



# Départ en vacances : Les Français et la somnolence au volant

Ifop pour MMA

- Principaux enseignements -



FG/MM N° 114771

Contacts Ifop :

Fabienne Gomant / Mathilde Moizo

Département Opinion et Stratégies d'Entreprise

TEL : 01 45 84 14 44

[prenom.nom@ifop.com](mailto:prenom.nom@ifop.com)

**JUIN 2017**

## Sommaire

- 1 - La méthodologie.....	1
- 2 - Les principaux enseignements de l'étude .....	4
I. Les pratiques sur la route des vacances .....	5
II. La prise de risque sur la route des vacances .....	6
III. La gestion de la fatigue sur la route des vacances et la connaissance du risque routier.....	7

- 1 -

## La méthodologie

# Méthodologie

---

Ce document présente les résultats d'une étude réalisée par l'Ifop. Elle respecte fidèlement les principes scientifiques et déontologiques de l'enquête par sondage. Les enseignements qu'elle indique reflètent un état de l'opinion à l'instant de sa réalisation et non pas une prédiction.

Aucune publication totale ou partielle ne peut être faite sans l'accord exprès de l'Ifop.

## Etude réalisée par l'Ifop pour MMA

---

### Echantillon



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **1001** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus, titulaire du permis B.

### Méthodologie



La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.

### Mode de recueil



Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du 12 au 15 juin 2017.

## Précision relative aux marges d'erreur

La théorie statistique permet de mesurer l'incertitude à attacher à chaque résultat d'une enquête. Cette incertitude s'exprime par un intervalle de confiance situé de part et d'autre de la valeur observée et dans lequel la vraie valeur a une probabilité déterminée de se trouver. Cette incertitude, communément appelée « marge d'erreur », varie en fonction de la taille de l'échantillon et du pourcentage observé comme le montre le tableau ci-dessous :

<b>INTERVALLE DE CONFIANCE A 95% DE CHANCE</b>						
<i>Si le pourcentage trouvé est...</i>						
<i>Taille de l'échantillon</i>	<b>5 ou 95%</b>	<b>10 ou 90%</b>	<b>20 ou 80%</b>	<b>30 ou 70%</b>	<b>40 ou 60%</b>	<b>50%</b>
<b>100</b>	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10,0
<b>200</b>	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
<b>300</b>	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
<b>400</b>	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
<b>500</b>	1,9	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
<b>600</b>	1,8	2,4	3,3	3,7	4,0	4,1
<b>700</b>	1,6	2,3	3,0	3,5	3,7	3,8
<b>800</b>	1,5	2,1	2,8	3,2	3,5	3,5
<b>900</b>	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
<b>1 000</b>	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
<b>2 000</b>	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
<b>3 000</b>	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8
<b>4 000</b>	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
<b>5 000</b>	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4
<b>6 000</b>	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4
<b>8 000</b>	0,5	0,7	0,9	1,0	1,1	1,1
<b>10 000</b>	0,4	0,6	0,8	0,9	0,9	1,0

**Exemple de lecture du tableau :** dans le cas d'un échantillon de **1000** personnes, si le pourcentage mesuré est de **10%**, la marge d'erreur est égale à **1,8**. Le vrai pourcentage est donc compris entre 8,2% et 11,8%.

**- 2 -**

## **Les principaux enseignements de l'étude**

## I. Les pratiques sur la route des vacances

**Le moment du départ en vacances d'été est synonyme d'allégresse pour 80% des Français détenteurs du permis B.** C'est surtout un sentiment de joie qui anime les vacanciers (31%), voire d'impatience (21%) ou d'excitation (17%), devant le stress (14%). Le sentiment d'apaisement est très minoritaire (11%) mais la fatigue ne concerne que 6% des interviewés à cette période.

### **Une forte disposition à prendre le volant pour se rendre sur son lieu de vacances et à parcourir de longs trajets**

**Plus de 4 Français détenteurs du permis B sur 5 utilisent la voiture lorsqu'ils se rendent sur leur lieu de vacances (86%).** En termes de fréquence, les hommes prennent largement plus souvent le volant que les femmes (85% vs 35%), ou que les plus jeunes (26% des 18-24 ans vs 63% des plus de 35 ans).

**Plus précisément, deux tiers des interrogés projettent de prendre la voiture pour partir durant ces prochaines vacances estivales (64%),** un résultat plus marqué auprès des détenteurs du permis B vivant dans l'agglomération parisienne (72%) et nettement moins saillant du côté des retraités (60%).

