



**EVERY
SECOND
MATTERS™**

TRAVELERS INSTITUTE® | TRAVELERS 



TRAVELERS INSTITUTE® | TRAVELERS 

Every Second Matters™

SUJETS DE CONVERSATION SUR LA DIMINUTION DES RISQUES ASSOCIÉS À LA DISTRACTION AU VOLANT



TABLE DES MATIÈRES

Que se passe-t-il sur nos routes?	1
Un regard approfondi sur la distraction	4
Every Second Matters™ :	
Les temps de réaction sont critiques	5
Ce que vous pouvez faire	7

Que se passe-t-il sur nos routes?

Avertissements de franchissement de ligne. Freinage automatique d'urgence. Caméras de recul. De nos jours, les conducteurs ont accès plus que jamais à des technologies qui peuvent les aider à prévenir les accidents. Malgré cela, on continue de voir un nombre inquiétant d'accidents mortels sur les routes et autoroutes canadiennes. **Selon Transport Canada, le nombre de décès sur les routes en 2015 était de 1 858¹.** Qu'est-ce qui explique ces statistiques mortelles?



Un facteur important à la source de ces collisions est sans aucun doute l'épidémie grandissante de distraction au volant en Amérique du Nord. Notamment, l'utilisation des appareils mobiles par les conducteurs canadiens continue à avoir des répercussions sur la sécurité de tous les usagers de la route, dans toutes les provinces du pays. En Ontario, la province la plus peuplée du pays, la distraction au volant a coûté la vie à plus de personnes que les accidents de la route liés à l'excès de vitesse, au port de la ceinture de sécurité ou aux collisions causées par l'alcool au volant, et ce, pour une cinquième année consécutive.²

Les législateurs provinciaux, les agences fédérales, les organismes d'application de la loi et les sociétés canadiennes ont mené des campagnes d'information et élaboré des stratégies pour détecter et combattre la distraction au volant. Toutefois, pour les conducteurs qui parcourent de plus longues distances, les mesures entreprises pour lutter contre la distraction au volant jusqu'à maintenant n'ont pas été concluantes.

« Les Canadiens ont plus d'outils que jamais en matière de sécurité, mais ils sont également confrontés à de plus grandes distractions qu'avant, » affirme Gary Walsh, professionnel de la sécurité au service du Contrôle des risques à Travelers Canada. « Tout dépend des éléments sur lesquels vous choisissez de centrer votre attention. Concentrez-vous sur la route; plus vous portez attention, plus votre trajet se fera en toute sécurité. »

Les conducteurs inattentifs qui parcourent davantage de kilomètres se retrouvent souvent dans des situations potentiellement dangereuses. Selon un sondage réalisé par Travelers en 2018 auprès de conducteurs canadiens d'âge adulte, dix pour cent des répondants ont déjà été interceptés ou ont fait face à des conséquences juridiques pour distraction au volant et cinq pour cent d'entre eux ont déjà causé un accident en raison de leur propre distraction au volant.³ Même les conducteurs qui sont très attentifs et qui balaisent constamment la route du regard s'exposent à des risques, car ils doivent réagir rapidement et en toute sécurité aux incidents pouvant être causés par la distraction des autres conducteurs. D'ailleurs, la distraction au volant n'affecte pas seulement les conducteurs. Parmi les 1 858 décès au Canada en 2015, plus de 15 pour cent des victimes étaient des piétons.⁴

Par le biais de son projet *Every Second Matters™* sur la distraction au volant, le Travelers Institute encourage tous les conducteurs à donner le bon exemple et contribuer à changer la perception des habitudes qui sont socialement acceptables au volant. Ce guide vous donne un aperçu des distractions sur la route. Nous espérons qu'il servira à engager la conversation avec les conducteurs afin de les sensibiliser et leur donner les moyens de conduire tout en évitant le maximum de distractions.

51 % des conducteurs canadiens qui répondent ou envoient des communications à l'aide de leur appareil mobile en conduisant disent le faire une fois par semaine ou plus.

