

Quizz sur la fatigue au volant et les itinéraires

COMMENT JOUER

- Indiquez pour chaque énoncé s'il est vrai ou faux
- Vérifiez vos réponses au verso.
- Comptez le nombre de bonnes réponses.
- Faites votre évaluation !



Vrai ou Faux

1. Ouvrir la fenêtre permet de rester éveillé et reporter la pause.
2. Allumer la radio et mettre le son plus fort limite la fatigue.
3. Rouler plus vite fatigue davantage le cerveau .
4. Utiliser le régulateur de vitesse conserve l'énergie du conducteur.
5. Prévoir son itinéraire est une perte de temps.
6. La météo aussi doit faire partie de la préparation du trajet.

Réponses

1. Faux. Cela ne limite pas la fatigue et la pause reste nécessaire toute les 2h.

2. Faux. Cela ne limite pas la fatigue et détériore la concentration.

3. Vrai. Plus la vitesse est élevée, plus le cerveau doit être concentré. Le conducteur fatigue donc plus vite, alors raison de plus pour respecter les limitations de vitesse.

4. Faux. Bien au contraire, s'il semble reposer le conducteur, le régulateur de vitesse entraîne plus facilement des somnolences dû à l'inactivité.

5. Faux. C'est même le contraire, un itinéraire doit être préparé en amont afin de gagner du temps et de l'énergie.

6. Vrai. En anticipant la météo, vous anticiper aussi des futurs dangers.

Évaluation

Vous avez 5 ou 6 bonnes réponses :

Bravo ! Vous faites attention à votre état et votre destination. Conservez cette bonne habitude.

Vous avez 3 ou 4 bonnes réponses :

Attention ! N'oubliez pas que la préparation de votre itinéraire vous permet d'anticiper les aléas de la route et de gagner temps et énergie.

Vous avez 1 ou 2 bonnes réponses ou aucune :

Alerte ! Mettez en place de bonnes habitudes pour limiter les risques d'accidents et adapter une conduite sécurisée.

