

Exemplaire de référence, Affiche - Moyens de diminuer les distractions au volant

Affiche :

Moyens de diminuer les distractions au volant

1. Éteignez votre téléphone cellulaire avant de démarrer la voiture. Ainsi, vous ne serez pas tenté de répondre ou de faire un appel.
2. Prévoyez plus de temps pour vous rendre à destination, surtout si vous ne connaissez pas bien votre itinéraire.
3. Éteignez la radio quand vous circulez sur des routes inconnues.
4. Si vous écoutez de la musique, baissez le volume afin de ne pas être distrait par les paroles. La musique forte vous empêche également d'entendre le son de véhicules d'urgence qui pourraient tenter de vous contourner.
5. Autant que possible, conduisez à des heures moins achalandées afin de vous habituer à l'itinéraire sans le stress supplémentaire de la congestion routière.
6. Conduisez à une vitesse qui vous est agréable, même si celle-ci est légèrement inférieure à la limite permise. Ne laissez pas d'autres conducteurs vous entraîner à conduire plus rapidement et ne les laissez pas vous déconcentrer.
7. Familiarisez-vous avec les commandes du tableau de bord avant de démarrer le moteur. Par exemple, sachez où se situent l'indicateur de température et les commandes de la radio. Ainsi, vous n'aurez pas à les rechercher en conduisant.