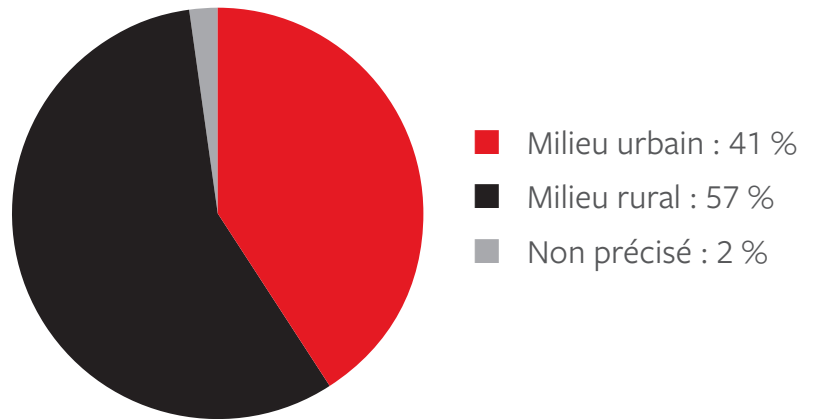
SOURCE : Sondage Travelers en ligne mené par The Harris Poll, du 9 au 12 mars 2018.

Nombre de décès et de personnes blessées par province



La distraction au volant est un enjeu d'envergure nationale qui affecte les Canadiens de toutes les provinces, tant en milieu rural qu'en milieu urbain. Chaque province établit ses propres lois et réglementations en ce qui concerne l'utilisation des appareils mobiles au volant. Par ailleurs, selon un sondage réalisé par Travelers en 2018 auprès de conducteurs canadiens d'âge adulte, 90 pour cent des répondants disent qu'ils connaissent « très bien » ou « assez bien » les lois et réglementations locales relatives à l'utilisation des appareils mobiles au volant.⁵

Nombre de collisions mortelles par région



Source : Transport Canada, Statistiques sur les collisions de la route au Canada, 2015.

*Ces renseignements proviennent d'un document officiel de Transport Canada, mais n'ont pas été élaborés en association avec Transport Canada ou avec son consentement.

Un regard approfondi sur la distraction

Le Conseil canadien des administrateurs en transport motorisé (CCATM) définit la distraction au volant comme étant « Le fait de détourner son attention de la conduite d'un véhicule, lorsque le conducteur se concentre sur un objet, une activité, un événement ou une personne non liée à la conduite. Ce détournement d'attention diminue la vigilance, la capacité de décision ou le rendement, et augmente les risques d'erreur de conduite, de collisions ou de quasi-collisions. Le détournement d'attention n'est pas attribuable à un état de santé, à l'usage d'alcool ou de drogues ou à la fatigue. » Ces habitudes sont dangereuses et courantes. Étonnamment, les téléphones cellulaires et les messages textes ne sont qu'une partie du problème. D'autres comportements au volant, tels que boire du café ou utiliser le système de navigation, peuvent également vous exposer à des risques.

« La réalité est telle que tout élément qui occupe votre esprit ou attire votre regard peut être une source de distraction au volant, » affirme Chris Hayes, professionnel de la sécurité au service du Contrôle des risques à Travelers. « Bien que plusieurs études sur la distraction au volant portent essentiellement sur les téléphones cellulaires, les activités multitâches et la conduite ne font pas bon ménage. »

Conduire les yeux fermés? Distractions manuelles et visuelles

Une des façons les plus importantes de détecter le danger est par l'observation visuelle. La distraction visuelle au volant signifie quitter la route des yeux et ne pas voir les dangers pouvant survenir devant nous. Malheureusement, ce comportement extrêmement dangereux se produit fréquemment. Les distractions manuelles se produisent lorsque vous lâchez le volant, par exemple : lorsque vous mangez ou textez. Quitter la route des yeux pendant seulement deux secondes peut avoir des conséquences. Conduire à une vitesse de 100 km/h est équivalent à conduire sur une distance de 52 mètres ou la longueur d'une patinoire de hockey avec les yeux fermés.⁶ Dans l'ensemble, les études ont démontré que les distractions visuelles causées par des gestes comme composer un numéro ou texter sur un téléphone cellulaire peuvent augmenter fortement les risques pendant la conduite, soit jusqu'à 5 fois plus de risques d'entrer en collision⁷ et 23 fois plus de risques d'être impliqué dans un incident de conduite dangereuse.⁸

Votre cerveau est surchargé? Distraction cognitive

Le cerveau ne peut traiter qu'une certaine quantité d'information à la fois. Lorsqu'on tente d'exécuter plusieurs tâches à la fois, comme conduire en mangeant ou en parlant au téléphone, chacune de ces tâches sollicite l'attention du cerveau. Les conducteurs gardent peut-être les mains sur le volant, mais leur esprit quitte la route. Ces distractions mentales, aussi appelées distractions cognitives, peuvent empêcher le conducteur de traiter le champ visuel en entier.

