



3

LES DISTRACTIONS

- Le téléphone au volant →
- Le système de navigation →

Le téléphone au volant

Au volant, les deux mains c'est plus malin!

Conduire est une activité multitâche qui demande la pleine attention et la concentration du conducteur, même le plus routinier.

Que ce soit sur un trajet habituel ou non, le conducteur doit gérer un grand nombre d'informations et, en fonction de la situation de la circulation, il doit prendre les bonnes décisions, même s'il s'agit souvent de simples automatismes.

Plus un conducteur subit de distractions, plus sa concentration et sa réactivité diminuent.

Téléphoner au volant, consulter les messages écrits ou parlés, programmer le système de navigation, manipuler la radio, changer de CD et toute autre activité qui nécessite de quitter visuellement ou mentalement la route sont autant de distractions anodines dans la vie courante, mais extrêmement dangereuses lorsqu'on pilote un véhicule.

Le téléphone au volant

Téléphoner n'est pas conciliable avec la conduite. De toutes les sources de distraction relativement nombreuses en voiture, il est clair que le téléphone, mains libres ou non, compte parmi les plus dangereuses.

Téléphoner projette le conducteur en pensée à l'extérieur de l'habitacle. Il abandonne en quelque sorte les commandes du véhicule pour rejoindre la personne qui lui parle.

Que dit la loi?

- Toute installation téléphonique doit être solidement ancrée dans le véhicule, respectivement être fixée dans le casque

- L'oreillette libre est autorisée
- Dès que le véhicule est en mouvement, le conducteur n'est autorisé à lâcher le volant, respectivement le guidon, d'une main que pour activer ou désactiver son installation téléphonique
- L'écoute ou la transmission doit permettre au conducteur de garder les deux mains au volant
- L'infraction est sanctionnée par un avertissement taxé de 74 €

Effets sur la conduite

De nombreuses études et expériences démontrent qu'une conversation téléphonique pendant la conduite entraîne

- des variations de vitesse
- des déviations fréquentes de trajectoire
- une augmentation de 50% en moyenne du temps de réaction
- des erreurs de perception et de jugement

L'utilisation du téléphone au volant a des effets sur la conduite comparables à ceux de l'alcool :
« Lorsque le conducteur téléphone, il concentre son attention sur ce qu'il entend directement ; le décalage entre ce qu'il voit et entend perturbe fortement sa perception de l'espace. Conséquence : plus de 3/4 des conducteurs en ligne téléphonique oublient de s'arrêter au passage pour piétons. A peine 1/3 se souviennent des panneaux de signalisation qu'ils viennent de croiser. »

Selon une étude réalisée par l'Institut National de Recherche sur les transports et la sécurité (INRETS, France) :

« ... téléphoner en roulant constitue un facteur de distraction pour le conducteur, donc un facteur de risque pour sa sécurité et celle des autres usagers et cela pendant toutes les phases de la communication, y compris bien entendu, les phases de recherche de numéro dans le répertoire et de numérotation dont il est démontré par ailleurs de façon unanime la dangerosité. »

Saviez-vous que...

- Contrairement aux idées reçues, il y a une différence fondamentale entre discuter avec son passager et parler au téléphone en conduisant. A la différence du passager, un correspondant qui n'est pas dans le véhicule et donc qui ne vit pas la scène routière en même temps que le conducteur, ne s'interrompra pas de parler en cas de danger ou lorsque la situation de trafic nécessite toute l'attention du conducteur
- Près de la moitié des conducteurs décrochent leur téléphone dans les deux secondes et donnent ainsi la priorité à cette tâche. L'attention n'est plus portée sur la conduite
- Le conducteur sent une surcharge mentale à laquelle il réagit en réduisant instinctivement sa vitesse de 12 % en moyenne ce qui peut être dangereux en cas de trafic dense
- Le risque d'accident est non seulement augmenté lors de la manipulation proprement dite du téléphone, mais également et surtout par la charge mentale que demande la conversation téléphonique
- Le contenu du dialogue et notamment la charge émotionnelle de celui-ci peut accroître la déconcentration et même la prolonger après la conversation téléphonique. Cette perte d'attention est identique lorsque le conducteur utilise un kit mains libres, une oreillette ou un téléphone tenu en main

