



CRÉÉE EN 1978, LA SOCIÉTÉ DE
L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU
QUÉBEC EST À VOTRE SERVICE
DEPUIS 25 ANS.

info SAAQ

www.saaq.gouv.qc.ca

BULLETIN NO.2

3^e trimestre 2003



DANS CE NUMÉRO

- Ne fermez pas les yeux ! Arrêtez-vous à temps !
- Changement d'adresse par Internet. Vous avez déménagé récemment ?

FATIGUE AU VOLANT

Ne fermez pas les yeux ! Arrêtez-vous à temps !

Un conducteur fatigué, parce qu'il est moins vigilant, représente un danger pour lui-même et pour les autres. Si vous « cognez des clous » derrière le volant, vous risquez fort d'avoir de mauvaises surprises à votre réveil. Si vous vous réveillez.

Des périodes critiques

C'est en début d'après-midi, entre 13 h et 15 h, et la nuit, entre 2 h et 6 h, que les risques de s'endormir au volant sont les plus élevés. Pourquoi ? Parce que le corps suit un cycle quotidien qui comporte des moments « creux » pendant lesquels le métabolisme ralentit, la vigilance diminue et la fatigue se fait sentir.

Pour prévenir la fatigue et éviter la somnolence

- Respectez vos limites quant à la fatigue et au sommeil.
- Avant de prendre la route pour un long trajet, accordez-vous une bonne nuit de sommeil de huit heures.
- Planifiez vos voyages en tenant compte des « creux ». Par exemple, évitez de traverser une zone de trafic intense en début d'après-midi.

- Prenez des repas légers et ne buvez pas d'alcool avant de conduire.
- Entraînez-vous à détecter les premiers signes de fatigue. Dès leur apparition, arrêtez-vous pour vous reposer.
- Ne conduisez pas plus de quatre heures consécutives et, idéalement, pas plus de deux heures. Sortez de votre véhicule pour relaxer et dégourdir vos muscles.
- Pour prévenir la fatigue visuelle :
 - la nuit, diminuez l'intensité de l'affichage du tableau de bord : les contrastes lumineux augmentent la fatigue visuelle ;
 - ne placez pas d'objets sur le tableau de bord : ils se réfléchissent dans le parebrise et amplifient la fatigue visuelle ;
 - nettoyez régulièrement le pare-brise et les rétroviseurs : une meilleure visibilité diminue la fatigue visuelle.

ET, RAPPELÉZ-VOUS :
**le repos est le seul remède
contre la fatigue.**

Source : Conduire au Québec

Québec

LA SOCIÉTÉ VOUS INFORME

Vous avez en main notre bulletin d'information INFO-SAAQ.

Cette publication, imprimée à plus de 6 millions d'exemplaires par année, est dorénavant jointe à l'avis de paiement du permis de conduire et de l'immatriculation.

Conçu pour mieux vous informer, ce bulletin aborde un éventail de sujets liés notamment aux services que nous offrons et à la sécurité routière. Nous espérons qu'il répondra à plusieurs de vos questions et qu'il vous donnera le goût de consulter notre site Internet pour en apprendre davantage.

Bonne lecture !

Il vous protège partout dans le monde

Partout dans le monde, lorsque vous êtes blessé dans un accident de la route en tant que conducteur, passager, piéton, cycliste ou motocycliste, vous bénéficiez de la protection offerte par le Régime d'assurance automobile du Québec. Cette protection est offerte sans exception à tous les Québécois, qu'ils soient responsables ou non de l'accident.

Qui s'occupe des dommages...

... corporels ?

C'est la Société qui vous indemnise lorsque vous subissez des blessures dans un accident de la route.

... matériels ?

C'est votre compagnie d'assurances privée qui vous indemnise pour les dommages matériels causés à votre véhicule.



Avant de prêter ou de louer votre véhicule

Avant de prêter ou de louer votre véhicule, il est important de vous assurer que :

- le permis du conducteur est valide ;
- le permis correspond bien à la classe de votre véhicule.

Ce service est disponible en tout temps en composant le **1 900 565-1212**.

Des frais de 1,50 \$ par appel sont exigés.

Ayez en main le numéro du permis de conduire du conducteur.

Ce numéro débute par la première lettre de son nom de famille.

