



9 BONNES RAISONS DE METTRE LA PÉDALE DOUCE.

Ta vie défile à vitesse grand V? Alors, le moment est venu de lever le pied. Notre objectif est de te faire arriver à bon port – que tu circules en voiture ou à moto. C’est pourquoi nous avons rassemblé ici quelques trucs et astuces, ainsi que des statistiques et des faits avérés pour te permettre de rouler en toute sérénité, avec une vitesse toujours adaptée à la situation. Car respecter les limitations de vitesse ne suffit pas: tu dois également tenir compte de l’état de la route, des conditions météo, de circulation et de visibilité. Et tu découvriras rapidement que rouler l’esprit tranquille, c’est à la fois intelligent et divertissant! **Slow down. Take it easy.**

RAISON

1

PRENDRE SON TEMPS POUR BIEN ARRIVER: LES LIMITATIONS DE VITESSE

Lever le pied, c'est diminuer le stress au volant – à tous points de vue. Rouler au-delà des limitations autorisées peut engendrer de graves accidents de la circulation: une vitesse excessive est ainsi un facteur décisif dans la survenue d'un quart des accidents au cours desquels des personnes ont été grièvement blessées, voire tuées. Alors, il est préférable de prendre son temps pour arriver à bon port. **Slow down. Take it easy.**

RAISON

2

PRENDRE SON TEMPS POUR BIEN ROULER QUELLE QUE SOIT LA MÉTÉO: UNE VITESSE ADAPTÉE

La Suisse étant un pays montagneux, la météo connaît des changements à la fois rapides et fréquents. D'une heure à l'autre, brouillard ou pluie peuvent faire leur apparition – et transformer ton chemin du retour en un véritable parcours du combattant. En effet, sur une chaussée mouillée, enneigée ou verglacée, les pneus perdent en adhérence. Et en cas de brouillard, de fortes averses ou de chutes de neige, ta visibilité sera restreinte. Ta distance de freinage s'allonge, chaque virage devient une source de danger. Pour garder le contrôle, il est donc impératif d'adapter sa vitesse aux conditions environnantes. Et lorsque tu penses connaître un trajet comme ta poche, sache qu'avec les caprices de la météo, la donne peut changer du tout au tout. Donc, un seul conseil: **Slow down. Take it easy.**



RAISON

3

PRENDRE SON TEMPS POUR ÊTRE UN AS DU VOLANT: LES JEUNES CONDUCTEURS

C'est un fait: les jeunes conducteurs perdent plus rapidement le contrôle de leur véhicule. Et c'est encore parmi les jeunes adultes que les accidents par dérapage ou par perte de maîtrise, dus à une vitesse trop élevée, occasionnent le plus de décès. Les raisons à cela? Un manque d'expérience et le fait que les effets de la vitesse sont très souvent sous-estimés. Le graphique suivant te montre que la vitesse excessive est à l'origine de la plupart des accidents impliquant des jeunes adultes. Les meilleurs conducteurs ne sont donc pas ceux qui roulent vite, mais ceux qui savent adapter leur vitesse. Alors, un seul mot d'ordre: **Slow down. Take it easy.**

RAISON

4

PRENDRE SON TEMPS POUR FREINER PLUS VITE: DISTANCE DE FREINAGE

Ceux qui ont déjà été contraints à un freinage d'urgence n'oublieront jamais à quel point la distance de freinage leur a paru interminable. Le choc reste gravé dans leur mémoire même après plusieurs semaines. Et sur une chaussée verglacée ou mouillée, cette expérience peut se transformer en véritable cauchemar. Aspect déterminant, le temps de réaction moyen est de 1 seconde, c'est-à-dire que le cerveau a besoin d'un moment avant de commander au pied de freiner. Fais le test à l'aide du calculateur de distance de freinage, pour t'éviter de vivre une telle expérience sur l'asphalte. **Slow down. Take it easy.**

> le calculateur de distance de freinage sur www.slow-n-easy.ch

RAISON

5

PRENDRE SON TEMPS POUR ÉVITER LE PIRE: VITESSE D'IMPACT

Avec chaque km/h au compteur, les chances de sortir indemne d'un accident diminuent. Le calcul est simple: plus la vitesse est élevée, plus une collision sera grave. Ainsi, une collision à 80 km/h équivaut à tomber du 9^e étage. Et pour les usagers de la route plus vulnérables comme les piétons, les cyclistes ou les motocyclistes, un choc provoqué par un véhicule peut avoir des conséquences mortelles même à faible vitesse. Mieux vaut donc prendre son temps et adapter sa vitesse: **Slow down. Take it easy.**

> le simulateur de collision sur www.slow-n-easy.ch

RAISON

6

PRENDRE SON TEMPS POUR BIEN NÉGOCIER LES VIRAGES: TECHNIQUE DE CONDUITE

A n'en pas douter, prendre un virage, c'est exaltant. La force centrifuge te plaque littéralement dans ton siège, tu fais corps avec la route. Mais c'est à la technique qu'on distingue le pro de l'amateur: les meilleurs conducteurs sont ceux qui ralentissent avant le virage, car c'est la seule manière de garder le contrôle sur son véhicule. En revanche, négocier les virages comme sur un circuit, juste à la limite, c'est mettre en danger soi-même et les autres. Alors, n'oublie pas: **Slow down. Take it easy.**



RAISON

7

PRENDRE SON TEMPS POUR PROFITER DE SES SORTIES: LA VITESSE NOCTURNE

C'est vendredi. Il fait nuit. Le moment est venu de sortir! En compagnie de tes amis, la nuit se fait jour – dans vos têtes et au volant. Mais la nuit, la fatigue et quelques secondes d'inattention à cause de la musique et de tes amis peuvent transformer la super soirée en mauvais film. Rien d'étonnant donc au fait que le week-end et la nuit les accidents liés à la vitesse montent en flèche. Et ce sont les jeunes hommes qui sont les plus concernés. C'est en restant cool qu'on demeure maître de la situation et qu'on roule l'esprit tranquille. Et inutile de préciser que l'alcool et les drogues sont incompatibles avec le fait de prendre le volant. **Slow down. Take it easy.**

RAISON

8

PRENDRE SON TEMPS POUR PROTÉGER LES AUTRES: CYCLISTES, ENFANTS, ETC.

C'est un fait: on n'est jamais seul sur la route. La route appartient à tout le monde. Et piétons, cyclistes et enfants ne sont jamais bien loin. Il est bon de se rappeler que les enfants sont imprévisibles. La meilleure manière de se protéger soi-même et de protéger les autres contre un accident est d'adopter une vitesse adéquate. Car ce n'est qu'en adaptant sa vitesse à l'état de la route, aux conditions météo, de circulation et de visibilité que tu feras preuve de respect envers les usagers les plus vulnérables – surtout à l'intérieur des agglomérations. Alors, rappelle-toi du credo: **Slow down. Take it easy.**

RAISON

9

PRENDRE SON TEMPS POUR EN METTRE PLEIN LA VUE: DU FUN ET DES TÉLÉCHARGEMENTS

Slow, c'est la nouvelle attitude cool. Commande les gadgets «Slow Down» ou envoie «Franky Slow Down» et sa chanson du même nom à tes amis.

www.slow-n-easy.ch

En compagnie du groupe «Da Sign & The Opposite», Franky chante «Slow down. Take it easy.», la fameuse chanson des spots TV. Télécharge le morceau sur www.slow-n-easy.ch



Deviens membre de la communauté de Franky sur **Facebook** et tu profiteras d'infos et de téléchargements exclusifs.