

# BULLETIN D'INFORMATION

Vol. 12, no 1, novembre 2010

## FATIGUE AU VOLANT ET HEURES DE CONDUITE ET DE REPOS DES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS

### Le saviez-vous? Des études ont révélé que :

- 31 % des conducteurs ayant des épisodes de somnolence ne reconnaissent pas les premiers signes de fatigue ou n'en tiennent pas compte;
- dans 40 % des accidents liés à la fatigue, le conducteur était éveillé depuis plus de 17 heures.

***Un conducteur fatigué présente un risque pour sa propre sécurité et pour celle des autres usagers de la route.***

***Arrêtez-vous dans un endroit sécuritaire dès les premiers signes de fatigue.***

### Êtes-vous un conducteur à risque?

De façon générale, on trouve plus de personnes sujettes à la fatigue dans les groupes suivants :

- les travailleurs qui ont un horaire irrégulier (horaire rotatif ou entrecoupé), parce qu'ils dorment en moyenne une heure et demie de moins par jour;
- les adultes de 50 ans et plus, parce qu'ils présentent un taux plus élevé de troubles du sommeil;
- les conducteurs de moins de 25 ans, particulièrement les hommes, parce qu'ils ont davantage besoin de sommeil que les personnes plus âgées, mais aussi en raison de leur style de vie.

## LES RÈGLES SUR LES HEURES DE CONDUITE ET DE REPOS CONTRIBUENT À LIMITER LES RISQUES LIÉS À LA FATIGUE CHEZ LES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS.

**Vous devez respecter ces règles** lorsque vous conduisez un des véhicules énumérés ci-dessous, et ce, **même si vous restez à l'intérieur d'un rayon de 160 km :**

- Les véhicules routiers suivants, lorsque leur masse nette est de plus de 3000 kg :
  - un camion, y compris, entre autres, un tracteur routier, un camion épandeur ou équipé d'une gratte ou un camion utilisé pour le transport de matières en vrac;
  - un véhicule de transport d'équipement.
- Les ensembles de véhicules routiers d'une masse nette totale de plus de 3 000 kg, dont chacun des véhicules a une masse nette de 3 000 kg ou moins et dont la remorque ou la semi-remorque incluant le système d'attelage mesure plus de 10 m.
- Les véhicules routiers suivants, quelle que soit leur masse :
  - un véhicule transportant des matières dangereuses, sauf les véhicules dont la masse nette est inférieure à 3000 kg et qui ne nécessitent pas l'apposition de plaques d'indication de danger;
  - un minibus ou un autobus, sauf ceux affectés au transport urbain;
  - une dépanneuse.
- Tout véhicule répondant à la définition de **véhicule lourd** et ne bénéficiant pas d'une exemption selon le Règlement sur les heures de conduite et de repos des conducteurs de véhicules lourds.

C-4923-3 (10-11)

Société de l'assurance  
automobile

Québec





DUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXPLOITANTS ET DES CONDUCTEURS DE  
À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXPLOITANTS ET DES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DE  
ANTS ET DES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXP

## HEURES DE CONDUITE

Toutes les heures passées au volant d'un **véhicule lourd** dont le moteur est en marche.

## HEURES DE TRAVAIL

Les heures de conduite et, **entre autres**, le temps consacré aux activités suivantes :

- l'inspection, l'entretien ou la réparation d'un véhicule lourd;
- la participation au chargement ou au déchargement d'un véhicule lourd;
- l'attente lors :
  - de l'entretien du véhicule;
  - du chargement ou du déchargement;
  - d'un contrôle sur route;
  - d'un accident ou d'un événement imprévu.
- toute autre tâche effectuée à la demande d'un exploitant, dont la conduite de véhicules non visés par les règles sur les heures de conduite, comme les véhicules-outils, tels :
  - une chargeuse;
  - une souffleuse à neige;
  - une chenillette;
  - une niveleuse;
  - un rouleau compresseur;
  - un chariot élévateur;
  - une rétrochargeuse;
  - un bouteur;
  - une excavatrice;
  - une rétrocaveuse;
  - un tracteur.

### **IMPORTANT :**

- ***Pour se conformer à la réglementation, avant de conduire un véhicule lourd visé, le conducteur doit s'assurer de prendre en considération toutes les heures de travail effectuées à la demande d'un exploitant de véhicules lourds.***
- ***Le conducteur ne doit pas conduire lorsque ses facultés sont affaiblies, notamment par la fatigue, au point qu'il est dangereux qu'il conduise. L'exploitant est aussi responsable de s'assurer que le conducteur respecte cette obligation.***

Pour plus de détails concernant le Règlement sur les heures de conduite et de repos des conducteurs de véhicules lourds, consultez les deux publications suivantes :



*Aide-mémoire – Heures de conduite et de repos des conducteurs de véhicules lourds*



*Heures de conduite et de repos des conducteurs de véhicules lourds*



## FICHE JOURNALIÈRE

Le conducteur de véhicules lourds doit remplir une fiche journalière sur laquelle sont consignées toutes ses activités et la remettre à l'exploitant.

