



RETROUVAILLES JUSQU'À 10 EN EXTÉRIEUR : CONTINUONS À NOUS PRÉSERVER, SUR LES ROUTES AUSSI

Ce lundi 26 avril, la bulle sociale à l'extérieur passe de 4 à 10 personnes. Comme tous les Belges, nous allons enfin pouvoir retrouver nos amis et notre famille en extérieur, pour notre plus grand bonheur. Nous en avons tous besoin.

Cet élargissement de la bulle est l'occasion, avec une météo printanière et des journées plus longues, de partager de bons moments auprès de ceux qui nous ont tant manqués, en attendant l'ouverture prochaine de l'HoReCa.

Pour ne pas gâcher ces retrouvailles, l'Agence wallonne pour la Sécurité routière (AWSR) invite les usagers de la route à anticiper les risques et faire preuve de prudence afin de (re)prendre la route en toute sécurité : alcool et somnolence seront les pièges à éviter

Le retour, tant attendu, à une vie sociale

Confinements, déplacements restreints, couvre-feu et bulle d'une personne, les Belges ont vécu de nombreux mois de restriction compliqués, imposés par la crise sanitaire. Des règles que nous avons tous veillé à respecter, autant que faire se peut.

Dès lundi, nous allons enfin pouvoir côtoyer en extérieur 10 de nos proches, ceux qui nous ont manqué. Les prémices d'une vie sociale que nous attendions tous avec impatience. Pour preuve, en mars dernier, près de 2 Belges sur 3 se déclaraient insatisfaits de leurs contacts sociaux¹.

C'est le moment d'adopter les boissons 0% alcool, ou de s'abstenir de conduire

Vu comme un signe, le soleil printanier se déconfiné aussi des nuages et de la grisaille en cette fin de mois d'avril pour nous accompagner dans ces retrouvailles.

Il va de soi que ce sera la fête un peu partout. Ces retrouvailles se célébreront volontiers autour d'un verre d'alcool, ou plus, ou trop. Certains n'hésiteront pas à reprendre le volant en ayant trop bu... parce qu'ils s'estiment invulnérables, maîtres de leur véhicule, habitués au trajet, capables de tenir l'alcool, etc.

Pourtant sur la route, les chiffres sont interpellant :

- On estime que **l'alcool** joue un rôle dans **25% des accidents mortels**
- Un **automobiliste belge sur 3** déclare avoir **pris le volant après avoir bu de l'alcool**, et près **d'1 automobiliste belge sur 4** déclare **conduire en étant conscient d'avoir trop bu**².

Ces chiffres nous placent, hélas, **dans le top 3 européen**³ quant au comportement de conduite face à l'alcool. Une sensibilisation s'impose donc, pour éviter le pire.

Après tous ces mois d'effort à se préserver, ce n'est pas le moment de tout gâcher en prenant le volant sous influence, ou en laissant un proche, éméché, reprendre la route.

Alors, pourquoi ne pas profiter de ce renouveau pour opter, avec ses proches pour le 0% alcool : mocktails, bières 0%, vin sans alcool ... le choix n'a jamais été aussi grand. C'est le moment idéal pour se lancer, tous ensemble !

Sinon, penser à organiser sa sortie en prévoyant à l'avance le retour avec un conducteur sobre, ou un couchage sur place reste l'idéal. La logique de la sécurité étant bien connue, mais pas assez appliquée hélas : si on boit, on ne conduit pas.

La somnolence, cet ennemi invisible, après des habitudes prises en confinement

Avec la crise sanitaire, nos activités quotidiennes (sport, travail, sommeil, activités sociales, etc.) ont été chamboulées. Notre horloge biologique a été bousculée, créant un déficit de sommeil. Le couvre-feu n'a pas aidé. Nous avons perdu l'habitude de nous déplacer sur les routes, d'y être attentifs tard en soirée.

Un déficit de sommeil impacte l'énergie de chaque individu lors de ses interactions avec son environnement, y compris sur la route. Avant la crise sanitaire, **un automobiliste belge sur 4**

¹ Selon les chiffres de la 6^e enquête santé Covid de Sciensano, mars 2021

² Personne ayant bu au moins une fois au cours des 30 derniers jours

³ Chiffres issus d'une étude ESRA en 2018

reconnaissait avoir conduit au moins une fois au cours des 12 derniers mois en ayant eu du mal à garder les yeux ouverts⁴. Cette fatigue jouerait un rôle dans 20 à 25% des accidents de la route.

Le conseil pratique à adopter pour limiter les risques d'endormissement au volant c'est de manger léger et de proscrire l'alcool avant de prendre le volant.

Dès lors, dans ce contexte si particulier de bulle de 10 autorisée en extérieur, où la fatigue et l'alcool risquent de ne pas faire bon ménage avec la sécurité sur les routes, l'AWSR invite chacun à être attentif à son comportement, pour préserver sa vie et celle des autres, sur les routes aussi.

Ensemble, partageons mieux la route pour préserver la vie de tous.

Contact Presse

Michael SCHOLZE

0483/764.416 – 081/821.329

michael.scholze@awsr.be

www.awsr.be



⁴ Chiffres 2018 de Vias