

Somnolence au volant : la Fondation VINCI Autoroutes sensibilise les conducteurs à l'occasion des départs de nuit du week-end de la Toussaint

Le vendredi 31 octobre, à l'occasion du week-end de la Toussaint, de 18h à 1h du matin, sur 11 aires du réseau VINCI Autoroutes, la Fondation VINCI Autoroutes accueillera les conducteurs sur des espaces sieste. Après leur avoir proposé de tester leur niveau d'éveil avec l'application *Roulez éveillé®*, les équipes de la Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes pour une conduite responsable leur offriront un café et des médecins et spécialistes du sommeil de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV) seront à leur disposition pour leur apporter des conseils pour une bonne hygiène de sommeil.

Les trajets de nuit, particulièrement propices à l'endormissement au volant

La somnolence est à l'origine d'un accident mortel sur trois sur autoroute. Présent à toute heure de la journée, ce risque **est fortement amplifié la nuit**.

- Entre 22h et 6h du matin, les **effets de l'horloge biologique** entraînent une baisse de la vigilance et de la fatigue. Les **premiers résultats des 4 000 tests réalisés depuis l'été par les conducteurs avec l'application *Roulez éveillé®*** et analysés par le Ci2N de l'université de Strasbourg confirment cette baisse du niveau d'éveil sur cette période et attestent de l'existence d'un risque de somnolence au volant plus important entre 22h et 6h du matin.
- **44% des accidents mortels** sur autoroute surviennent entre 22h et 6h du matin¹, alors même que cette tranche horaire concentre seulement 11% du trafic autoroutier.



« La fatigue accumulée après une semaine de travail et un départ de nuit nécessitent une vigilance particulière avec si possible une bonne nuit de sommeil la veille du départ, et surtout des pauses régulières au cours du trajet pour prévenir le risque de somnolence » conseille Bernadette Moreau, déléguée générale de la Fondation VINCI Autoroutes.

Aider les conducteurs à détecter et à prévenir la somnolence

Alors que **74% des Français sont convaincus qu'il ne faut jamais conduire en état de fatigue**, un tiers d'entre eux reconnaissent cependant qu'il leur est déjà arrivé d'être sur le point de s'endormir au volant ou même de s'être assoupis durant quelques secondes.



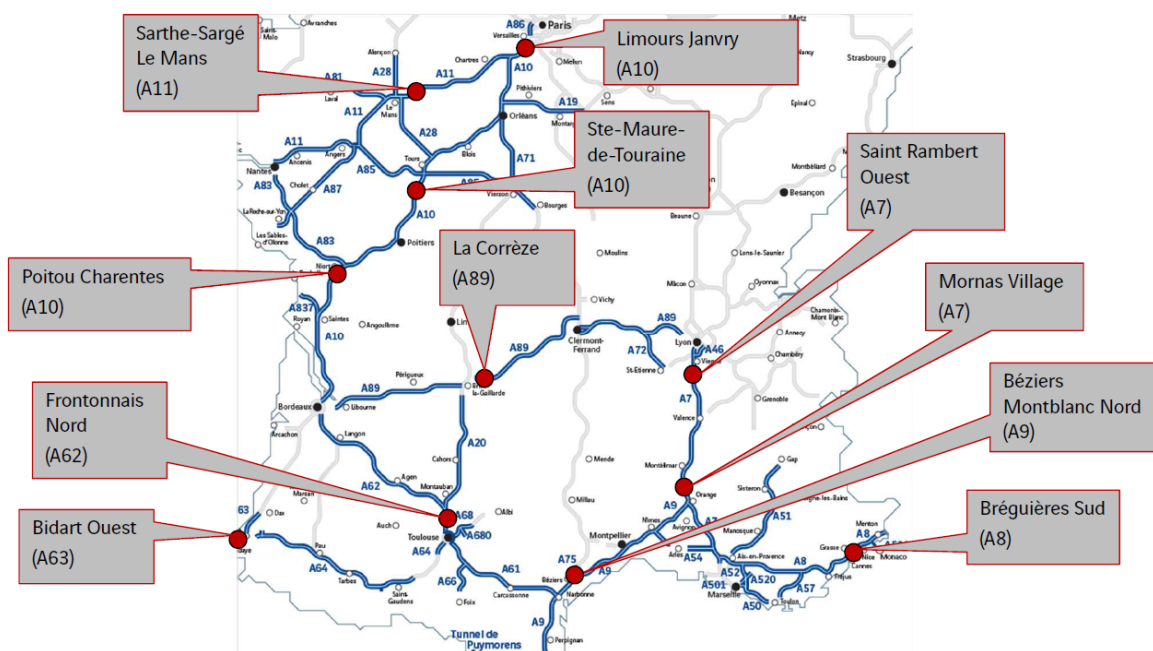
Baromètre européen de la conduite responsable, février 2014
Ipsos / Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes

