

# Pour une autoroute toujours plus sûre

1

SOMNOLENCE  
AU VOLANT :

**LES SIGNES  
QUI DOIVENT  
VOUS ALERTER**



**mobilité club**  
france





# Signe d'alerte #1

Picotement des yeux





# Signe d'alerte #2

Baillements répétés



Somnolence au volant : signes



# Signe d'alerte #3

Difficulté à se concentrer





# Signe d'alerte #4

Fourmillements dans les jambes





# Signe d'alerte #5

Besoin incessant de changer de position





# Signe d'alerte #6

Des raideurs dans la nuque et le dos





**Arrêtez-vous**  
**dès les**  
**premiers**  
**signes**  
**d'alerte !**



Agir pour une mobilité  
sûre et durable pour tous



**mobilité club**  
france