Une précaution qui pourrait vous éviter la saisie de votre véhicule.



NOUVEAU ! Payez en ligne avec « AccèsD Internet » de Desjardins

Vous êtes membre d'une caisse populaire Desjardins ? Si c'est le cas, vous pouvez maintenant utiliser les services **AccèsD** et **Accès D Affaires Internet** de Desjardins pour payer le renouvellement de votre permis de conduire, de votre immatriculation ou de votre vignette de stationnement pour personnes handicapées.

Cette nouveauté s'ajoute aux autres modes de paiement actuels que sont la poste, le comptoir ou le guichet automatique des institutions financières et les points de service de la Société de l'assurance automobile.

Pour utiliser ce nouveau service, exclusif à Desjardins, rendez-vous au www.desjardins.com

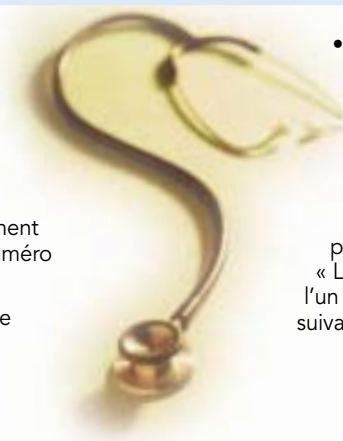


Desjardins
Solutions en ligne

Que faire si vous êtes blessé dans un accident de la route ?

- Appelez la POLICE afin de faire rédiger un rapport d'accident.
- Voyez un MÉDECIN le plus tôt possible et faites inscrire sur le rapport médical toutes les blessures subies lors de votre accident. Assurez-vous de faire parvenir ce rapport à la Société et appelez-nous le plus rapidement possible en composant, sans frais, le numéro suivant : **1 888 810-2525**.

Nous vous ferons parvenir un formulaire de réclamation.



- Avisez votre COMPAGNIE D'ASSURANCES PRIVÉE s'il y a des dommages matériels.

Si vous avez un accident grave à l'**extérieur du Québec**, au Canada ou aux États-Unis, appelez-nous immédiatement sans frais au : 1 800 463-6898.

Pour en savoir davantage sur la protection accordée par le régime d'assurance, procurez-vous la brochure « La police d'assurance de tous les Québécois » dans l'un de nos points de service, ou consultez-la à l'adresse suivante : www.saaq.gouv.qc.ca/victime

Si votre état de santé change...

Vous devez nous signaler immédiatement tout problème de santé*. À titre d'exemples : diabète, maladie cardiaque ou respiratoire, hypertension artérielle, maladie des yeux, épilepsie, troubles liés à la consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments, etc.

Pour nous aviser, vous pouvez soit :

- Vous rendre dans l'un de nos centres de services ;
- Nous téléphoner aux numéros suivants :
Québec : (418) 643-7620 ; Montréal : (514) 873-7620 ;
Ailleurs au Québec, sans frais 1 800 361-7620
- Retourner, au moment du renouvellement, la partie 3 de votre avis de paiement du permis de conduire.

Déclarer votre état de santé à la Société ne signifie pas automatiquement que vous perdez votre permis de conduire. Chaque cas est particulier et la décision est prise en tenant compte des rapports ou des évaluations fournies par votre médecin ou votre spécialiste.

* Code de la sécurité routière, article 95.

CHANGEMENT D'ADRESSE PAR INTERNET

Vous avez déménagé récemment ?

Effectuer votre changement d'adresse par Internet est maintenant possible. Il suffit de nous rendre visite au www.saaq.gouv.qc.ca et de cliquer, en page d'accueil de notre site, sur **Changement d'adresse en ligne**, sous l'onglet **En vrac...**

Rapide, sûr et efficace, ce nouveau service vous permet de modifier votre adresse pour les documents suivants :

- permis de conduire ;
- certificat d'immatriculation de véhicules dont vous êtes l'unique propriétaire ;
- vignette de stationnement pour personne handicapée ;
- dossier d'indemnisation, si vous avez été victime d'un accident de la route.



POUR CONDUIRE, ÇA PREND DE BONS YEUX ET UNE BONNE SANTÉ

Peu importe leur état de santé, tous les conducteurs doivent se soumettre à une évaluation médicale et visuelle lorsqu'ils atteignent l'âge de 75 ans. À compter de 80 ans, l'examen ou l'évaluation se fait une fois tous les deux ans.

