

13^e Journée du Sommeil® : la Fondation VINCI Autoroutes sensibilise le grand public aux dangers liés à l'hypovigilance au volant.

Alors que 74% des conducteurs se disent convaincus qu'il ne faut jamais conduire en état de fatigue, près de 4 conducteurs sur 10 (et près d'un sur 2 parmi les moins de 35 ans) reconnaissent pourtant qu'il leur arrive de prendre le volant alors qu'ils se sentent très fatigués¹. Un constat alarmant, quand on sait que la somnolence est à l'origine de 40% des accidents mortels sur autoroute. Bernadette Moreau, Déléguée générale de la Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable, rappelle à ce propos qu'« une étude très récente réalisée par l'hôpital Raymond-Poincaré de Garches auprès de 3 500 conducteurs a permis de mesurer le lien entre manque de sommeil et risque de survenue d'un épisode de somnolence sévère au volant. Ce risque est d'autant plus prégnant que, depuis 15 ans, les conducteurs français perdent chaque année l'équivalent d'une nuit de sommeil.² ».

Afin de sensibiliser le grand public à ce risque gravement sous-estimé, la Fondation VINCI Autoroutes participe, cette année encore, à la **Journée du Sommeil®** organisée le 22 mars 2013 par l'**Institut National du Sommeil et de la Vigilance**. Ce vendredi, des actions de sensibilisation seront ainsi menées par la Fondation dans **six grandes villes de France**, pour alerter les conducteurs sur les dangers liés à la somnolence et à l'hypovigilance au volant.

Les 6 points d'animation

- **Paris** : sur le Village Sommeil installé sur le parvis de la gare Montparnasse de 10h à 18h, les hommes en jaune de VINCI Autoroutes échangeront avec les visiteurs autour d'un fourgon d'intervention autoroutier accidenté, témoignant des conséquences dramatiques de la somnolence au volant. Les participants seront également invités à venir découvrir la plate-forme Roulons-autrement.com, un espace multimédia d'information et d'échanges visant à sensibiliser et faire participer le grand public à la lutte contre l'insécurité routière.
- **Nice** : une rame de tramway mise à disposition par la Ville de Nice arborera pendant deux semaines des messages de sensibilisation aux risques liés au manque de sommeil. Les équipes de la Fondation tiendront également un stand en marge de la conférence-débat qui aura lieu à l'espace des associations, place Garibaldi de 15h à 17h.
- **Lyon** : sur le Village Sommeil installé sur le parvis de la gare de Lyon-Part-Dieu, des hommes en jaune seront présents autour d'un fourgon de sécurité pour évoquer les risques liés à la somnolence au volant. Des documents d'information et un quiz de sécurité routière seront remis aux participants.
- **Biarritz** : une équipe de la Fondation participera aux animations prévues de 10h à 18h, sur le Village Sommeil situé allée Foch, en face de la gare du Midi. Egalement au programme, le film « Sur autoroute, priorité à la vie », qui met en parallèle le témoignage d'un homme en jaune heurté et du conducteur routier qui l'a percuté, sera projeté en continu.
- **Poitiers** : lors de la journée organisée par le centre du sommeil au centre commercial Auchan Sud de 14h à 19h, une équipe de la Fondation viendra à la rencontre des visiteurs pour échanger avec eux sur les risques de l'hypovigilance au volant.
- **Béziers** : lors de la journée organisée de 10h à 17h au Centre hospitalier, une équipe de la Fondation sera présente pour faire partager ses expériences et donner des conseils sur les bons réflexes à adopter lorsqu'apparaissent les premiers signes de fatigue.

¹ Source : **Baromètre de la conduite responsable**, février 2013 - Ipsos / Fondation VINCI Autoroutes

² Source : **Etude sur la somnolence des conducteurs sur autoroute**, 2012 - Hôpital R. Poincaré de Garches

La Journée du Sommeil®

Organisée par l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance, la Journée du Sommeil® est issue du constat suivant : à 75 ans, nous aurons dormi 25 ans, soit un tiers de notre vie. Les conséquences de la privation chronique de sommeil peuvent être nombreuses sur la santé : prise de poids, diabète, augmentation de la douleur, dépression, aggravation des troubles respiratoires et cardiovasculaires, endormissement au volant ou au travail, baisses de performance, difficultés relationnelles... Et pourtant nous malmenons notre sommeil, unique moyen de récupérer nos capacités physiques et psychiques. Avec la Journée du Sommeil, l'INSV poursuit un triple objectif :

- Sensibiliser le public.
- Favoriser le dépistage et rappeler que des structures de soins existent lorsque le sommeil devient pathologique.
- Poursuivre la reconnaissance engagée des troubles du sommeil comme élément de santé publique.

www.journeedusommeil.org

La Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable

Créée en février 2011, la Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable est à la fois un laboratoire, un observatoire et un outil 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.

www.roulons-autrement.com

<https://twitter.com/RoulonsA>

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

Contacts presse :

François-Brice Hincker, tél. 06 21 95 12 29, Francois-brice.hincker@fondation-vinci-autoroutes.com

Estelle Ferron, tél. 06 34 99 33 61

Raphaël Daniel, tél. 01 53 92 80 19, Raphael.daniel@vae-solis.com

Fondation d'entreprise VINCI Autoroutes pour une conduite responsable
1 cours Ferdinand de Lesseps - 92851 Rueil-Malmaison Cedex