



DÉPART EN VACANCES : NOS CONSEILS SÉRÉNITÉ



AVANT DE PARTIR

PRÉPAREZ VOTRE VÉHICULE

Avec votre garagiste

- Vérification des freins (plaquettes, disques et liquide de freins), de la direction, des amortisseurs, de l'état de la batterie et de la climatisation
- Si besoin, révision complète et vidange

À faire vous-même

- Niveaux de lave-glace, d'huile et de liquide de refroidissement
- Usure et pression des pneus : ajoutez 0,2 à 0,3 bar aux pressions préconisées si le véhicule est très chargé
- Éclairage, signalisation et visibilité : sales, vos feux et phares peuvent diminuer l'efficacité de l'éclairage de 30 % !
- Nettoyage du pare-brise (extérieur et intérieur), des autres surfaces vitrées et vérification de vos balais d'essuie-glace
- Présence de votre équipement de visibilité (gilet et triangle)

CHARGEZ VOS BAGAGES DE MANIÈRE ADAPTÉE

- Si possible, chargez votre véhicule la veille plutôt que le matin du départ !
- Répartir les bagages de façon équilibrée en plaçant les plus lourds dans le coffre et le plus bas possible
- Ne laissez aucun objet non arrimé et en aucun cas sur la plage arrière
- Respectez le poids total autorisé en charge de votre véhicule indiqué sur la carte grise



SUR LA ROUTE

ROULEZ SEREIN

- Adaptez votre vitesse aux conditions de circulation et aux limitations
- Respectez les distances de sécurité : au moins 2 secondes doivent vous séparer du véhicule que vous suivez
- Adoptez le bon placement sur la chaussée
- Connectez-vous à la route, pas à votre téléphone !

PARTEZ LE BON JOUR, À LA BONNE HEURE ET BIEN REPOSÉ !

- Préparez votre itinéraire
- Tenez compte de la météo : mieux vaut différer son départ d'une demi-journée que rouler sous la pluie ou en pleine chaleur !
- Évitez les heures propices à la somnolence : l'après-midi, entre 13h et 16h, et la nuit, entre 2h et 5h
- Pas de départ précipité après une journée de travail : après 17 heures de veille active, les réflexes diminuent autant qu'avec 0,5g d'alcool par litre de sang !
- Évitez si possible les embouteillages des « chassés-croisés »

ÉVITEZ LES PIÈGES DE LA FATIGUE

- Avant de partir et pendant la pause déjeuner, mangez léger
- Buvez de l'eau régulièrement
- Faites une pause toutes les 2 heures : l'occasion de prendre l'air, se détendre et se défouler pour les enfants
- Si possible, relayez-vous à la conduite

ET VOUS VOILÀ ARRIVÉ À BON PORT

