

# Sur la route, prenez le temps de ralentir



## Trucs d'écoconduite\*

<b>Choisissez un mode de transport approprié à votre déplacement</b>	<b>1</b>	En optant pour le covoiturage, le transport en commun, le vélo ou la marche, vous contribuez à réduire le nombre de véhicules motorisés en circulation.
<b>Vérifiez l'état du véhicule avant le départ</b>	<b>2</b>	Un entretien régulier du véhicule et des vérifications faites avant un long parcours augmentent la sécurité des occupants et celle des autres usagers de la route. Par exemple, si vous vous assurez régulièrement que les freins sont en bon état et que la pression d'air est adéquate dans les pneus, votre véhicule roulera mieux, consommera moins d'essence et sera plus sécuritaire.
<b>Planifiez vos déplacements</b>	<b>3</b>	Planifier vos déplacements limite vos sources de stress, ce qui a une incidence sur la sécurité routière, sur l'efficacité énergétique et sur l'environnement. Pour faire une bonne planification, déterminez le moment où vous devez conduire et le meilleur trajet pour vous rendre à destination.
<b>Évitez les charges inutiles</b>	<b>4</b>	Tout objet sur le véhicule, tels un porte-bagages sur le toit ou un support à vélo, augmente la résistance du véhicule à l'air, ce qui entraîne une augmentation de la consommation de carburant.
<b>Réchauffez le moteur de votre voiture sans réchauffer la planète</b>	<b>5</b>	Pour réchauffer le moteur en période hivernale, il suffit de rouler à basse vitesse sur quelques kilomètres, 30 secondes après avoir démarré.
<b>Adoptez une conduite fluide et sécuritaire</b>	<b>6</b>	En anticipant les situations de conduite et en évitant les freinages inutiles et les accélérations brusques, vous pourriez économiser jusqu'à 20 % d'essence et produire moins de gaz à effet de serre.
<b>Évitez la marche au ralenti : fermez le moteur!</b>	<b>7</b>	Un arrêt de plus de 60 secondes justifie de couper le moteur. Vous consommerez moins de carburant en redémarrant votre véhicule qu'en laissant tourner le moteur.
<b>Levez le pied : respectez les limites de vitesse</b>	<b>8</b>	Pour votre sécurité et celle des autres, roulez à 100 km/h plutôt qu'à 120 km/h. Vous réduirez de 20 % votre consommation d'essence.
<b>Moins de climatisation : moins d'émissions</b>	<b>9</b>	Saviez-vous que l'utilisation du climatiseur en ville augmente de 15 à 25 % votre consommation d'essence ?
<b>Adoptez l'écoconduite</b>	<b>10</b>	C'est avantageux : 1) Diminution des risques d'accident 2) Diminution des coûts de carburant et d'entretien du véhicule 3) Diminution de votre empreinte écologique

\*L'écoconduite se caractérise par une conduite sécuritaire, économique et respectueuse de l'environnement. C'est un comportement routier responsable qui est à la portée de tous.

**Société de l'assurance  
automobile**

**Québec**