La distraction au volant est le fait de détourner son attention de la conduite d'un véhicule, lorsque le conducteur se concentre sur un objet, une activité, un événement ou une personne non liée à la conduite. Ce détournement d'attention diminue la vigilance, la capacité de décision ou le rendement, et augmente les risques d'erreur de conduite, de collisions ou de quasi-collisions. Le détournement d'attention n'est pas attribuable à un état de santé, à l'usage d'alcool ou de drogues ou à la fatigue.

Source : Conseil canadien des administrateurs en transport motorisé



DISTRACTIONS MANUELLES ET VISUELLES



DISTRACTIONS COGNITIVES

Every Second Matters™ :

Les temps de réaction sont critiques

La sécurité au volant implique beaucoup plus que de respecter la limite de vitesse. Il faut continuellement balayer l'environnement du regard, rester concentré sur la route et être prêt à réagir en cas d'événement imprévu.

Les statistiques américaines démontrent que dans 94 % des cas de collisions d'automobiles, l'accident avait été causé par une erreur du conducteur.⁹ Et bien que chaque collision comporte un élément de hasard, elle découle souvent d'un problème de base qui est accentué par d'autres facteurs, comme l'inattention. Les conducteurs qui sont prêts à réagir à ce problème de base seront plus disposés à prévenir un accident grave que les conducteurs qui ne sont pas préparés.

Selon M. Hayes, les conducteurs peuvent prendre certaines mesures qui leur donneront le temps de réagir face à des conditions susceptibles de provoquer une collision. « Respecter la limite de vitesse et la distance entre les véhicules donne le temps au conducteur de répondre rapidement en cas d'événements imprévus, » affirme M. Hayes. Il ajoute : « Garder une plus grande distance entre vous et le véhicule devant peut vous laisser le temps de détecter un danger et réagir de façon sécuritaire. »

Le *National Safety Council* des États-Unis recommande de conserver une distance de sécurité d'au moins trois secondes pour les véhicules légers comme les automobiles.¹⁰ Les plus gros véhicules, comme les semi-remorques, peuvent nécessiter une distance de sécurité allant jusqu'à six secondes lorsqu'ils suivent d'autres véhicules. Les illustrations ci-dessous montrent comment vous pouvez facilement tester la distance de sécurité en suivant la « règle des 3 secondes. »

La prochaine fois que vous serez passager, fermez vos yeux pendant quelques secondes et voyez quelle distance vous avez parcourue. Ce simple exercice démontre que peu importe la distraction, quitter la route des yeux pour quelque durée que ce soit peut réduire la distance entre les véhicules, qui représente votre « filet de sécurité », et le temps dont vous aurez besoin pour vous réorienter et manœuvrer autour des sources potentielles de danger. Les deux exercices illustrent pourquoi chaque seconde compte lorsqu'on est sur la route.

Déterminer la distance de sécurité à maintenir entre les véhicules



CHOISISSEZ UN POINT DE REPÈRE

Lorsque vous suivez un véhicule, choisissez un panneau de signalisation, un arbre ou tout autre repère au bord de la route.



CHRONOMÉTRÉZ LA DISTANCE

Lorsque le véhicule que vous suivez passe devant ce point de repère, calculez combien de secondes s'écoulent (comptez lentement : mille et un, mille et deux, mille et trois) jusqu'à ce que vous passiez vous-même à cet endroit.

3

NE SUIVEZ PAS DE TROP PRÈSE

Si votre distance de sécurité n'est pas d'au moins trois secondes, augmentez votre distance de sécurité.



MODIFIEZ LA DISTANCE AU BESOIN

Il est important de vous rappeler que la règle de trois secondes est recommandée lors de conditions routières idéales et qu'elle devrait être ajustée en cas de conditions météorologiques défavorables ou de visibilité réduite.¹¹

Selon un sondage réalisé par Travelers en 2018 auprès de plus de 900 conducteurs canadiens, 69 pour cent des répondants croient que l'utilisation d'un appareil mobile représente la plus grande distraction au volant pour la personne moyenne. Toutefois, seulement 24 pour cent des répondants croient que l'utilisation d'un appareil mobile est **leur principale source de distraction** lorsqu'ils conduisent. Néanmoins, ce même sondage révèle que 51 % des conducteurs canadiens qui répondent ou envoient des communications à l'aide de leur appareil mobile en conduisant le font une fois par semaine ou plus.¹²



Parmi les types de communications suivantes, lequel pratiquez-vous en conduisant?

