

À la veille des premiers départs en vacances, le groupe Sanef lance une campagne de sensibilisation aux risques liés à la somnolence au volant.

- À la veille des premiers grands départs, le groupe Sanef rappelle à ses clients les risques auxquels ils s'exposent en conduisant en état de fatigue et de somnolence.
- La campagne voit le jour dans un contexte de dégradation des chiffres de la sécurité routière en France.
- La fatigue et la somnolence constituent un enjeu de sécurité routière majeur : sur autoroute, elles sont la cause d'un accident mortel sur 5 et à l'origine de près d'un accident sur 4 impliquant les personnels en intervention.

Issy-les-Moulineaux, le 2 juillet 2026

Des mauvais chiffres pour la sécurité routière

En 2025 en France métropolitaine et hors agglomération, 2 232 personnes ont perdu la vie sur la route. 9 300 ont été grièvement blessées*. Ces chiffres sont en augmentation.

Sur autoroute, **la somnolence est à l'origine d'un accident mortel sur cinq** : elle est la 4^{ème} cause d'accidents mortels après la consommation de substances psychoactives, la vitesse et les accidents impliquant des piétons.

Après l'inattention liée aux distracteurs, dont le téléphone, et la vitesse excessive ou inadaptée, elle est **la 3^{ème} cause d'accidents corporels**.

La somnolence : un sujet de sécurité routière de grande ampleur

En 50 ans en France, le temps de sommeil moyen a diminué d'une heure et demie. Il est de moins de 7 heures par nuit depuis 2017. Par ailleurs, plus d'un adulte sur cinq déclare dormir 6 heures ou moins par nuit en semaine. **

Or, parmi les impacts que le manque ou les troubles du sommeil peuvent avoir sur la concentration et la vigilance, il y a l'accroissement des risques d'accidents de la route.

La somnolence au volant reste pourtant une réalité trop souvent sous-estimée alors qu'elle concerne tous les conducteurs : jeunes et moins jeunes, occasionnels et professionnels, à bord de véhicules légers et de poids lourds.

Elle se manifeste sur tous types de trajets, longs et courts, parcours du quotidien maîtrisés et déplacements moins habituels, comme la route des vacances.

Enfin, le sommeil survient à toute heure du jour et de la nuit : contrairement aux idées reçues, en 2024, la moitié des accidents mortels causés par la somnolence se sont produits en journée.

Dans ce contexte, diffuser une campagne sur ce thème constitue une démarche d'utilité publique.

* Observatoire National Interministériel de la Sécurité Routière 2025

** Sommeil : temps moyen sur 24 heures et plainte d'insomnie. Baromètre de Santé publique France - résultats de l'édition 2024 publiés le 11 décembre 2025

Une vigilance particulière sur la route des vacances

La période des départs en vacances est particulièrement propice au rappel des conseils de sécurité et de prudence.

Sur la longue route vers les destinations estivales, trafic dense, bouchons et chaleur couplés à une dette de sommeil pour prendre la route dès la sortie du travail ou tôt le matin constituent les conditions idéales pour que la fatigue puis le sommeil s'installent insidieusement.

Chez la plupart des conducteurs, l'impatience d'arriver l'emporte malheureusement trop souvent sur la décision de s'arrêter. **La pause et le repos sont pourtant l'unique parade efficace pour éviter l'accident.**

Dans ce contexte, les intervenants autoroutiers particulièrement exposés

Lorsqu'ils interviennent à proximité ou sur les voies de circulation, les agents sont directement exposés au risque routier et donc particulièrement vulnérables aux conséquences de conduites dangereuses telles que celles liées à l'assoupissement des conducteurs.

En 2025 sur l'ensemble des autoroutes concédées, sur 143 accidents impliquant des agents autoroutiers, **plus d'un sur quatre a été causé par la somnolence.**

Une campagne internationale

Leader mondial de la gestion d'infrastructures autoroutières, le groupe Abertis - à travers sa Fondation - a lancé une vaste campagne de sécurité routière déclinée par l'ensemble de ses filiales à l'international, pour sensibiliser aux risques liés à la fatigue et à la somnolence au volant.

Le groupe Sanef qui a fait de la sécurité sa priorité absolue, a tout naturellement repris la campagne et choisi de la déployer au moment des vacances d'été.

Elle a pour vecteur une vidéo intitulée « Je m'appelle Jean et je vous offre un café » : celle-ci s'inspire de faits réels. Tournée sur une aire de service, elle plonge le spectateur dans un cadre qui lui est familier pour le confronter aux conséquences dramatiques d'une conduite en état de fatigue.

Pour découvrir la vidéo https://youtu.be/4vZUYQwoAdE?si=hEW_gqZ2JyTdQG2u

Quand la fatigue s'installe, le risque d'accident est multiplié par 4 !

Savoir repérer les signes de fatigue

- Posture inconfortable : besoin incessant de changer de position,
- Nuque et dos raides et douloureux,
- Difficulté à se concentrer,
- Clignements répétés des yeux ou regard fixe,
- Bâillements...

Bien réussir sa pause : 30 mn suffisent

- Marcher et s'aérer (aérer l'habitacle également),
- Prendre un café (la caféine fait effet au bout de 30 mn),
- S'hydrater
- S'étirer pour relâcher les tensions musculaires,
- S'accorder une sieste de 15 à 20 mn.

Avant de prendre (ou reprendre la route), éviter les repas trop lourds et bien sûr l'alcool : la digestion engendre de la somnolence.

Le groupe Sanef

Filiale du groupe Abertis, leader mondial de la gestion d'autoroutes, le groupe Sanef exploite 1 807 km d'autoroutes, principalement en Normandie, dans le Nord et l'Est de la France. Les 2 100 collaborateurs du groupe se mobilisent chaque jour, 24h/24, pour assurer sécurité et confort à tous leurs clients.

Partenaire de l'Etat et des territoires traversés par ses réseaux, le groupe s'engage pour favoriser les nouvelles mobilités, promouvoir la sécurité routière et lutter contre le réchauffement climatique.

Principales filiales : Sapn et Bip&Go

www.groupe.sanef.com

Contact Presse :

Caroline Chaix

06 63 72 88 28 / caroline.chaix@sanef.com

www.groupe.sanef.com

