

La Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable partenaire de la 12^e Journée du Sommeil®

Un tiers des accidents mortels sur autoroute sont liés à la somnolence. Partant de ce constat dramatique et afin de poursuivre sa démarche de sensibilisation des conducteurs à ce fléau, la Fondation VINCI Autoroutes s'associe à l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance en participant à la 12^e Journée du Sommeil® qui aura lieu le 16 mars 2012. La Fondation sera présente à Paris et en province, en six points d'animation, pour alerter le public sur les dangers de la somnolence et de l'hypovigilance au volant.

- **Paris** : sur le village sommeil installé place de la Bastille de 10h à 18h, des collaborateurs de VINCI Autoroutes échangeront avec les visiteurs sur la thématique de la somnolence au volant et de ses conséquences. Les « hommes en jaune » feront partager leurs expériences et donneront des conseils sur les bons réflexes à adopter lorsque les premiers signes de fatigue apparaissent. Des dépliants d'information seront distribués et des films présentant les risques liés à la somnolence au volant seront projetés.
- **Dax**, le 14 mars : une équipe de la Fondation contribuera aux animations prévues par le centre du sommeil aux halles de Dax de 10h à 17h30 en sensibilisant aux risques de l'hypovigilance au volant. Egalement au programme : distribution de documents d'information, quiz de sécurité routière, goodies...
- **Poitiers** : à la journée organisée au Grand Hôtel par le centre du sommeil. Des documents d'information seront remis aux participants et une correspondante régionale de la Fondation VINCI Autoroutes interviendra lors de la conférence pour parler de somnolence au volant.
- **Lyon** : sur le village sommeil installé Place Carnot. Des documents d'information, un quiz de sécurité routière et des goodies seront remis aux participants.
- **Béziers** : lors de la journée organisée au Centre hospitalier. Un simulateur de conduite sera notamment mis à disposition des visiteurs par la Fondation VINCI Autoroutes dans le hall de l'hôpital,
- **Haguenau** : lors de la conférence débat sur le thème du sommeil et de la performance. Remise de documents de sensibilisation et de conseils pour faire des pauses réparatrices.

La Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable

Créée en février 2011, la Fondation VINCI Autoroutes a inscrit la lutte contre l'hypovigilance et la meilleure compréhension des facteurs de somnolence au volant au cœur de ses actions. Elle a notamment financé une étude de l'hôpital Raymond-Poincaré de Garches, qui montre que près d'un conducteur sur trois (31%) accuse au moins une heure de déficit de sommeil par rapport à son temps de sommeil moyen quand il prend la route lors de grands départs en vacances. La Fondation VINCI Autoroutes a également publié un baromètre de la conduite responsable réalisé avec Ipsos en 2011 et 2012. Cette dernière étude montre notamment que 37% des conducteurs reconnaissent s'être déjà assoupis au volant.

La Journée du Sommeil®

Organisée par l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance depuis 2001, la Journée du Sommeil® est issue du constat suivant : à 75 ans, nous aurons dormi 25 ans, soit un tiers de notre vie. Les conséquences de la privation

chronique de sommeil peuvent être nombreuses sur la santé : prise de poids, diabète, augmentation de la douleur, dépression, aggravation des troubles respiratoires et cardiovasculaires, endormissement au volant ou au travail, baisses de performance, difficultés relationnelles... Et pourtant nous malmenons notre sommeil, unique moyen de récupérer nos capacités physiques et psychiques. La Journée du Sommeil a donc un triple objectif :

- Sensibiliser le public,
- Favoriser le dépistage et rappeler que des structures de soins existent lorsque le sommeil devient pathologique,
- Poursuivre la reconnaissance engagée des troubles du sommeil comme élément de santé publique.

Contact Fondation : Thomas Astoux

+33 (0)1 41 14 70 74 - thomas.astoux@fondation-vinci-autoroutes.com

Contact presse : François-Brice Hincker

+33 (0)6 21 95 12 29 francois-brice.hincker@fondation-vinci-autoroutes.com