**S'agissant de la distance à parcourir, la moitié des personnes concernées envisage de rouler sur plus de 500 kilomètres pour atteindre son lieu de vacances cet été (51%).** Constatons par ailleurs que les résultats diffèrent – comme on peut s'y attendre – selon la région d'habitation, puisque les habitants du Sud-Ouest de la France (36%) semblent parcourir moins de distance que leurs compatriotes du Nord-Est (72%).

### **Des départs en vacances au petit matin privilégiés pour éviter l'encombrement des routes**

**La conduite de nuit pour partir en vacances a déjà concerné – ne serait-ce qu'une fois – 60% des conducteurs, et notamment les plus jeunes (79% des 18-24 ans vs 37% des 65 ans et plus)** ainsi que, les plus disposés à faire de longs trajets (67% de ceux déclarant parcourir plus de 500 kilomètres). **Pour autant et de manière générale, le départ en vacances s'opère en journée (88%) et surtout très tôt le matin (51%), alors que seuls 12% partent plutôt le soir ou la nuit.**

**Ainsi, 79% des conducteurs sur la route des vacances se lèvent plus tôt que d'habitude le jour de leur départ, et 22% se couchent plus tôt la veille.** La raison principale du réveil avancé est l'espérance d'une circulation plus fluide sur la route (70%), loin devant des problématiques organisationnelles de l'ordre de l'intendance liée au logement (15%), de la préparation des bagages (10%) ou de l'itinéraire (2%).

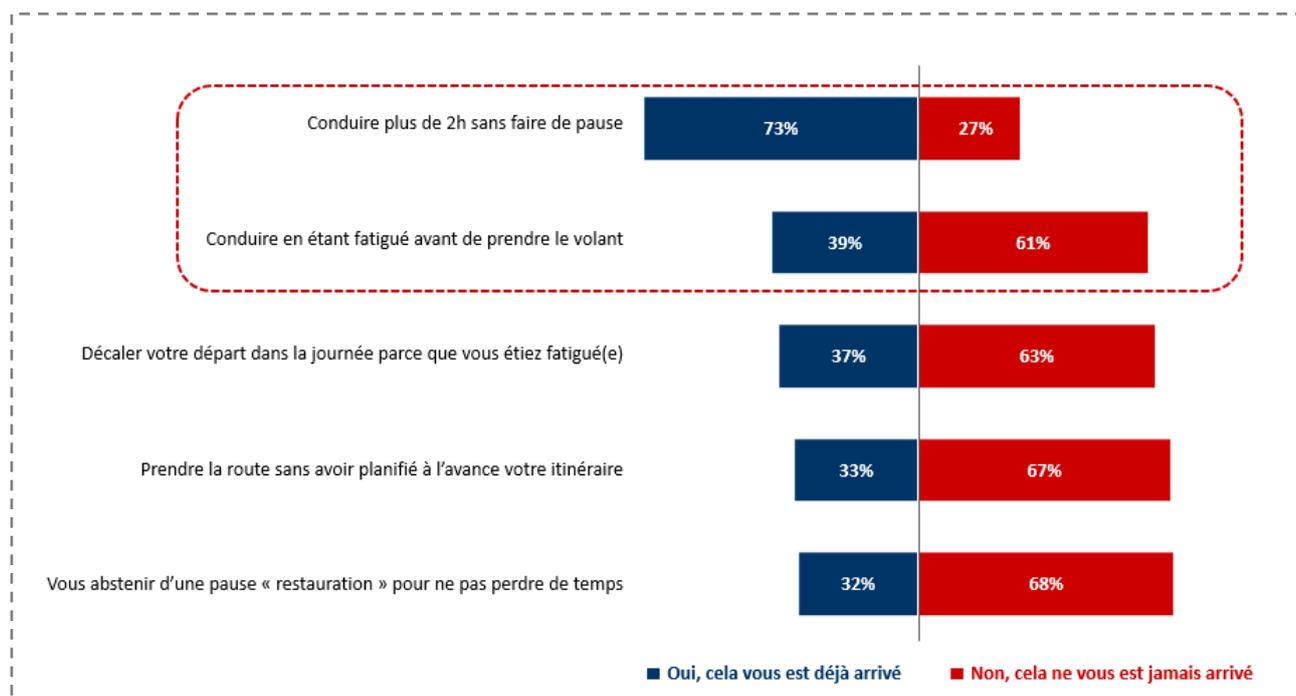
**Les prévisions de circulation sont prises en compte par plus de trois quarts des conducteurs pour leur départ en vacances (78%), afin d'anticiper l'heure du départ (46%)** bien plus que le jour du départ (28%) ou l'itinéraire (26%). Ainsi, les plus prévoyants sur leur horaire de départ préfèrent se coucher plus tôt la veille (69%) que de rogner sur leur temps de sommeil (31%).