(Sélectionnez toutes les réponses applicables)

Parmi les conducteurs canadiens :

- Répondre à un appel :
25 %

- Faire un appel :
15 %

- Lire un message texte :
13 %

- Envoyer un message texte :
9 %

- Lire un courriel :
5 %

- Envoyer un courriel :
4 %

- Autre :
1 %

- Aucune de ces réponses - je ne réponds ou n'envoie jamais de communications lorsque je conduis :
63 %



SOURCE : Sondage Travelers en ligne mené par The Harris Poll, du 9 au 12 mars 2018.



Ce que vous pouvez faire



Ce ne sont pas toujours vos actions en tant que conducteur ou piéton qui peuvent entraîner des situations dangereuses, mais parfois les comportements des autres. Toutefois, en tant que conducteur, il y a des mesures concrètes que vous pouvez prendre pour que vous et votre famille soyez protégés.

Voici quelques idées qui vous aideront à devenir un conducteur proactif :

- **Supposez que vous êtes invisible.** On peut facilement croire que tous les usagers de la route sont attentifs, qu'ils respectent le code de la sécurité routière et qu'ils vous voient très bien. Toutefois, ce n'est pas toujours le cas. La prochaine fois que vous vous attendez à ce qu'un conducteur respecte votre droit de passage ou vous laisse vous engager dans une autre voie, ne supposez pas que vous êtes sur la même longueur d'onde.
- **Évitez la conduite agressive.** Quand vous circulez sur la route, résistez à l'envie de conduire de façon agressive. Adaptez plutôt votre conduite en fonction du trafic environnant et conduisez de manière préventive. Imaginez que vous faites partie d'une communauté de conducteurs, dont le but est d'arriver à destination en toute sécurité. En adoptant de bonnes habitudes au volant, vous pourrez influencer les autres à faire de même et contribuer à améliorer la sécurité routière, pour tous.
- **Contrôlez vos émotions.** Emprunter la bonne voie est souvent la meilleure solution. Rappelez-vous d'être patient, de garder une distance de sécurité adéquate et d'éviter de confronter des conducteurs agressifs.¹³
- **Donnez l'exemple.** Faire évoluer les normes sociales relatives à la distraction au volant commence par de bons conducteurs qui donnent des exemples positifs aux autres à propos des comportements qui sont et qui ne sont pas socialement acceptables sur la route. Selon un sondage réalisé par Travelers en 2018 auprès de conducteurs canadiens d'âge adulte, 42 pour cent d'entre eux disent avoir déjà demandé à un conducteur de cesser d'utiliser son appareil mobile alors qu'ils se trouvaient assis du côté passager à bord d'un véhicule.¹⁴

Les conducteurs peuvent définir des attentes envers leurs amis et les membres de leur famille, les passagers peuvent donner leur opinion aux conducteurs inattentifs et tout le monde peut éviter d'appeler ou d'envoyer des messages textes à un proche quand il est au volant.

Sondage réalisé par Travelers en 2018 auprès de conducteurs canadiens :



Parmi les types de communications suivants, lesquels pratiquez-vous en conduisant?

(Sélectionnez toutes les réponses applicables)

Parmi les répondants ayant affirmé répondre ou envoyer des communications en conduisant :

- J'ai des obligations familiales qui requièrent mon attention constante (31 %)
- Je ne veux rien manquer d'important (27 %)
- Je veux demeurer disponible pour le travail en tout temps (14 %)
- Le trajet passe plus vite (14 %)
- Je suis accro à la technologie (10 %)
- J'ai peur de manquer des nouvelles (p. ex. : des messages de groupes, des publications sur les médias sociaux) (9 %)
- Je ne veux pas que mon patron soit mécontent si je ne réponds pas (8 %)
- Autre (17 %)

Plus de 2 Canadiens sur 5 (42 %) ont déjà demandé à un conducteur de cesser d'utiliser un appareil mobile alors qu'ils se trouvaient assis du côté passager à bord d'un véhicule.



Exprimez-vous!

SOURCE : Sondage Travelers en ligne mené par The Harris Poll, du 9 au 12 mars 2018.



