

Prendre les commandes d'un véhicule : des ajustements pour la vie

CHAQUE ANNÉE, LES ACCIDENTS DE LA ROUTE FONT DE NOMBREUSES VICTIMES. AU-DELÀ DES DÉCÈS S'AJOUTENT DES BLESSURES DONT LES CONSÉQUENCES PEUVENT S'AVÉRER GRAVES ET PERMANENTES. QU'IL S'AGISSE D'UNE LIVRAISON, D'UN REMORQUAGE OU D'UN ESSAI ROUTIER, UN POSTE DE COMMANDES CONVENABLEMENT AJUSTÉ À VOS DIMENSIONS CORPORELLES PEUT PRÉVENIR DES ACCIDENTS, LIMITER LA GRAVITÉ DE CERTAINES BLESSURES OU VOUS SAUVER LA VIE. UNE BONNE HABITUDE À PRENDRE POUR MAXIMISER VOTRE PROTECTION.



par **MARTINE CHARETTE**
Conseillère en
hygiène industrielle,
Auto Prévention



Quand on prend le volant d'un véhicule, on doit considérer plusieurs éléments avant de démarrer: le siège, l'appuie-tête, les rétroviseurs, la ceinture de sécurité, le coussin gonflable, etc. Voici quelques trucs pour assurer votre sécurité et votre confort.

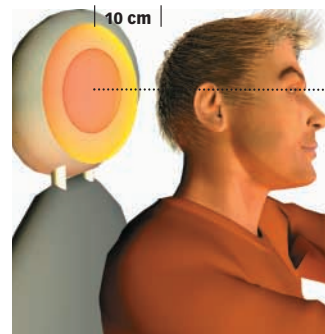
LE SIÈGE DU VÉHICULE

Il s'agit du premier élément à ajuster lorsqu'on s'assoit au volant. Le réglage de l'assise doit donner une bonne visibilité sur la chaussée

devant le véhicule. Pour une position idéale, la jambe doit demeurer légèrement pliée lorsqu'on pose la plante du pied sur la pédale de frein. De cette façon, il sera possible d'enfoncer complètement la pédale sans avoir à se déplacer. L'inclinaison du dossier s'effectue avec les mains sur le volant et les bras légèrement pliés devant le volant.

L'APPUIE-TÊTE

Lors d'une collision arrière ou latérale, la tête du conducteur est bru-



Pour être efficace, l'appuie-tête doit être correctement ajusté.

talement projetée vers l'arrière. L'appuie-tête permet de retenir le mouvement de la tête et de prévenir les blessures au cou. Faites un bon coup en ajustant correctement votre appuie-tête et réduisez de 28 % les risques d'entorse cervicale.

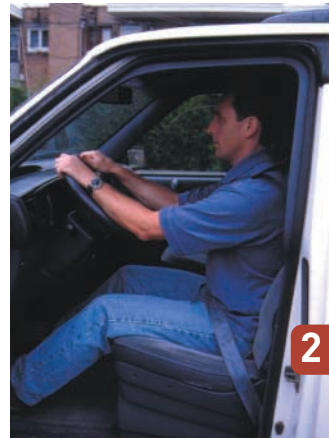
LES RÉTROVISEURS

Avant d'ajuster les rétroviseurs, il faut prendre la position habituelle de conduite. Le rétroviseur intérieur doit offrir une vue complète de la lunette arrière tandis que les rétroviseurs extérieurs doivent être ajustés de façon à voir quelque peu les côtés arrière du véhicule.

LA CEINTURE DE SÉCURITÉ

Il est obligatoire de porter sa ceinture de sécurité. Il s'agit d'une protection indispensable qui réduit de moitié les risques d'être tué ou blessé gravement lors d'un accident. Il est faux de croire que les risques sont inexistantes lorsqu'on circule à basse vitesse ou sur de courtes distances puisque plus de la moitié des accidents se produisent non loin du point de départ et à des vitesses inférieures à 50 km/h.

La ceinture abdominale doit être ajustée près du corps, aussi bas que possible. Le baudrier doit descendre en diagonale en passant sur l'épaule et la poitrine. Pour une meilleure maniabilité, le con-



1. BONNE FAÇON : le volant doit être positionné de façon à ce que le coussin gonflable soit dirigé vers la poitrine.

2. À ÉVITER : l'orientation du coussin gonflable vers le visage et le cou peut augmenter le risque de blessure lors de son déploiement.

ducteur peut détacher sa ceinture de sécurité lors d'une manœuvre en marche arrière.


COUSSINS GONFLABLES

Il s'agit d'un dispositif de sécurité destiné à éviter que la tête, le cou et la poitrine ne viennent heurter violemment le tableau de bord, le volant ou le pare-brise lors d'une collision frontale. Pour réduire les risques liés à leur déploiement, il suffit de maintenir une distance de 25 cm entre le centre du volant et le milieu de la poitrine. Si le volant est inclinable, il est préférable de le diriger vers la poitrine et non vers le cou ou la tête. Après leur déploiement, les coussins gonflables se dégonflent dès qu'ils ont absorbé le contrecoup du conducteur. Certaines blessures mineures (brûlures superficielles, coupures, ecchymoses) peuvent survenir, mais elles n'ont rien de

comparable à la gravité des blessures que le coussin permet d'éviter. Les seuls cas de blessures graves reliés au déploiement ont été dus au fait que l'occupant se trouvait trop près du couvercle du coussin gonflable.

AUTRES CONSIDÉRATIONS

Afin d'avoir un bon contact avec les pédales, on doit s'assurer que les chaussures sont stables et que les semelles sont exemptes d'huile, de neige ou de glace.

Ajuster les bouches de ventilation, l'ouverture des fenêtres ou la climatisation permettra d'éviter la formation de buée ou de givre. Avant de démarrer, laissez-leur le temps d'agir et de bien dégager toutes les fenêtres du véhicule, vous assurant ainsi d'une bonne visibilité en tout temps. 

À suivre.

lev-co

Allez-y, respirez! ^{MD}

Des solutions pour :

- Le monoxyde de carbone
- Les fumées de diesel
- Les poussières en carrosserie
- Le nettoyage des jantes
- Les fumées de soudure

Des équipements :

- À bas prix
- Efficaces
- Qui vous garantiront un milieu de travail sain et sécuritaire
- Faciles à installer
- Adaptables à vos besoins

Contactez-nous
dès maintenant !

La compagnie de ventilation et d'évacuation

Toronto • Ottawa • Montréal • London • Windsor • Edmonton
1.888.862.5356 www.lev-co.com sales@lev-co.com