### Exemple de fiche journalière

Fiche journalière du conducteur	
<input type="text"/> jour <input type="text"/> mois <input type="text"/> année	<input type="text"/> Distance parcourue
<input type="text"/> Heure de début de la journée <small>(autre que minuit)</small>	<input type="text"/> Odomètre à la fin
<input type="text"/> Odomètre au début	<input type="text"/> Odomètre à la fin
<input type="checkbox"/> Cycle 1 : 7 jours <input type="checkbox"/> Cycle 2 : 14 jours	<input type="text"/> Numéro d'unité sur le certificat d'immatriculation
<input type="text"/> Camion/tracteur : plaque d'immatriculation	<input type="text"/> Adresse du terminus d'attache
<input type="text"/> Adresse de l'établissement	<input type="text"/> Adresse du terminus d'attache
<input type="text"/> Nom de l'exploitant	<input type="text"/> Adresse du terminus d'attache
Activités	
	<b>Total des heures</b>
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24
Repos	
Temps dans le compartiment couchette	
Conduite	
Travail autre que la conduite	
Observations	
<input type="text"/>	<input type="text"/> Nom du conducteur de relève
<input type="text"/>	<input type="text"/> Nom du conducteur
<input type="text"/>	<input type="text"/> Signature du conducteur



DUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXPLOITANTS ET DES CONDUCTEURS DE  
À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXPLOITANTS ET DES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DE  
ANTS ET DES CONDUCTEURS DE VÉHICULES LOURDS À L'INTENTION DES PROPRIÉTAIRES, DES EXP

## CONDITIONS POUR NE PAS REMPLIR LA FICHE JOURNALIÈRE

**En tout temps, vous devez respecter les règles relatives aux heures de conduite, de travail et de repos.**

Cependant, vous n'êtes pas obligé de remplir une fiche journalière si vous répondez à toutes les conditions suivantes :

- vous circulez à l'intérieur d'un **rayon de 160 km** de votre terminus d'attache;
- vous retournez chaque jour à votre terminus d'attache pour y commencer au moins 8 heures de repos consécutives;
- votre véhicule n'est pas visé par un permis de déroger aux heures de conduite et de repos;
- **l'exploitant qui vous emploie tient des registres conformes aux exigences réglementaires.**

### REGISTRE DÉTAILLÉ

Les registres détaillés doivent contenir les informations suivantes, pour chaque journée :

- la date;
- le cycle suivi;
- les activités effectuées par le conducteur;
- l'heure du début et de la fin de chaque activité;
- le total des heures consacrées à chaque activité;
- le cas échéant, les raisons d'un dépassement d'heures de conduite ou d'un report d'heures de repos.

### REGISTRE ALLÉGÉ

Pour utiliser des registres allégés, des conditions supplémentaires s'appliquent :

- le poste de travail doit être d'une durée de 13 heures ou moins;
- le poste de travail doit commencer et se terminer la même journée;
- la durée de la période de repos avant et après le poste de travail doit être d'au moins 11 heures consécutives.

Les registres allégés doivent contenir les informations suivantes :

- la date et l'heure du début de la journée, si ce n'est pas minuit;
- le cycle suivi;
- l'heure de début et de fin du poste de travail;
- le nombre total d'heures de travail au cours de la journée.



**Exemple de registre détaillé**

REGISTRE DÉTAILLÉ				
Nom du conducteur :		Date :		
Nom de l'exploitant :				
Cycle 1 <input type="checkbox"/>		Cycle 2 <input type="checkbox"/>		
Début de l'activité	Fin de l'activité	Repos	Conduite	Travail (sauf conduite)
<b>TOTAL</b>				
Observations :				

**Exemple de registre allégé**

<b>REGISTRE ALLÉGÉ</b>				
Nom du conducteur :		Année :		
Nom de l'exploitant :		Mois :		
Cycle 1 <input type="checkbox"/>	Cycle 2 <input type="checkbox"/>			
Jour de la semaine	Date	Début du poste de travail	Fin du poste de travail	Nombre d'heures de travail
Dimanche				
Lundi				
Mardi				
Mercredi				
Jeudi				
Vendredi				
Samedi				
Observations :				