Les conducteurs de véhicules lourds doivent se soumettre à une évaluation médicale aux âges suivants :

- 45 ans ;
- 55 ans ;
- 60 ans ;
- 65 ans et tous les deux ans par la suite.

Propriétaires de véhicules tout terrain (VTT) ou de motoneiges Êtes-vous bien assurés ?

POUR AUTRUI...

La Loi sur les véhicules hors route vous oblige à avoir une police d'assurance de responsabilité civile d'au moins 500 000 \$. Offerte par les compagnies d'assurances privées, cette assurance couvrira les dommages **causés à autrui** lors de l'utilisation de votre véhicule hors route.



POUR VOUS-MÊMES...

Lorsque la Société émet une plaque d'immatriculation pour votre VTT ou votre motoneige, elle ne perçoit aucune contribution d'assurance.

Par conséquent, elle ne paie aucune indemnité pour les blessures subies dans un accident avec un VTT ou une motoneige, sauf lorsqu'il y a collision, par exemple, avec un véhicule de promenade ou un camion.

Pour être indemnisés pour vos propres dommages corporels ou matériels, vous devez vous procurer une assurance supplémentaire auprès de votre assureur.

CONDUITE INTERDITE AUX MOINS DE 14 ANS

Il faut avoir au moins 14 ans pour conduire ce genre de véhicules. Entre 14 et 16 ans, les conducteurs doivent être titulaires d'un certificat d'aptitude qu'ils peuvent obtenir après avoir suivi une formation offerte par la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec ou la Fédération québécoise des clubs quads.

La Loi sur les véhicules hors route, le Règlement sur la motoneige et le Règlement sur les véhicules tout terrain sont sous la responsabilité du ministère des Transports du Québec. Vous pouvez en savoir davantage à ce sujet en consultant le www.mtq.gouv.qc.ca

VOTRE AUTO SE MEURT ? ELLE POURRAIT SAUVER DES VIES

Donnez-la au programme Auto-Rein de la Fondation canadienne du rein. Vous contribuerez ainsi à la recherche sur les maladies rénales dont souffrent des milliers de Québécois. Vous recevrez un reçu d'impôt et, en prime, votre véhicule sera parfaitement recyclé !

Pour connaître le numéro Auto-Rein de votre région, composez le 1 888 228-8673 ou rendez-vous au www.reinquebec.ca

Vous pouvez également obtenir plus d'information sur le don de votre vieux véhicule en communiquant avec la Société ou l'un des autres organismes suivants partenaires du programme :

- La Corporation des concessionnaires automobiles du Québec;
- CAA-Québec.

Faites appel à nos services téléphoniques automatisés

Conçus pour vous faciliter la vie, nos services téléphoniques automatisés sont aussi accessibles rapidement en dehors des heures normales d'ouverture de notre centre d'appels.

Vous pouvez donc, sans frais,

- prendre, modifier, annuler ou vérifier votre rendez-vous pour un examen de conduite;
- annuler votre permis de conduire;
- remiser votre véhicule;
- obtenir votre dossier de conduite;
- connaître les heures d'ouverture et les adresses de nos centres de service.

En composant les numéros de téléphone suivants

Québec (418) 643-7620;

Montréal (514) 873-7620;

Ailleurs au Québec, sans frais
1 800 361-7620.

Les meilleures heures pour avoir accès à nos services téléphoniques automatisés **en dehors des heures normales d'ouverture** sont :

Du lundi au vendredi de 7 h 30 à 8 h 30 et de 16 h 30 à 23 h;

Le samedi de 7 h 30 à 23 h;

Le dimanche de 12 h à 23 h.

Produit par la Direction des communications, le bulletin INFO SAAQ est imprimé sur du papier 100 % québécois.

INFO SAAQ est rédigé au masculin afin de faciliter la lecture.

Faites-nous part de vos commentaires.

Site Internet www.saaq.gouv.qc.ca

English version available on request.

© Société de l'assurance automobile du Québec, 2003

Toute reproduction autorisée à condition d'en mentionner la source.

ISSN : 1705-9305

Société de l'assurance automobile

Québec

