

Okt 2019

SLAPERIGHEID

UITGEWERKT DOOR IPSOS VOOR VSV



Steekproef

16-64 jarigen woonachtig in Vlaanderen



Quota

Geslacht: 50% Man; 50% vrouw
Leeftijd: 16% 16-24; 20% 25-34; 20% 35-44; 22% 45-54;
22% 55-64
Provincie: 18% West-Vlaanderen; 23% Oost-Vlaanderen;
28% Antwerpen; 17% Vlaams-Brabant; 13% Limburg



Data-collectie methode

Online Panel Interviews (Device Agnostic)



Steekproefgrootte

n=789 autobestuurders



Gemiddelde duur interview

14 minuten

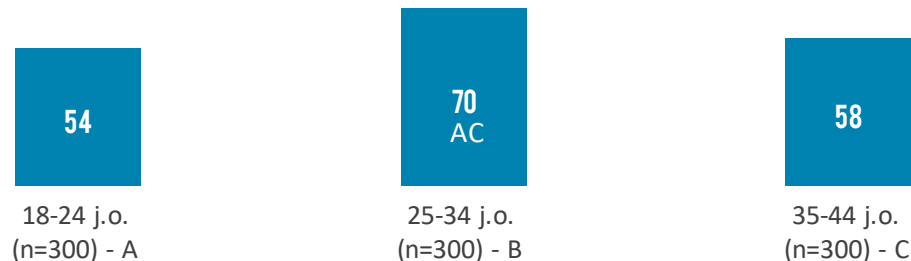


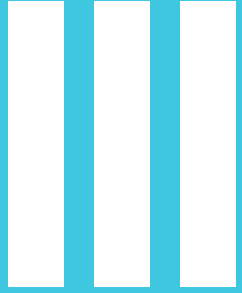
Veldwerk

Van 8/10/2019 tot en met 13/10/2019

- Aangezien we met een steekproef van de Vlaamse bevolking werken zijn de resultaten steeds onderhevig aan steekproeffouten en is de statistische conclusie steeds afhankelijk van de vraag of de geconstateerde verschillen niet toe te schrijven zijn aan het toeval. Om uitspraken te kunnen doen over de populatie dienen we de resultaten van verschillende groepen in de steekproef te testen op significanties. Deze test heeft als doel te meten of de verschillen in resultaten te wijten zijn aan toeval of niet. Indien de test aantoont dat het verschil niet te wijten is aan het toeval dan kunnen we een uitspraak doen over het verschil van deze 2 subgroepen in de populatie.
- De significante verschillen tussen verschillende subgroepen worden aangegeven door **de letters A, B, C, ...** Deze significanties zijn berekend op een betrouwbaarheidsinterval van 95%. De verschillen worden aangeduid bij het **hoogste percentage**.

Bijvoorbeeld: de indicatie AC in kolom B betekent dat er een significant verschil is tussen 70% (B) en 54% in kolom A en tussen 70% (B) en 58% in kolom C.



