



Le chargement du véhicule : c'est simple !

Pour améliorer votre tenue de route,
consommer moins de carburant et garantir
votre sécurité et celle des autres
automobilistes sur l'autoroute

Dans le coffre,
placez les bagages
les plus lourds
le plus bas possible.



Dans l'habitacle, fixez bien les objets

pour éviter qu'ils ne
se transforment
en projectiles en cas
de freinage brutal.

**Sur le toit, utilisez
exclusivement
des sangles** pour bien
arrimer le chargement
et assurer sa stabilité.
Assurez-vous que rien
ne flotte au vent.



Les conseils de l'Association des Sociétés Françaises d'Autoroutes
avec l'Automobile Club Association



STOP ! Trop de déchets jetés sur les aires d'autoroutes



Adoptez le geste citoyen !

Un déchet jeté au sol est **une incivilité qui met en danger les autres usagers** et les agents qui doivent ramasser.

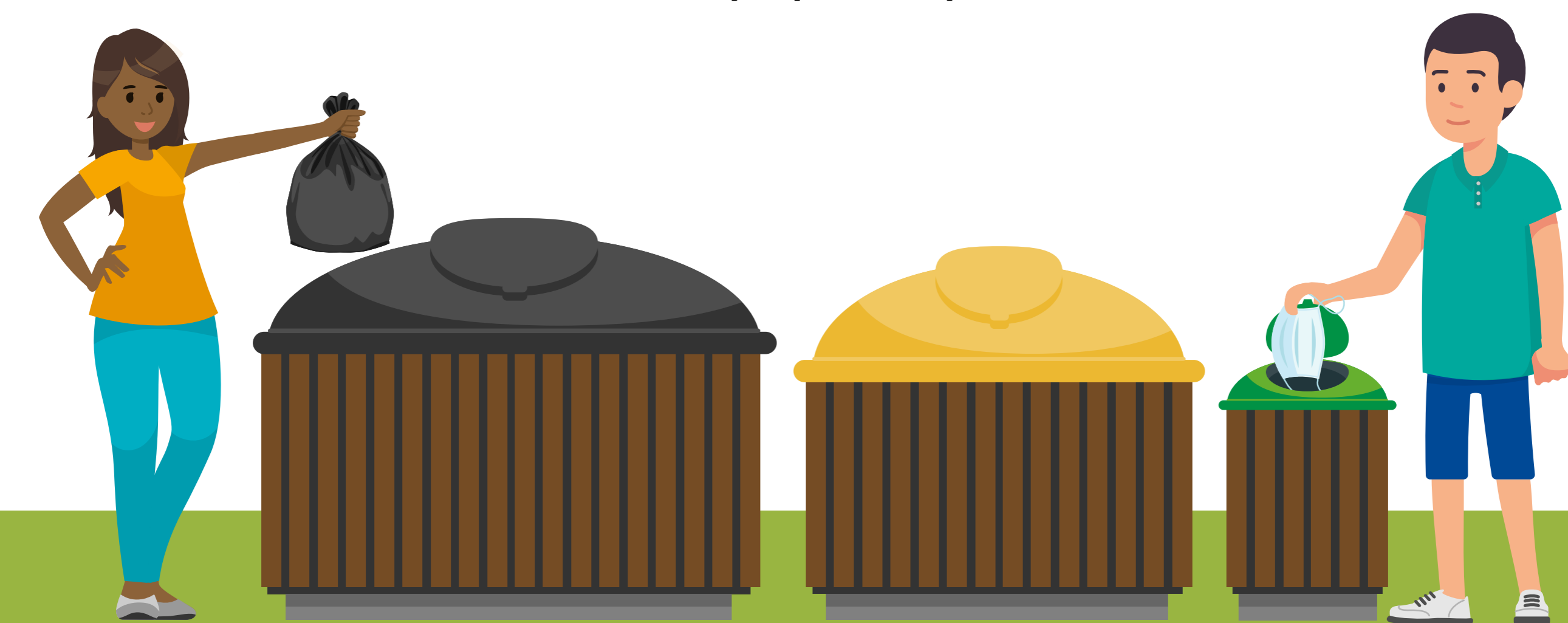


Vigilance santé !

Masques ou flacons de gel jetés au sol contribuent à la propagation du virus.

Une seule destination : la poubelle !

Profitez d'une pause pour jeter vos déchets.
100% des aires sont équipées pour le tri sélectif !



Les conseils de l'Association des Sociétés Françaises d'Autoroutes avec l'Automobile Club Association



Somnolence au volant : attention danger !

Première cause d'accident mortel
sur autoroute

**Une seule
consigne :**
dès les premiers
signes d'alerte,
arrêtez-vous !



Même s'il ne vous reste que quelques kilomètres à parcourir, **faites une pause sur une aire.**



Pour récupérer,
**faites une sieste
de 15 à 20 minutes.**



Après votre sieste,
**marchez et
hydratez-vous**
avant de reprendre
le volant en toute sécurité.

La veille du départ,
**dormez bien après un
repas léger sans alcool.**

Certains médicaments
sont contre-indiqués
pour la conduite.



Les conseils de l'Association des Sociétés Françaises d'Autoroutes
avec l'Automobile Club Association