité visuelle, baisse de la vision de près et/ou de loin, temps d'accommodation plus long entre la vision de près et la vision de loin, altération de la perception de la luminosité et des contrastes de couleurs, rétrécissement du champ visuel, diminution de la résistance à l'éblouissement...
- **Troubles de l'audition** : difficultés à discerner les éventuels signaux sonores de danger, difficultés à localiser l'origine des sons.
- **Troubles moteurs** : temps de réaction plus long en cas de danger.



En fonction de l'âge et du type d'activité professionnelle de conduite, la législation impose aux conducteurs/salariés concernés de passer régulièrement un contrôle médical par un médecin agréé. Les activités professionnelles concernées sont :

- **Transport de personnes pour 8 passagers maximum** pour les titulaires des permis A et B : taxi, véhicule de transport avec chauffeur (VTC), ambulances.
- **Transport de personnes pour plus de 8 passagers** pour les titulaires des permis D, DE, D1 et D1E : bus, autocars avec ou sans remorque.
- **Transport de marchandises** pour les titulaires des permis C, CE, C1 et C1E : véhicules poids-lourds de plus de 3.5T avec ou sans remorque.

La périodicité des contrôles médicaux est régie par le tableau suivant

Âge	Permis A, B, C, CE, C1, C1E	Permis D, DE, D1, D1E
Moins de 55 ans	5 ans	5 ans
De 55 à 60 ans	5 ans ou jusqu'à la date anniversaire des 60 ans	5 ans ou jusqu'à la date anniversaire des 60 ans
De 60 à 76 ans	2 ans ou jusqu'à la date anniversaire des 76 ans	1 an
Plus de 76 ans	1 an	1 an

Source : Sécurité routière (www.securite-routiere.gouv.fr)

En cas de non-respect de la périodicité des contrôles médicaux, la responsabilité civile et pénale du conducteur peut être mise en cause après un accident de la route.



XII. STRESS, FATIGUE ET CONDUITE DE NUIT

12.1 Stress et conduite

La conduite nécessite de la part du conducteur un état de vigilance permanent pouvant donc devenir une source de stress. Le stress lié à la conduite peut être accentué par d'autres facteurs :

- **Organisation du travail** : contraintes de délais de livraison ou d'intervention, nécessité de communiquer en interne ou en externe...
- **Conditions météorologiques difficiles** : neige, pluie, verglas...
- **Conditions de circulation difficiles** : bouchons, travaux...
- **Difficultés à trouver son chemin** ou à se stationner
- **Comportement des autres usagers** de la route

Par conséquent un état de stress pour le conducteur peut amplifier le risque d'accident par son éventuel énervement (prise de risque) et/ou par une baisse de la concentration.

Afin de limiter les effets du stress lors de la conduite, il est important de bien préparer en amont son itinéraire (horaires et lieux d'interventions prévus) et de s'informer en amont sur les conditions météorologiques et de circulation.

12.2 Etat de fatigue et conduite

La fatigue au volant est multifactorielle.

Elle peut être due à des pathologies (apnée du sommeil, narcolepsie...), à une consommation de médicaments et/ou d'alcool, à un déficit de sommeil (30% des actifs dorment moins de 6h par nuit), monotonie liée à la conduite (notamment sur autoroute).

La fatigue entraîne une somnolence au volant et une baisse de la vigilance ayant pour conséquences :

- Une diminution des réflexes et une augmentation du temps de réaction
- Une difficulté à maintenir une vitesse et une trajectoire constantes
- Une baisse de la concentration : inattention à la signalisation, au trafic, aux distances de sécurité

La fatigue au volant multiplie par 3 le risque d'accident de la route

Environ 9% des accidents sont liés à la somnolence au volant

La fatigue multiplie par 8 le risque d'accident car le risque d'accident lié à la fatigue est accru sur l'autoroute

La fatigue au volant multiplie par 3 le risque d'accident de la route

Environ 9% des accidents sont liés à la somnolence au volant

Un accident mortel sur trois est dû à la somnolence sur l'autoroute



Le risque d'accident lié à la fatigue est plus élevé lors d'une conduite entre 2h et 5h du matin et entre 13h et 15h.

La fatigue au volant est souvent un facteur de risque sous-estimé.

En effet, 45% des conducteurs se sont sentis fatigués mais ont continué à conduire ; 30% des conducteurs ont déjà eu l'impression de s'être assoupis au volant ; 25% des conducteurs sont déjà sortis de route après un assoupissement.



Avant de prendre la route

Il est conseillé de manger équilibré et de bien s'hydrater, de dormir environ 7 heures par nuit.

Sur la route, il est également important de prendre régulièrement des pauses, voire de faire des étirements afin de limiter l'impact de la position assise prolongée et des sollicitations biomécaniques.

Les premiers symptômes de la fatigue

Les premiers symptômes de la fatigue sont des sensations d'avoir la nuque raide ou d'avoir la tête lourde, avoir des bâillements répétés, des picotements des yeux ou des courbatures.

À la moindre apparition de l'un de ces symptômes, il est important de prendre une pause



12.3 Conduite de nuit

La circulation routière de nuit c'est...

10% du trafic routier est représenté par

43% des accidents mortels ont lieu la nuit

33% des blessés hospitalisés ont aussi lieu la nuit



La conduite de nuit accroît le risque d'accident de la route pour de nombreuses raisons :



Fatigue au volant

Diminution de la vigilance, accumulation de fatigue au cours de la journée notamment pour les personnes travaillant de nuit



Diminution de la visibilité sur la route

Éblouissement, diminution du champ visuel, atténuation des contrastes, perturbation des détails et des reliefs) ne permettant pas réagir dans les temps lors de la survenue d'un danger



Comportement plus « à risque » de certains conducteurs

Augmentation de la vitesse, non-respect de la signalisation, consommation d'alcool et/ou de drogues...

Lors de la conduite de nuit, il est donc important d'être plus vigilant à l'environnement et de prendre si nécessaire une pause en cas de fatigue.