



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Sur la route des vacances, la fatigue physique et mentale reste le passager clandestin des Français ... et surtout des Françaises !

- **42 % des femmes** se reconnaissent dans le profil du « Chef d'orchestre familial » lors des longs trajets : tout organiser, prévoir les bagages et veiller au calme et à la sécurité à bord. Ce cumul de responsabilités logistiques rend le lâcher-prise psychologiquement plus difficile : 32 % d'entre elles déclarent qu'elles auraient du mal à lâcher prise par besoin d'exercer un contrôle physique direct sur le véhicule.
- **82 % des familles** privilégient la voiture pour leurs vacances. Et sur la route, la fatigue n'épargne pas les automobilistes : près d'un conducteur sur deux (49%) a déjà connu un coup de barre lors d'un long trajet sur autoroute.

Nanterre, le 29 septembre 2026 - Les valises à boucler, les doudous à ne pas oublier, la gestion des pauses et le fameux « *Quand est-ce qu'on arrive ?* » répété en boucle... Partir en vacances en famille est un bonheur, mais le trajet en voiture peut vite se transformer en marathon mental et physique pour les parents.

Selon une étude Ifop réalisée pour Ford*, **82 % des familles utilisent régulièrement la voiture pour leurs déplacements de vacances**. Plus largement, chez l'ensemble des conducteurs, le choix de la voiture s'explique d'abord par le désir d'être autonome une fois sur place (63%), puis par la possibilité de transporter facilement ses bagages (42%).

Mais sur l'autoroute, la réalité rattrape souvent les conducteurs : **49 % ont déjà vécu un coup de fatigue ou de somnolence au volant**.

« Chef d'orchestre familial » : 42 % des femmes endossent le rôle d'organisatrice du trajet.

L'étude Ifop pour Ford met en lumière les différents profils de conducteurs sur la route des vacances. Parmi eux, le portrait du « **Chef d'orchestre familial** » prédomine très largement chez les femmes :

- **42 % des femmes se reconnaissent dans ce profil** (contre 25% des hommes). Leur priorité ? Tout anticiper : préparer le départ, choisir le bon moment, gérer l'organisation à bord et veiller au confort et à la sécurité de toute la famille.

- Pour ces mères et pères de famille, limiter la fatigue au volant n'est pas un luxe, mais une condition essentielle pour réussir les vacances dès les premiers kilomètres.

Pourtant, face à cette tension, **seuls 14 % des conducteurs utilisent aujourd'hui les technologies d'aide à la conduite** pour alléger leur effort au volant, s'en remettant encore majoritairement aux méthodes traditionnelles (pauses, café).

L'étude révèle un besoin d'accompagnement et de pédagogie : Si 60 % des femmes expriment de l'appréhension ou un refus à l'idée de retirer leurs mains du volant et de déléguer temporairement une partie de la conduite, 70 % des conducteurs considèrent que les systèmes d'aide à la conduite contribuent à améliorer la sécurité lors des longs trajets sur autoroute.

5 conseils d'un expert automobile pour alléger la charge mentale et physique sur autoroute

Pour aider les conductrices et conducteurs à aborder les départs de la Toussaint avec plus de sérénité, **Santiago Sainz, Président de Ford France**, détaille comment utiliser les aides à la conduite pour réduire la pression au volant :

1. Réduire la tension musculaire et l'hypervigilance avec la conduite assistée Niveau 2+ « mains libres »

« La charge mentale s'accompagne souvent d'une crispation physique au niveau de la nuque, des épaules et des bras. Sur certains tronçons autoroutiers compatibles, la conduite assistée de niveau 2+ avec fonction mains libres, comme Ford BlueCruise, permet de retirer les mains du volant tout en restant attentif et prêt à reprendre le contrôle du véhicule. Ce relais physique soulage directement la fatigue corporelle. Dans notre étude, 31 % citent d'ailleurs un bénéfice lié à la réduction de la fatigue. »

2. Déléguer la gestion des ralentissements au régulateur de vitesse adaptatif

« Gérer la vitesse et les distances de sécurité dans un trafic dense génère un stress continu. Le régulateur adaptatif ajuste automatiquement la vitesse sur le véhicule qui précède. Cette assistance permet de limiter les ajustements constants et de conserver une conduite plus fluide, sans pour autant réduire la vigilance du conducteur.