Projet *Every Second Matters*™

La distraction au volant est un comportement dangereux qui se produit couramment sur nos routes. Les décès liés aux accidents de la route représentent une véritable préoccupation, c'est pourquoi le projet *Every Second Matters*™ du *Travelers Institute*® reconnaît que chaque conducteur, passager, cycliste et piéton a un rôle à jouer afin de changer les normes sociales relatives la distraction. Pour en apprendre davantage, consultez le site travelersinstitute.org/everysecondmatters.

À propos du *Travelers Institute*

Travelers a fondé le *Travelers Institute* comme moyen de participation aux dialogues de politiques publiques qui touchent le secteur de l'assurance de dommages et l'industrie des services financiers. Le *Travelers Institute* fait appel à l'expertise de l'industrie des membres de la haute direction de Travelers Canada, au savoir-faire technique de ses propres spécialistes du risque et à d'autres experts pour fournir des renseignements, des analyses et des recommandations aux responsables des politiques publiques et aux législateurs.



TRAVELERS INSTITUTE® | TRAVELERS 

SOURCES :

- ¹Transport Canada, Statistiques sur les collisions de la route au Canada, 2015, https://www.tc.gc.ca/media/documents/securiteroutiere/Canadian_Motor_Vehicle_Traffic_Collision_Statistics_2015_FR.pdf.
- ²Police provinciale de l'Ontario. « *Inattentive Driving Deadliest Behaviour on OPP-patrolled Roads for Fifth Consecutive Year.* » Communiqué de presse, 9 mars 2018 <http://www.opp.ca/index.php?lng=en&id=115&entryid=5aa66ef1af4f935a72445903>. Consulté le 5 avril 2018.
- ³Sondage Travelers réalisé en ligne par *The Harris Poll*, du 9 au 12 mars 2018.*
- ⁴Transport Canada, Statistiques sur les collisions de la route au Canada, 2015, https://www.tc.gc.ca/media/documents/securiteroutiere/Canadian_Motor_Vehicle_Traffic_Collision_Statistics_2015_FR.pdf.
- ⁵Sondage Travelers réalisé en ligne par *The Harris Poll*, du 9 au 12 mars 2018.*
- ⁶*Traffic Injury Research Foundation, Distracted Driving Facts*, <http://tirf.ca/wpcontent/uploads/2017/12/DistractedDriving-Factsheet-18.pdf>.
- ⁷Kidd, D.G. and McCartt, A.T. *The relevance of crash type and severity when estimating crash risk using the SHRP2 naturalistic driving data*, ARRB Group Ltd and Authors, 2015.
- ⁸*Driver Distraction in Commercial Vehicle Operations*, FMCSA, www.fmcsa.dot.gov/sites/fmcsa.dot.gov/files/docs/FMCSA-RRR-09-042.pdf.
- ⁹*National Highway Traffic Safety Administration, Safety Technologies*. www.nhtsa.gov/equipment/safety-technologies.
- ¹⁰*National Safety Council, Reference Material for DDC Instructors, 5th Ed.*
- ¹¹*Travelers, 3-Second Rule for Safe Following Distance*. www.travelers.com/resources/auto/travel/3-second-rule-for-safe-following-distance.aspx.
- ¹²Sondage Travelers réalisé en ligne par *The Harris Poll*, du 9 au 12 mars 2018.*
- ¹³*Travelers, Share the Road*. www.travelers.com/resources/auto/safe-driving/share-the-road.aspx.
- ¹⁴Sondage Travelers réalisé en ligne par *The Harris Poll*, du 9 au 12 mars 2018.*

*Ce sondage, mené par The Harris Poll pour le compte de Travelers, a été réalisé en ligne à l'échelle du Canada du 9 au 12 mars 2018 auprès de 1 151 adultes canadiens âgés de 18 ans et plus, dont 948 sont des conducteurs. Ce sondage en ligne n'est pas basé sur un échantillon aléatoire. Conséquemment on ne peut faire aucune estimation du taux d'erreur d'échantillonnage théorique. Pour obtenir une description détaillée de la méthodologie de l'enquête, y compris la pondération des variables et des échantillons de sous-groupes, veuillez communiquer avec Judy Senechal, JLSENECH@travelers.com.



[travelersinstitute.org](https://www.travelersinstitute.org)

The Travelers Institute, 700 13th Street NW, Suite 1180, Washington, DC 20005

© 2018 The Travelers Indemnity Company. All rights reserved. Travelers and the Travelers Umbrella logo are registered trademarks of The Travelers Indemnity Company in the U.S. and other countries.
M-18329 New 4-18