## II. La prise de risque sur la route des vacances

### Des pratiques à risque sur la route des vacances, dans des proportions loin d'être négligeables

Si près de trois quarts des Français détenteurs du permis B admettent avoir déjà conduit plus de 2 heures sans faire de pause (73%), ils sont en revanche presque deux fois moins nombreux à avoir déjà conduit en étant fatigués (39%).

Les situations de conduite vécues



Des pratiques considérées comme « mauvaises » qui arrivent plus souvent sur la route des vacances pour un quart des conducteurs concernés (24%). Constatons encore une fois une conduite à risque plus fréquente auprès des plus jeunes (32% des 18-24 ans contre 18% des 50-64 ans) et des conducteurs prévoyant de parcourir de longues distances (35% pour les trajets de plus de 500 kilomètres).

Justifiant le fait d'avoir conduit plus de 2 heures sans faire de pauses ou bien d'avoir conduit en étant fatigué, ces conducteurs montrent davantage d'impatience (31%) qu'une volonté de ponctualité à l'arrivée sur son lieu de vacances (26%). 18% d'entre eux assurent en revanche que la fatigue ne les empêche pas de conduire – ou ne la ressentent pas – alors qu'une part minime souhaiterait éviter d'engendrer des frais supplémentaires en s'accordant une pause (7%).

Si dans 22% des cas aucun facteur n'inciterait ces conducteurs imprudents à s'arrêter durant leur trajet, une plus grande convivialité des aires de services ou le fait de voyager avec d'autres personnes en motiveraient plus de la moitié (respectivement 55% et 53%). Sont ensuite évoqués la multiplication des aires de services (34%) ou le fait de partir plus tôt (25%).

### Une expérience de somnolence au volant bien connue des conducteurs, notamment sur autoroute

Plus de 6 Français détenteurs du permis B sur 10 ont déjà vécu un moment de somnolence au volant (64%), dont la moitié reconnaît en avoir fait l'expérience à plusieurs reprises (32%). Notons que les hommes – qui

prennent davantage le volant que les femmes sur la route des vacances – ont une expérience significativement plus importante du phénomène (72%).

**Bien qu'étant largement majoritaire, cette somnolence vécue au volant n'a engendré que très peu d'incidents, puisque seuls 6% des conducteurs concernés en font mention**, un résultat – même s'il est faible - malheureusement deux fois plus important auprès des jeunes (12% des 25-34 ans). **L'expérience de somnolence au volant apparaît comme un phénomène relevant tant des trajets du quotidien que sur la route des vacances**. En effet, 52% des conducteurs ayant déjà ressenti des effets de somnolence l'ont vécu sur la route des vacances, notamment sur les trajets les plus longs (64% sur les trajets de plus de 500 kilomètres).

**Plus généralement, la somnolence au volant est vécue sur autoroute dans deux cas sur trois (65%)**, deux fois plus que sur route nationale (33%) et bien plus que sur une route de campagne (13%) ou en ville (3% seulement). Ces variations selon le type de routes peuvent être corrélées avec les distances à parcourir et le niveau de vigilance associé : l'autoroute suggère davantage de kilomètres et potentiellement de la lassitude au volant, contrairement à la route de campagne impliquant de plus courts trajets et moins de monotonie.

Les origines de la somnolence au volant sont de natures diverses, à l'image du cumul de fatigue qui arrive en tête (40%), suivi de la longueur du trajet (30%) et du fait de rouler de nuit (27%). Moins affirmés, le fait d'avoir mal dormi (20%) ou pas suffisamment avant de prendre le volant (17%) arrivent en bas de liste, suggérant une minimisation de l'importance du sommeil précédant un départ.