3. Sécuriser les distractions liées à la vie à bord avec l'aide au maintien dans la voie

« Un enfant qui réclame une bouteille d'eau ou un doudou à l'arrière provoque inévitablement de micro-inattentions. L'aide au maintien dans la voie détecte le marquage au sol et effectue les corrections de trajectoire si le véhicule dévie, offrant un filet de sécurité passif indispensable lors des trajets en famille. »

4. Diminuer la fatigue visuelle lors des dépassements grâce au détecteur d'angles morts

« Contrôler ses rétroviseurs avec des enfants à bord ou par mauvais temps demande un effort visuel accru. Le détecteur d'angles morts signale par un témoin lumineux la présence d'un véhicule non visible, évitant ainsi le stress et l'incertitude lors des changements de voie. »

5. Transformer l'alerte de fatigue en opportunité de pause

« Sous le poids de la charge mentale, on a souvent tendance à vouloir 'tenir bon' pour arriver plus vite. Le système d'alerte de vigilance peut détecter certains signes de fatigue dans le comportement du véhicule et émettre une alerte. C'est le signal bienveillant qu'il est temps de passer le relais ou de s'accorder une vraie pause. »

Le saviez-vous ?

En France, Ford BlueCruise couvre déjà plus de 95 % du réseau autoroutier national, soit environ 12 000 km de « Blue Zones ». Le système est homologué dans 16 pays européens (France, Allemagne, Royaume-Uni, Italie, Espagne...), pour un total de 135 000 km de zones autorisées. À l'échelle mondiale, plus d'un million de véhicules Ford et Lincoln sont équipés, et ont déjà parcouru plus de 888 millions de kilomètres « mains libres ».

Grâce à une caméra infrarouge orientée vers le conducteur (qui fonctionne même avec

des lunettes de soleil), le système vérifie en continu que son regard reste sur la route, tandis que radars et caméra frontale gèrent trajectoire, vitesse et distances de sécurité jusqu'à l'arrêt complet en cas de bouchon.

Ford BlueCruise est disponible sur Mustang Mach-E, Puma (EcoBoost Hybrid), Puma Gen-E 100 % électrique, Kuga (hybride et hybride rechargeable) et Ranger PHEV.

Côté tarifs, Ford propose une formule mensuelle sans engagement à 25 € TTC/mois, une formule annuelle à 280 € TTC/an (soit 20 € d'économie par rapport au mensuel), ainsi qu'une option d'achat « à vie » disponible en option catalogue ou incluse de série sur la version BlueCruise Edition.

Découvrez simplement les Blue Zones en entrant votre itinéraire :

<https://www.ford.fr/technologie/bluecruise>

CONTACTS PRESSE – Fordfrance@ogilvy.com

Alexia Gombault

+33 (0) 6 62 10 13 12

Alexia.gombault@ogilvy.com

Romane Pinteau
+33 (0) 6 25 04 31 36
Romane.pinteau@ogilvy.com

Méthodologie

Étude Ifop pour Ford réalisée en ligne du 19 au 21 août 2026 auprès d'un échantillon de 908 titulaires du permis B âgés de 17 ans et plus, représentatif de la population française (méthode des quotas).

À propos de Ford BlueCruise

Ford BlueCruise est un système avancé d'aide à la conduite de Niveau 2 « mains libres » approuvé sur les réseaux autoroutiers compatibles. Il permet au conducteur de retirer ses mains du volant tout en maintenant son attention sur la route, contrôlée en temps réel par une caméra infrarouge dédiée.

À propos de Ford Motor Company

La Société Automobile Ford est une entreprise globale située à Dearborn dans le Michigan, unie pour aider à construire un monde meilleur où tout le monde est libre de bouger et poursuivre ses rêves. Le plan de l'entreprise Ford+ pour la croissance et la valorisation de la création combine les atouts existants, les nouvelles capacités et les relations permanentes avec les clients afin d'enrichir leur expérience et renforcer leur fidélité. Ford développe et propose des camions innovants et indispensables, des véhicules sportifs, des vans commerciaux et des voitures et véhicules de luxe toujours avec des services connectés. L'entreprise y parvient grâce à trois segments axés sur le client : Ford Blue, des véhicules à essence et également hybrides ; Ford Model, inventer des véhicules électriques révolutionnaires ainsi que des logiciels embarqués qui définit une expérience digitale exceptionnelle pour tous les clients ; et Ford Pro, aidant les clients commerçants à transformer et étendre leur entreprise avec les véhicules et les services adaptés à leurs besoins. Ajouté à cela, Ford fournit des services financiers grâce à la Société de Crédit Ford. Ford emploie près de 171 000 personnes dans le monde entier. Plus d'informations à propos de l'entreprise et ses produits et services sont disponibles sur corporate.ford.com