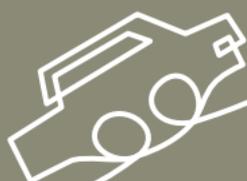


Sur la route,  
prenez le temps  
de ralentir



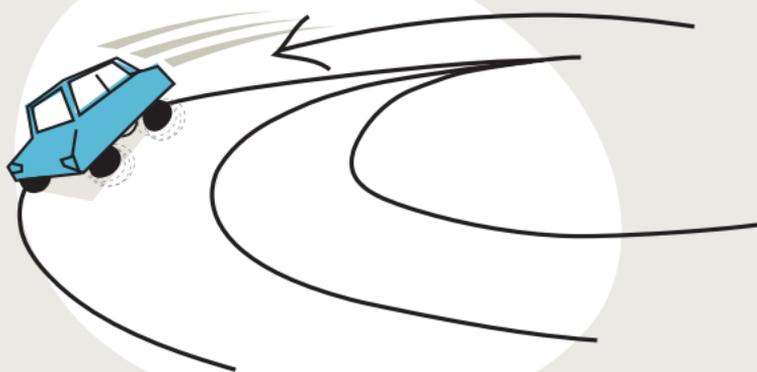
# Prenez le temps

Plus vous diminuez votre vitesse



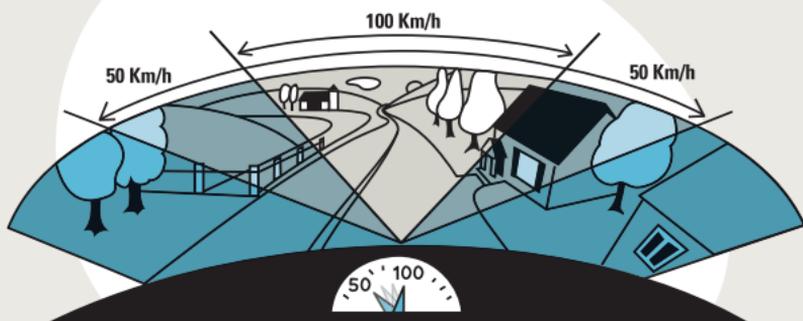
... plus votre véhicule a de l'adhérence dans une courbe.

C'est bien connu : diminuer votre vitesse aide votre véhicule à bien coller à la route et réduit les risques de dérapage.



... plus votre champ de vision est large.

Il vous est donc plus facile de traiter l'information qui apparaît sur la route.



# de ralentir

esse...

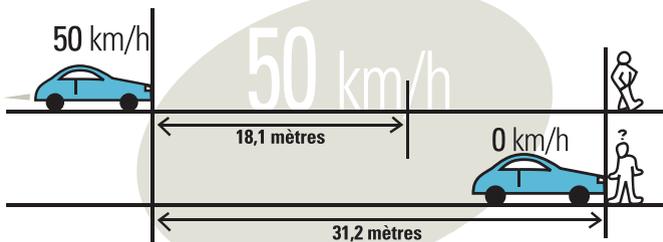


... plus la distance d'arrêt de votre véhicule est courte.

Vous apercevez un piéton sur la route. Le temps de réagir, vous appuyez sur le frein et parcourez une certaine distance avant d'arrêter complètement votre véhicule. C'est ce qu'on appelle la distance d'arrêt.

### Par exemple

Dans les meilleures conditions, comme une chaussée sèche et en bon état ou une route droite et sans pente...

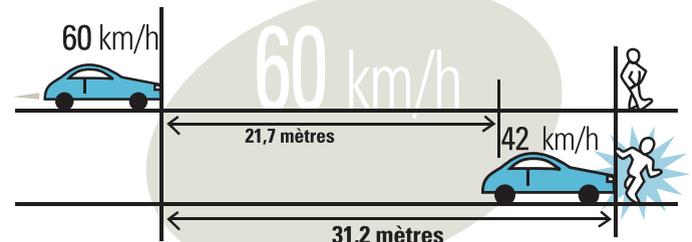


- Si vous roulez à **50 km/h** et que vous apercevez un piéton à **32 m** de distance de votre véhicule :

- votre temps pour réagir est de **1,3 seconde**;
- avant d'appuyer votre pied sur le frein, vous avez déjà parcouru **18,1 m**;
- après avoir appuyé votre pied sur le frein, vous parcourez un autre **13,1 m** avant que votre véhicule ne s'arrête complètement.

Entre le moment où vous avez aperçu le piéton et l'arrêt complet de votre véhicule, vous aurez parcouru **31,2 m** au total.

À cette vitesse, il vous sera **possible** d'éviter le piéton.



- Si vous roulez à **60 km/h** et que vous apercevez un piéton à **32 m** de distance de votre véhicule :

- votre temps pour réagir est de **1,3 seconde**;
- avant d'appuyer votre pied sur le frein, vous avez déjà parcouru **21,7 m**;
- après avoir appuyé votre pied sur le frein, vous parcourez un autre **18,9 m** avant que votre véhicule ne s'arrête complètement.

Entre le moment où vous avez aperçu le piéton et l'arrêt complet de votre véhicule, vous aurez parcouru **40,6 m** au total.

