



## Communiqué de presse Nouvelle campagne de sensibilisation contre la somnolence au volant !

03.02.2016

**Maxime PREVOT, Ministre wallon des Travaux publics, et l'Agence wallonne pour la Sécurité routière (AWSR) lancent une nouvelle campagne de sensibilisation contre la somnolence au volant. Objectif : donner quelques conseils pour éviter de piquer du nez pendant le trajet !**



Pendant le mois de février, le petit personnage Otto rappellera aux usagers de la route la seule solution efficace lorsqu'on se sent somnolent au volant : faire une pause.

La campagne sera visible sur les 300 panneaux présents le long des autoroutes et routes secondaires en Wallonie. Le message de sensibilisation envahira également plusieurs stations essence ainsi que des snacks, restaurants et bars branchés via des affichettes, des dépliants, des sets de table et des cartes postales. La

campagne sera par ailleurs diffusée sur les ondes de plusieurs radios francophones et germanophones via deux spots.

Afin de toucher les conducteurs qui s'apprêtent à prendre la route des vacances pour les congés de carnaval, l'AWSR a également mené une action de sensibilisation cet après-midi dans un magasin d'articles de sport. Une équipe attirait l'attention des clients du rayon ski sur la nécessité de s'arrêter régulièrement pendant un long trajet en leur offrant un petit coussin gonflable.

Chaque support de communication rappelle de manière humoristique qu'il existe des tas de raisons pour piquer du nez au volant mais une seule solution pour l'éviter : faire une pause !

### Quelques chiffres

On estime que la somnolence est responsable de 10 à 20% des accidents mortels sur nos routes et de 20 à 30% des accidents mortels sur autoroute. Un conducteur ayant dormi 5 heures en moyenne par nuit pendant quelques jours consécutifs risque 6 fois plus d'avoir un accident qu'un conducteur qui a dormi 8h en moyenne.

Par ailleurs, prendre le volant après une nuit blanche équivaut à conduire avec un taux d'alcool d'environ 1‰ !

### En Wallonie

Selon une étude réalisée par l'AWSR en 2015, plus d'un conducteur wallon sur 10 déclare se sentir somnolent au volant au moins une fois par mois. Alors qu'une courte sieste est la seule et unique solution pour lutter contre la somnolence au volant, environ 40% des conducteurs wallons pensent encore qu'il ne s'agit pas d'un moyen efficace. Beaucoup d'entre eux sont convaincus de l'utilité de solutions qui sont pourtant inefficaces comme refroidir l'habitacle (56%), parler à un passager (42%) ou encore augmenter le volume de la musique (27%).

### Quelques conseils pour les vacanciers

La somnolence au volant survient souvent lors de longs trajets. Quelques petits conseils peuvent être appliqués pour éviter de piquer du nez.



- Adopter l'hygiène de vie qui s'impose avant le grand départ : une bonne nuit de sommeil d'au moins 8h et un repas léger avant de prendre la route.
- Planifier son trajet et prévoir des pauses de 15 minutes toutes les 2h.
- En règle générale, on est moins vigilant entre 2h et 5h et entre 13h et 16h. A ces moments-là, il vaut donc mieux confier le volant à un conducteur 'frais et dispo' si on a déjà quelques heures de conduite derrière soi ou même prévoir de passer la nuit dans un hôtel et reprendre la route le lendemain.
- En cas de fatigue, la seule solution est de s'arrêter, prendre un café et faire une mini sieste de 15 à 20 minutes, ce qui correspond au temps nécessaire pour que le café puisse faire son effet.

Pour Maxime Prévot, Ministre wallon des Travaux public et de la Sécurité routière. « *La somnolence est une cause importante d'accidents de la route. Il est donc important de rappeler régulièrement aux usagers les façons dont ils peuvent limiter les risques d'endormissement au volant, particulièrement pendant cette période de départ en vacances.* »

L'AWSR est l'A.S.B.L qui œuvre pour la sécurité routière en Wallonie. Elle remplit 5 missions : l'organisation de campagnes de sensibilisation ; l'information et l'orientation des victimes ; le soutien de la politique de contrôle des services de Police ; la production et l'analyse de statistiques ; la présidence du Conseil supérieur Wallon de la Sécurité routière. L'AWSR est présidée par le Ministre wallon en charge de la Sécurité routière.

\*\*\*\*

**Contacts Presse :**

Belinda DEMATTIA – Porte-parole AWSR – 0498/048.361

Audrey JACQUIEZ – Porte-parole du Ministre Maxime Prévot - 0497/161.861

[Suivez nous sur Twitter @AWSR\\_be](https://twitter.com/AWSR_be)  
[www.tousconcernes.be](http://www.tousconcernes.be)