

## Sur la route des 24 Heures Motos, la Fondation VINCI Autoroutes accompagne les motards pour prévenir les risques de somnolence

La 40<sup>e</sup> édition des 24 Heures Motos aura lieu les 21 et 22 avril au Mans. L'occasion pour la Fondation VINCI Autoroutes pour une conduite responsable d'inviter les motards à la prudence et à la pause en profitant des Relais Moto déployés à cet effet. Ces dispositifs proposent une réponse concrète aux résultats d'une étude scientifique publiée l'an dernier par la Fondation VINCI Autoroutes démontrant que le risque de somnolence concerne également les motards<sup>1</sup>.

### Les Relais Moto, un dispositif d'accueil pédagogique et convivial pour prévenir la somnolence des motards

Le manque de sommeil multiplie par 14 le risque de chute des motards, et la fatigue liée à la conduite prolongée entraîne une augmentation des erreurs de conduite dès 50 minutes. C'est dans ce contexte que la Fondation VINCI Autoroutes, en liaison avec ses partenaires, dont la Fédération française des motards en colère (FFMC) mettra à la disposition des conducteurs de deux-roues motorisés qui se rendent aux 24 Heures Motos, des relais installés en 4 points du réseau VINCI Autoroutes. Ils permettront ainsi **aux motards de faire des pauses sur leur trajet**.

Autour d'un café et de viennoiseries offerts, les ambassadeurs de la Fondation **sensibiliseront les conducteurs de 2 roues aux risques de somnolence**. Des **espaces sieste** seront installés pour leur permettre de retrouver un bon niveau d'éveil avant de reprendre la route. Enfin, sur certains sites, les motards pourront **apprendre à faire une sieste flash** grâce à des sophrologues ou recevoir les conseils de spécialistes du sommeil pour mieux **identifier les signes de somnolence et adopter les bons gestes** indispensables pour continuer sa route en toute sécurité.

En complément, les usagers des autoroutes menant vers le Mans seront **sensibilisés au nécessaire partage de la route entre motards et automobilistes** avec le message de prévention « **2 ou 4 roues, on n'a qu'une vie** » qui sera affiché sur l'ensemble des panneaux lumineux du parcours.

### Favoriser des déplacements plus sûrs

**Les sections du réseau VINCI Autoroutes** (Cofiroute et ASF) **desservant Le Mans seront accessibles gratuitement pour les motards**, circulant en nombre pour l'occasion, afin de les inciter à emprunter **l'autoroute, 5 fois plus sûre en moyenne** que les autres infrastructures routières.

Cette **gratuité du péage**, accordée aux véhicules de classe 5 (moto, side-car, trike, quad), est valable **du vendredi 20 avril à 10 heures au lundi 23 avril à 10 heures** sur les autoroutes suivantes :

- A11 : entre le péage de Saint-Arnoult et Le Mans, entre Angers et Le Mans, et entre Angers et Nantes ;
- A28 : entre Saint-Christophe-sur-le-Nais et Le Mans, et entre Alençon et Le Mans ;
- A81 : entre Le Mans et La Gravelle (Vitré) ;
- A85 : entre Angers et Restigné.

Par ailleurs, pour garantir toujours plus de sécurité aux motards, **une voie sera réservée** sur les principales barrières et gares de péage permettant de rejoindre et de quitter Le Mans. Il s'agit de **la voie la plus à droite**. Un balisage

<sup>1</sup> Etude sur l'impact du manque de sommeil et de la fatigue sur la conduite des motards – IRBA - Fondation VINCI Autoroutes – Avril 2017 (cf. Focus au verso)

spécifique sera mis en place en amont. Des panneaux d'information seront disposés sur l'autoroute pour indiquer l'emplacement des Relais Moto.

### Lieux d'implantation des Relais Moto:

#### - parking du péage de Saint-Arnoult (A10/A11, sens Paris-province)

- Vendredi 20 avril de 7h à 20h et samedi 21 avril de 7h à 12h30
- Sur place : cafés offerts, espace sieste et de sensibilisation, atelier sieste flash avec une sophrologue et atelier petite mécanique

#### - parking de l'aire de Sarthe Touraine (A28, sens Tours-Le Mans)

- Vendredi 20 avril de 10h à 21h30 et samedi 21 avril de 8h à 14h
- Sur place : cafés et viennoiseries offerts, espace sieste et de sensibilisation, présence d'une spécialiste du sommeil

#### - parking du péage de La Gravelle (A81, sens province vers Paris)

- Vendredi 20 avril de 11h à 19h et samedi 21 avril de 8h à 13h.
- Sur place : cafés et viennoiseries offerts, espace sieste et de sensibilisation, atelier sieste flash avec un sophrologue (samedi matin)

#### - parking de l'aire des Portes d'Angers (A11, sens province-Paris)

- Du vendredi 20 avril à 9h30 au samedi 21 avril à 15h.
- Sur place : cafés et viennoiseries offerts, espace sieste et de sensibilisation et atelier petite mécanique



## FOCUS

### **Etude « Performance de conduite prolongée de deux-roues sur simulateur : effets de l'hypovigilance et de la durée de conduite »**

Le 13 avril 2017, la Fondation VINCI Autoroutes publiait les résultats de la 1<sup>ère</sup> étude mesurant l'impact du manque de sommeil et de la fatigue sur la conduite des motards. Selon cette étude, menée en laboratoire sur simulateur de conduite motocycliste par l'Institut de recherche biomédicale des armées (IRBA) et le Centre du sommeil et de la vigilance de l'Hôtel-Dieu, Université Paris Descartes, les modifications de la conduite observées sur autoroute chez les motards ayant subi une privation de sommeil sont très significatives par rapport aux motards sans dette de sommeil :

- **14 fois plus de risque de chute ;**
- **3 fois plus de variations de vitesse et 2 fois plus d'excès de vitesse ;**
- **2,6 fois plus de variations de la position latérale ;**
- **2 fois plus de franchissements de lignes inappropriés avec une durée de déviation 3 fois plus longue ;**
- **Relation entre manque de sommeil et risque de micro-sommeils en situation de conduite.** Alors que les épisodes de micro-sommeils (3-15 secondes) ne sont quasiment pas observés lors des sessions menées après une nuit normale, les motards privés de sommeil en subissent fréquemment (24 en moyenne sur autoroute après une privation de sommeil contre 0,6 après une nuit normale de sommeil). Ces épisodes de micro-sommeils coïncident d'ailleurs avec l'augmentation du nombre de franchissements de lignes et de chutes.

Par ailleurs, l'étude révèle que la fatigue liée à la conduite prolongée entraîne une multiplication des erreurs et ce dès 50 minutes de conduite.

Les résultats et la méthodologie de l'étude sont disponibles sur le [site de la Fondation VINCI Autoroutes](#)

#### ***A propos de la Fondation d'entreprise 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 risque encore insuffisamment explorés ou mal identifiés par les usagers de la route ; enfin, soutenir des initiatives associatives et citoyennes en faveur d'une conduite responsable.*

<http://fondation.vinci-autoroutes.com> et <http://roulons-autrement.com>

Compte Twitter : [@FondationVA](#) et [@RoulonsA](#)

#### **Contacts presse :**

Ludovica Giobbe, tél. : 06 15 33 64 30, [ludovica.giobbe@vae-solis.com](mailto:ludovica.giobbe@vae-solis.com)

Clothilde Mbock Mbock, tél. : 06 29 94 55 34, [clothilde.mbock-mbock@vae-solis.com](mailto:clothilde.mbock-mbock@vae-solis.com)