

# RÈGLEMENT SUR LES HEURES DE CONDUITE ET DE REPOS

Conducteurs de véhicules lourds > COURTE DISTANCE

## > POUR LE CONDUCTEUR QUI :

- **CIRCULE À L'INTÉRIEUR D'UN RAYON DE 160 KM;**  
Distance de 160 km à vol d'oiseau calculée à partir du terminus d'attache du conducteur. Ce rayon se calcule à l'aide d'une carte géographique.
- **REVIENT QUOTIDIENNEMENT À SON TERMINUS D'ATTACHE;**  
Lieu où le conducteur se présente habituellement pour travailler et également tout lieu de travail temporaire désigné par l'exploitant.
- **PREND 8 HEURES CONSÉCUTIVES DE REPOS.**



## > MÊME SI UN CONDUCTEUR N'EST PAS TENU DE COMPLÉTER UNE FICHE JOURNALIÈRE, IL DOIT RESPECTER LE NOMBRE D'HEURES DE CONDUITE, DE TRAVAIL ET DE REPOS :

### JOURNÉE (24 HEURES)

Période de 24 heures qui débute à l'heure désignée par l'exploitant (habituellement minuit) et ce, pour la durée du cycle.

**Obligations des heures de repos au cours d'une journée :**

**Minimum 10 heures de repos**

**Cesser de conduire** après avoir accumulé :

- **13 heures** de conduite ou
- **14 heures** de travail (incluant la conduite)

### POSTE DE TRAVAIL

Période pendant laquelle le conducteur est au travail : temps de travail compris entre deux périodes d'au moins 8 heures consécutives de repos.

8 HEURES DE REPOS	<b>Poste de travail 16 HEURES MAXIMUM</b>	8 HEURES DE REPOS
	<b>MAXIMUM 13 heures de conduite</b>	
	<b>MAXIMUM 14 heures de travail (incluant la conduite)</b>	
	<b>2 heures de repos (par période de 30 minutes minimum)</b>	

### CYCLE DE TRAVAIL

**CYCLE 1 : 70 HEURES DE TRAVAIL  
par période de 7 jours consécutifs**

Le conducteur qui utilise le cycle 1 doit cesser de conduire lorsqu'il a accumulé **70 heures de travail** par période de **7 jours consécutifs**

**CYCLE 2 : 120 HEURES DE TRAVAIL  
par période de 14 jours consécutifs**

Le conducteur qui utilise le cycle 2 doit cesser de conduire lorsqu'il a accumulé :

- **120 heures de travail** au cours d'une période de **14 jours consécutifs**
- **70 heures de travail** sans avoir pris au moins **24 heures consécutives de repos**

### LA REMISE À ZÉRO

Pour terminer un cycle et en commencer un nouveau, ou encore pour passer d'un cycle à l'autre, le conducteur doit prendre :

#### CYCLE 1

**MINIMUM 36 heures  
consécutives de repos**

#### CYCLE 2

**MINIMUM 72 heures  
consécutives de repos**

**N.B.** Il n'est pas obligatoire de faire une remise à zéro à la fin de chaque cycle de travail. Par contre, une remise à zéro est nécessaire lorsque le conducteur ne peut plus conduire parce qu'il a atteint la limite d'heures de travail permise dans son cycle.

### PÉRIODE DE 14 JOURS

Pour conduire un véhicule, le conducteur doit avoir pris au moins 24 heures consécutives de repos au cours des 14 derniers jours qui précèdent.

## ➤ EXEMPTION DE COMPLÉTER LA FICHE JOURNALIÈRE

Le **CONDUCTEUR** qui circule à l'intérieur d'un rayon de 160 km n'a pas l'obligation de compléter de fiche journalière.