À cette vitesse, il vous sera **impossible** d'éviter le piéton.

Quelques kilomètres à l'heure de moins peuvent parfois faire la différence entre la vie et la mort.

... plus vous avez de la facilité à effectuer certaines manœuvres d'urgence.

Votre véhicule ne peut s'arrêter instantanément sur place, ni faire un changement de direction à 90°. Plus vous diminuez votre vitesse, plus vous augmentez les trajectoires possibles pour éviter un obstacle, comme un cycliste ou un piéton.

... plus vous diminuez la violence du choc au moment d'un impact.

Pour vous et vos passagers, un impact à :

- **50 km/h** équivaut à une chute dans le vide du haut d'un édifice de **4 étages**.
- **75 km/h** équivaut à une chute dans le vide du haut d'un édifice de **8 étages**.
- **100 km/h** équivaut à une chute dans le vide du haut d'un édifice de **14 étages**.

... plus vous économisez de l'essence.

En roulant à 120 km/h au lieu de 100 km/h, vous augmentez de 20 % votre consommation d'essence. Diminuer votre vitesse permet d'économiser de l'argent et de réduire les émissions de polluants.

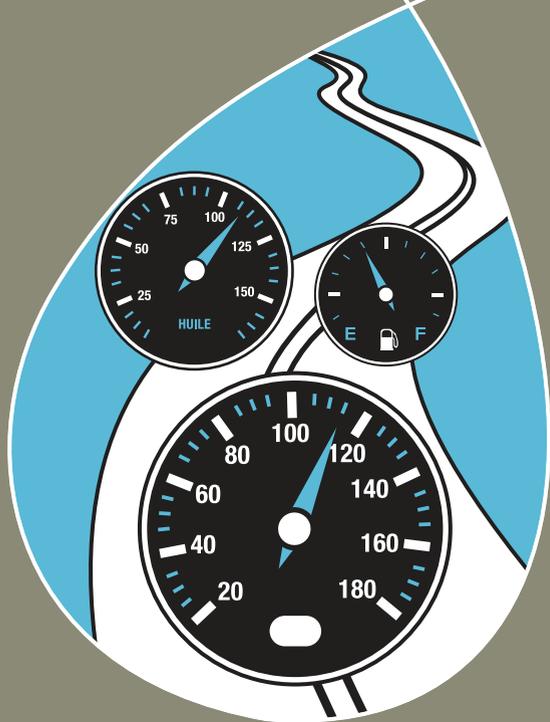
... plus vous diminuez vos chances de recevoir une contravention.

Plus votre vitesse est élevée par rapport à la limite de vitesse permise, plus le montant de votre amende et le nombre de points d'inaptitude sont élevés. Diminuez votre vitesse, vous y gagnerez !

On est tous responsables  
de notre conduite.

# Vous sentez-vous souvent pressé ?

Pressé de vous rendre au boulot...  
Pressé de revenir à la maison...  
Pressé de partir en vacances ?



Votre rythme de vie ressemble-t-il de plus en plus à une course contre la montre ?

Rouler plus vite juste pour gagner quelques minutes de plus, même si ça semble logique, dans les faits, ça ne tient pas la route.

Vous arrive-t-il de plus en plus souvent de dépasser les limites de vitesse permises...

pour rattraper le temps perdu ?

# Le saviez-vous ?

## À peine quelques minutes !

Dans les meilleures conditions, comme une chaussée sèche, une route droite, une rue sans circulation ou un trajet sans arrêts fréquents et sans travaux routiers...

Sur une distance de  
**10 kilomètres**

Rouler à 70 km/h, dans une zone de 50 km/h, vous fait gagner à peine **4 minutes**.

Sur une distance de  
**15 kilomètres**

Rouler à 90 km/h, dans une zone de 70 km/h, vous fait gagner à peine **3 minutes**.

Sur une distance de  
**20 kilomètres**

Rouler à 110 km/h, dans une zone de 90 km/h, vous fait gagner à peine **2 minutes**.

Rouler quelques kilomètres à l'heure de plus que la limite de vitesse permise augmente votre risque d'avoir un accident : c'est prouvé !

Prendre des risques pour gagner quelques minutes, est-ce que ça vaut vraiment la peine ?

## En plus du risque

### Maximum 50 km/h

C'est dans cette zone que l'on trouve le plus grand nombre d'accidents avec **blessés**.

Rouler à **10 km/h de plus** que la limite de vitesse permise augmente de **4 fois** votre risque d'avoir un accident.



### Maximum 90 km/h

C'est dans cette zone que l'on trouve le plus grand nombre d'accidents **mortels**.

Rouler à **20 km/h de plus** que la limite de vitesse permise augmente de **6 fois** votre risque d'avoir un accident.

## Pour plus d'information

Québec : 418 643-7620

Montréal : 514 873-7620

Ailleurs : **1 800 361-7620, sans frais**  
(Québec, Canada, États-Unis)



Région de Montréal : 514 954-7763

Ailleurs au Québec : 1 800 565-7763

Société de l'assurance automobile du Québec

C. P. 19500 Québec (Québec) G1K 8J5

[www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)

*English copy available on request*



Société de l'assurance  
automobile

Québec 