Quelques conseils

- Respectez la loi et utilisez un kit mains libres si malgré tout, vous ne pouvez pas vous empêcher de téléphoner pendant la conduite ou si vous devez rester joignable
 - Dites à votre interlocuteur que vous êtes au volant et rappelez-le dès que vous avez trouvé un emplacement de stationnement sûr et réglementaire
 - Téléphonnez uniquement en cas de nécessité
 - Soyez bref et concis
 - Pour ne perdre aucun appel quand vous conduisez, laissez votre messagerie répondre. Et, pour éviter d'être surpris par la sonnerie, choisissez le mode vibreur ou silencieux
 - Pour écouter vos messages et appeler, arrêtez-vous dans un lieu adapté : parking, place de stationnement, aire de repos, etc. Sur l'autoroute, arrêtez-vous sur les aires aménagées et jamais sur les bandes d'arrêt d'urgence. Même si vous êtes témoin d'un accident, utilisez votre mobile à l'arrêt et en lieu sûr
- L'envoi comme la réception de SMS et MMS sont évidemment incompatibles avec la conduite. Pour consulter vos nouveaux SMS et MMS et en envoyer, ainsi que pour consulter les services multimédia ou internet, arrêtez-vous dans un endroit approprié, même s'il s'agit d'informations concernant votre itinéraire
 - Dans la mesure du possible, confiez votre téléphone portable à l'un des passagers pour qu'il puisse répondre à votre place

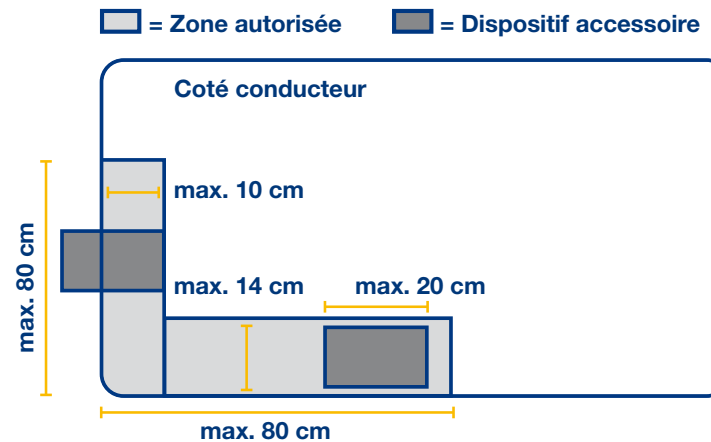
Le système de navigation (GPS)

Le GPS n'est qu'un système d'assistance à la conduite, vous êtes toujours responsable des décisions à prendre.

Tout comme le téléphone, le GPS (**Global Positioning System**) peut être très utile et notamment vous assister lors de la conduite, voire vous éviter des situations de stress sous condition de suivre scrupuleusement quelques règles de base.

Que dit la loi ?

La fixation d'un système de navigation du côté intérieur du pare-brise est autorisée sous réserve que la vue du conducteur ne soit pas gênée et que ni l'écran ni le système de fixation ne dépasse les zones marquées en gris sur le graphique ci-après.



Quelques conseils

- Programmez toujours votre GPS avant de prendre la route
- Si vous devez changer d'itinéraire ou trouver une adresse, arrêtez-vous dans un lieu adapté : parking, place de stationnement, aire de repos... et pas en double file, ni au feu rouge. Sur l'autoroute, arrêtez-vous sur les aires aménagées et jamais sur les bandes ou places d'arrêt d'urgence
- Baissez le volume de la radio pour entendre toutes les instructions que donne le GPS

Sources : [La Sécurité Routière \(Luxembourg\)](#), [La Prévention Routière \(France\)](#), [INRETS : Institut national de recherche sur les transports et leur sécurité \(France\)](#)