

FATIGUE : ÉVITER TOUT DANGERS ET PRÉVOIR SES TRAJETS

Protéger nos équipes, c'est commencer par le repos individuel et la préparation au trajet.

1. UNE DEMARCHE POUR VOTRE SECURITE

Dans le cadre de notre politique de prévention des risques professionnels, nous lançons une action de sensibilisation sur la fatigue et la gestion des itinéraires.

Cette campagne vise à prévenir les accidents, renforcer la vigilance, et protéger chaque collaborateur au quotidien.

2. RAPPEL DES REGLES ESSENTIELLES

Même sur un trajet court ou à basse vitesse, ne pas être reposé peut avoir des conséquences graves, voire mortelles.

- Partir reposé, c'est assurer sa sécurité et celle des autres usagers de la route.
- Préparer ses itinéraires, c'est gagner du temps, de l'énergie et rester organisé dans ses pauses.
- Même sans symptôme de fatigue ou somnolence, les pauses c'est toutes les deux heures.
- Restez attentif à la route, ses utilisateurs et ses imprévus

3. LES RISQUES EN CAS DE NEGLIGENCE

- Des blessures graves ou décès évitables
- Une responsabilité personnelle et professionnelle engagée
- Des sanctions juridiques pour l'entreprise et ses collaborateurs

4. ENSEMBLE, ADOPTONS LES BONS REFLEXES


Voici les gestes essentiels à adopter avant chaque déplacement professionnel :

- ✓ Planifiez une bonne nuit de sommeil la veille du trajet (au moins 8h)
- ✓ Vérifiez que l'itinéraire est clair et éviter tout détours ou imprévus
- ✓ Faites des pauses toutes les deux heures
- ✓ N'hésitez pas à prendre le volant si votre coéquipier n'est pas en mesure de conduire et que vous êtes en capacité de le faire
- ✓ Restez attentif à la route, la météo et l'heure durant le trajet afin d'adapter votre conduite
- ✓ Prévoyez un temps d'avance contre les imprévus de la route (embouteillage, travaux, déviations)

- ✓ Le GPS doit être une aide à la conduite et non une distraction
- ✓ Utilisez des applications intelligentes qui actualise la route en temps réels, vous permettent d'ajouter des étapes et vous propose des endroits où faire des pauses ...
- ✓ Limitez l'utilisation du régulateur de vitesse qui favorise la somnolence
- ✓ Conduisez avec une température ambiante idéale : avoir trop chaud ou trop froid demande de l'énergie à votre corps
- ✓ Prévenez votre hiérarchie en cas de fatigue

Chaque collaborateur a un rôle à jouer.

Votre rigueur et votre vigilance permettent d'éviter des drames.

 Pour toute question ou demande d'information, vous pouvez nous contacter ou vous pouvez consultez le site www.clubest77.fr

Merci de votre engagement pour une route plus sûre.

Cordialement,