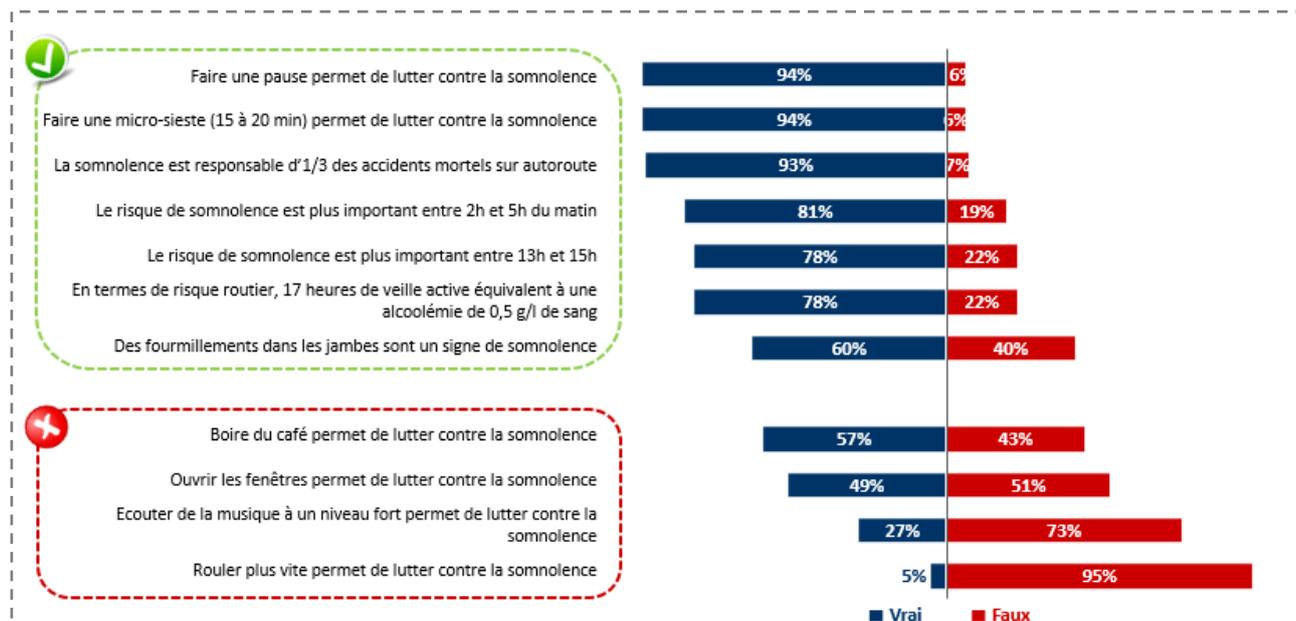
### III. La gestion de la fatigue sur la route des vacances et la connaissance du risque routier

**Une conscience réelle du risque lié à la somnolence au volant, mais des réflexes qui ne sont pas encore suffisamment acquis**

**Pour combattre la fatigue au volant, la pause – bien que loin d'être unanimement pratiquée - demeure la seule attitude majoritairement répandue (64%)**, alors que la sieste n'est que faiblement pratiquée (27%). L'alternance de conduite entre passagers arrive en seconde position des solutions pour lutter contre la fatigue au volant (43%). Viennent ensuite des moyens de lutte contre la fatigue qui sont plutôt de l'ordre du leurre : boire du café / une boisson énergisante (35% combattent la fatigue de cette façon et 57% croient en son efficacité), écouter la radio / de la musique (22% et 27%), ouvrir les fenêtres (19 et 49%) ou encore manger (14%).

Si seuls 11% des interviewés maîtrisent l'intégralité des bonnes réponses relatives à la connaissance du risque de somnolence au volant, une nette majorité d'entre eux a conscience de l'importance des pauses (94%), des micro-siestes (94%) ou encore de la gravité d'un tel phénomène (93%). La connaissance du risque diminue légèrement lorsqu'il s'agit de l'évoquer plus précisément, en termes de moment de la journée, d'équivalence alcoolémique ou de symptômes (60% à 81%).

## La connaissance de diverses affirmations sur la conduite



Il n'en demeure pas moins que certaines mauvaises habitudes ont la vie dure auprès des détenteurs du permis B, probablement du fait de la pérennisation de ces gestes dans leur quotidien, sans qu'ils n'en maîtrisent l'inefficacité.

Enfin, certaines illusions demeurent pratiquées dans des proportions non négligeables (boire du café, ouvrir les fenêtres, écouter de la musique : 27 à 57%), mais seuls 5% des conducteurs considèrent que la vitesse est à même de vaincre la somnolence.