



### 3 astuces pour réduire votre vitesse de conduite

Plusieurs facteurs influencent le choix de la vitesse des automobilistes : le véhicule, l'âge, la charge mentale, la pression du temps ou des autres usagers de la route, la recherche de sensations fortes, etc. Dans le cadre de sa campagne de sensibilisation « Ne laisse pas ton accélérateur partir en peur, RALENTIS ! », la Ville vous présente quelques trucs simples pour vous aider à respecter une vitesse adéquate, et ainsi assurer en tout temps votre sécurité et celle des autres usagers de la route.

#### Évitez les distractions

Qu'il s'agisse de lire ou envoyer un texto, de prendre une bouchée de sandwich ou d'être submergé par des pensées préoccupantes, les distractions au volant sont nombreuses et représentent la deuxième plus importante cause d'accidents avec dommages corporels au Canada.

Cela s'explique par le fait que ces sources d'inattention peuvent entraîner des vitesses excessives involontaires, diminuer votre champ de vision périphérique, vous faire manquer des signaux importants, tels que des feux de circulation ou des panneaux de signalisation, augmenter de 20 à 40 % votre temps de réaction et allonger votre distance d'arrêt (distance parcourue durant le temps de réaction et le freinage).

En contrepartie, **rester concentré sur la route en tout temps** vous permet un meilleur contrôle de votre véhicule et de votre vitesse de conduite, réduisant par le fait même les risques d'accidents et de blessures. Privilégiez l'attention aux distractions !

#### Partez à l'avance et prévoyez vos déplacements

Vous avez tendance à rouler plus vite que la limite permise par peur de manquer de temps ou d'arriver en retard ? Ce que vous ignorez peut-être, c'est qu'un dépassement de vitesse ne réduit généralement pas le temps de déplacement. Plutôt que de faire de l'excès de vitesse pour vous rendre à destination, pensez à partir plus tôt, à prévoir des chemins alternatifs en cas d'embouteillages, et surtout à **RALENTIR. Rappelez-vous, l'important n'est pas d'arriver le plus rapidement possible, mais sain et sauf.**

#### Pratiquez l'écoconduite

L'écoconduite favorise une **anticipation soutenue de la circulation et du comportement des autres automobilistes**, un **meilleur contrôle de la vitesse** du véhicule, une **diminution de la vitesse en milieu urbain** ainsi qu'une **conduite plus souple**. En permettant de maintenir votre véhicule à une vitesse constante, cette technique de conduite contribue à réduire la fréquence de

vos accélérations et de vos freinages, et donc vos risques d'accidents de la route. C'est sans compter que l'écoconduite permet une consommation moindre de carburant, correspondant environ à 30 % d'économies à la pompe, ce qui en fait un comportement de conduite plus énergétique et économique. L'essayerez-vous ?

**Pour plus de détails**

Pour en savoir plus, visitez le [villesblg.ca/partagezlaroute](http://villesblg.ca/partagezlaroute).