### TOUTEFOIS, L'EXPLOITANT DOIT COMPLÉTER :

- des **REGISTRES D'ACTIVITÉS**, pour chaque journée où sont inscrits :
  - les activités effectuées par le conducteur
  - le cycle que le conducteur suit
  - l'heure de début et de fin de chaque activité
  - le total des heures consacrées à chaque activité
  - les raisons d'un dépassement d'heures ou d'un report d'heures de repos

Exemple de registre d'activité détaillé

RAPPORT D'ACTIVITÉ																										
Nom du conducteur _____																										
Mois _____ Année _____ Heure de début de la journée Minuit <input type="checkbox"/> ou : _____																										
Date	Activité	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Total
	Repos																									
	Conduite																									
	Service sans conduite																									
Remarques _____																				Cycle 1 <input type="checkbox"/>		Cycle 2 <input type="checkbox"/>				

**Notes :** Dans la partie remarques, vous devez consigner les renseignements suivants :  
 1. Report des heures de repos (moyenne sur 48 heures)  
 2. Quand les heures de conduite ont été prolongées ou que les heures de repos ont été réduites à cause de conditions imprévues (mauvaises conditions de circulation ou situation d'urgence)  
 3. Quand un véhicule utilitaire a été employé à des fins personnelles (lecture de l'odomètre)

- ou un **REGISTRE ALLÉGÉ**, si les conditions suivantes sont réunies :
  - le poste de travail commence et se termine la même journée
  - la durée du poste de travail est de 13 heures ou moins
  - la durée de la période de repos avant et après le poste de travail est d'au moins 11 heures consécutives.

Exemple de registre d'activité allégé

HEURES DE CONDUITE ET DE REPOS			
Registre d'activité allégé			
Nom du conducteur : _____		Heure du début de la journée _____	
Nom de l'exploitant : _____		si ce n'est pas Minuit : _____	
Mois : _____ 20__		Cycle 1 (7 jours) <input type="checkbox"/> Cycle 2 (14 jours) <input type="checkbox"/>	
Date	Heures de début du travail	Heures de la fin du travail	Total des heures travaillées
1			
2			
3			

- L'**EXPLOITANT CONSIGNE** dans les registres :
  - la date et l'heure de début de la journée si ce n'est pas minuit
  - le cycle suivi par le conducteur
  - l'heure de début et de fin de son poste de travail
  - le nombre total de ses heures de travail au cours de la journée

## ➤ LE CONDUCTEUR QUI SORT OCCASIONNELLEMENT DU RAYON DE 160 km

- Le conducteur doit compléter une **fiche journalière pour chacune des journées** où il sort du 160 km.

**NOTE :** Ce tableau doit être complété seulement si le conducteur n'était pas tenu de remplir une fiche journalière au cours des 14 jours qui précèdent la journée en cours.

ORIGINAL : Exploitant		DOUBLE : À conserver à bord		FICHE JOURNALIÈRE																							
				Heures de conduite et de repos																							
CYCLE 1 : 70h/7 jours <input type="checkbox"/>		CYCLE 2 : 120h/14 jours <input type="checkbox"/>		Heure à laquelle la journée commence si différent de minuit : _____																							
Année	Mois	Jour	Immatriculation ou # d'unité	Nom du conducteur																							
Odomètre au départ		Odomètre à la fin		Kilomètres parcourus	Kilomètres conduits																						
Exploitant			Conducteur de relève																								
Adresse de l'exploitant			Terminus d'attache																								
ACTIVITÉS		UTILISER L'HEURE LOCALE DU PORT D'ATTACHE				TOTAL DES HEURES																					
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
Repos																											
Temps dans la couchette																											
Conduite																											
Travail autre que conduite																											
Remarques																											
		TOTAL																									
JOURS PRÉCÉDENTS - REGISTRE DE TEMPS																											
DATE																											
TOTAL D'HEURES DE TRAVAIL																											
TOTAL D'HEURES DE REPOS																											
Je certifie que ces données sont véridiques et exactes: _____																											
Signature du conducteur _____																											