



FATIGUE & CONDUITE

LES SIGNES DE LA FATIGUE



PICOTEMENT
DES YEUX
REGARD FIXE



DOULEUR
MUSCULAIRE



BÂILLEMENTS

SUR LA ROUTE LA FATIGUE C'EST



1/3

DES ACCIDENTS
MORTELS
SUR L'AUTOROUTE

10 À 15 %

DES CONDUCTEURS
PROFESSIONNELS
SONT CONCERNÉS
PAR LA SOMNOLENCE
AU VOLANT

LE RISQUE D'AVOIR
UN ACCIDENT DANS
LA 1/2 HEURE QUI SUIT
LES PREMIERS SIGNES
DE SOMNOLENCE

x3 ou x4

AYEZ LE BON RÉFLEXE

PARTEZ BIEN REPOSÉ, FAITES UNE PAUSE
TOUTES LES DEUX HEURES ET ARRÊTEZ-VOUS
DÈS LES PREMIERS SIGNES DE FATIGUE
POUR FAIRE UNE **MICRO-SIESTE**