Ainsi, à l'occasion du week-end de la Toussaint, la **Fondation VINCI Autoroutes** se mobilise **pour informer les conducteurs** sur ce risque et leur donner **les moyens de le prévenir** de façon efficace :

- en testant leur niveau d'éveil au moyen de l'application *Roulez éveillé®*,
- en mettant à leur disposition des espaces sieste pour leur permettre de retrouver leur niveau d'éveil ;
- en diffusant des messages de prévention durant la soirée et une partie de la nuit sur Radio VINCI Autoroutes 107.7.

¹ ASFA Année 2013 - Sécurité sur autoroutes, accidents mortels, chiffres clés

Implantation géographique du dispositif



A propos de la Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes pour une conduite responsable

Créée en février 2011, la Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes pour une conduite responsable est à la fois un laboratoire, un observatoire et un vecteur d'information dédié à la lutte contre l'insécurité routière. Elle a pour but de contribuer à faire évoluer les comportements sur la route et à aider les conducteurs à être les acteurs de leur propre sécurité. Parmi ses actions : mener des campagnes d'information pour sensibiliser aux risques routiers ; financer des recherches scientifiques innovantes dans certains champs des conduites à risques encore insuffisamment explorés ou mal identifiés par les usagers de la route ; enfin, financer des initiatives associatives et citoyennes en faveur d'une conduite responsable.

<http://fondation.vinci-autoroutes.com>

Roulez éveillé®, l'application pour tester son niveau d'éveil et contribuer à la recherche scientifique

La nouvelle version de l'application « *Roulez Eveillé* » est disponible sur iPhone et Android, depuis août 2014. Conçue par le Centre d'Investigations Neurocognitives et Neurophysiologiques (Ci2N) de l'Université de Strasbourg, elle permet aux conducteurs de tester leur niveau d'éveil de façon simple et rapide. Cette nouvelle version, plus conviviale et enrichie de nombreux conseils, comprend désormais aussi une dimension participative : ses utilisateurs pourront en effet transmettre de façon anonyme les résultats de leurs tests d'éveil aux chercheurs du Ci2N et ainsi contribuer à leur programme de recherche scientifique sur la somnolence.

Le Centre d'Investigations Neurocognitives et Neurophysiologiques de l'Université de Strasbourg (Ci2N)

Le Ci2N, dirigé par le Professeur André Dufour, est un laboratoire sous la tutelle de l'Université de Strasbourg et du CNRS. Les recherches qui y sont menées portent sur la cognition humaine au sens large, et plus spécifiquement sur les mécanismes de la perception, de la mémoire et de l'attention. Les chercheurs du laboratoire, forts d'une expérience de plus de 20 ans dans l'élaboration de protocoles expérimentaux ont su tirer profit de leurs connaissances sur le fonctionnement du cerveau humain pour proposer des études et des applications innovantes dans le domaine de la conduite automobile et de la sécurité routière.

www.ci2n.fr

Contacts presse :

Estelle Ferron, tél. 06 34 99 33 61, estelle.ferron@vinci-autoroutes.com

Raphaëlle Montagu-Dardaine, tél. 06 34 38 55 13, raphaelle.montagu-dardaine@vinci-autoroutes.com

Jessica Lefébure, tél. 06 29 94 59 87, jessica.lefebure@vae-solis.com