

Prenez soin de votre santé

Médicaments & Conduite

Certains médicaments peuvent provoquer des effets similaires à l'usage de stupéfiants sur la conduite, il convient donc de toujours bien lire les notices

Si j'ai sommeil, je ne conduis pas!

- La somnolence au volant est la première cause d'accident sur les autoroutes !
- S'arrêter immédiatement en cas de somnolence, et faire une pause, ou une courte sieste si nécessaire.



**Attention aux
« Apnées du sommeil »**

LE RISQUE ROUTIER

Nous sommes tous concernés

**1ere cause d'accident mortel
au travail en France**



Pour toutes informations complémentaires, n'hésitez pas à contacter notre service de santé au travail.

mtpl Le service
de santé
au travail

6 RUE JOSEPH CAILLE 44000 Nantes
Tél: 02 40 35 21 61

La Prévention En Entreprise

Se déplacer

- Privilégier les transports en commun aux moyens de transport individuels
- Inciter les salariés à faire du covoiturage (affichage, organisation interne...)



Etat du véhicule

- Contrôle technique à jour
- Vérifier l'Etat et la pression des pneus
- Penser à faire réviser son véhicule



Former & Sensibiliser

- Stage de formation à la conduite (conduite en sécurité, bonnes pratiques) y compris pour les deux-roues
- Sensibilisation des salariés (affichage, communication interne)



Temps de conduite

- Faire une pause toutes les deux heures
- Prendre en compte les temps de déplacement dans l'organisation des plannings
- Préparer son trajet avant le départ



Réglementer & Contrôler

Le règlement intérieur de l'entreprise peut intégrer :

- La vérification périodique de la validité du permis de conduire des salariés
- Des restrictions sur la consommation d'alcool
- Possibilité d'effectuer des contrôles d'alcoolémies aux conducteurs professionnels (en respectant un cadre juridique précis)



Attention aux addictions

0.25mg / litre
d'air expiré

LÉGISLATION ACTUELLE

0.5g / litre
dans le sang

Conduite professionnelle = Alcoolémie 0

Les doses d'alcool sont les mêmes pour :



Un verre de cidre brut (25cl)



Un verre de bière (25cl)



Un verre de vin (12.5cl)



Un verre de Whisky (3cl)



Un verre de pastis (2.5cl)

- Chaque verre entraîne une montée d'alcoolémie de 0.25g / litre de sang
- Un individu en bonne santé n'élimine que 0.10g à 0.15g d'alcool par heure !
- Ne jamais boire plus de deux verres par repas

La prise de stupéfiants entraîne de nombreux effets totalement incompatibles avec la conduite :

- Augmentation du temps de réaction
- Perte de coordination / Somnolence
- Comportement irrationnel
- Troubles visuels



Vous risquez : le retrait de 6 points, 4500€ d'amende, 2ans d'emprisonnement.

Le cannabis peut rester détectable dans les urines plusieurs semaines après la prise