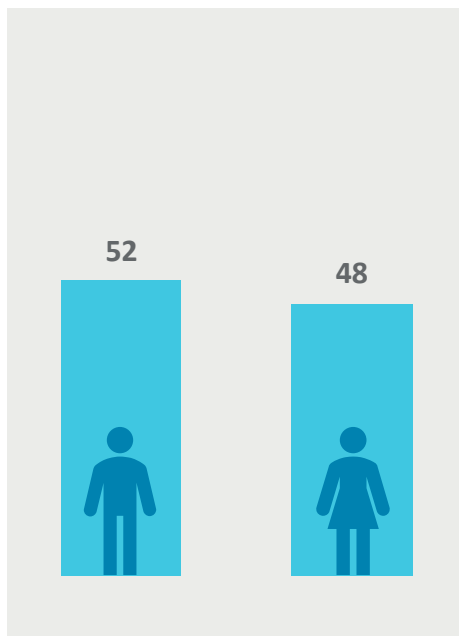


SLAPERIGHEID EN ALCOHOL

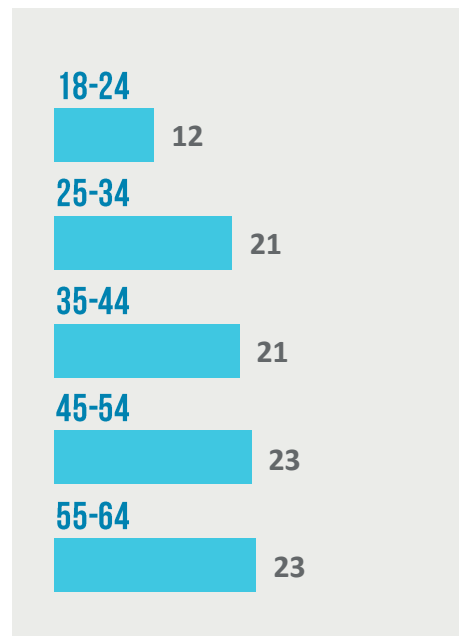
AUTOBESTUURDERS

SOCIO-DEMOGRAFISCH PROFIEL AUTOBESTUURDERS

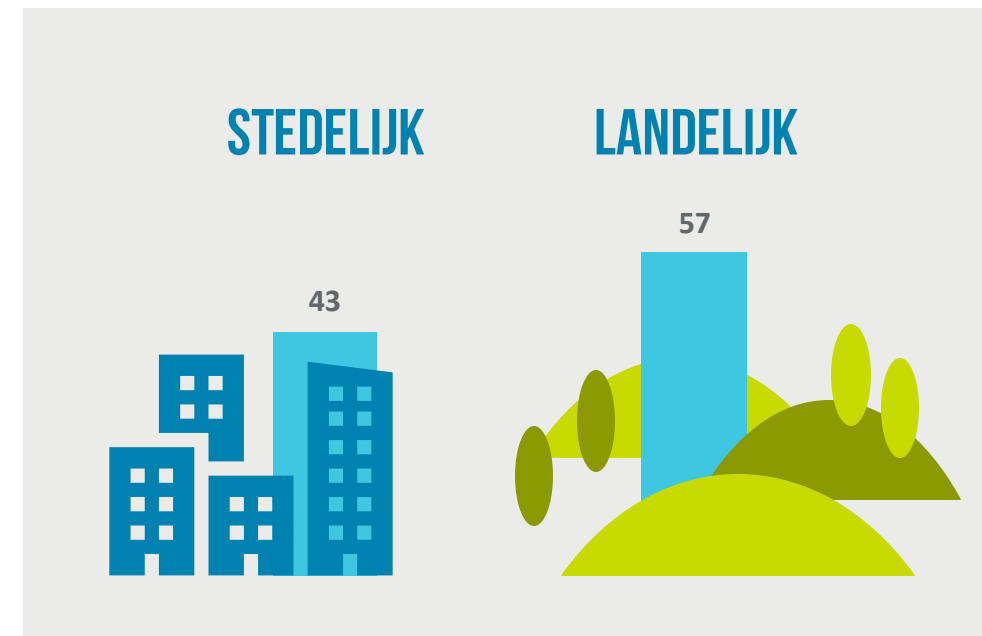
GESLACHT



LEEFTIJD

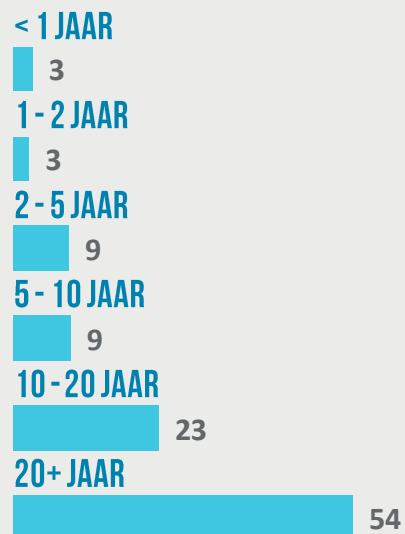


REGIO

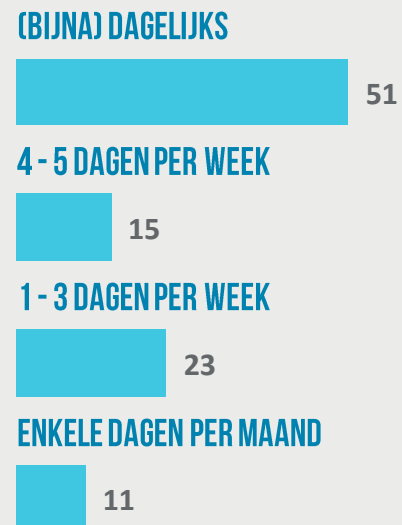


PROFIEL STEEKPROEF AUTOBESTUURDERS

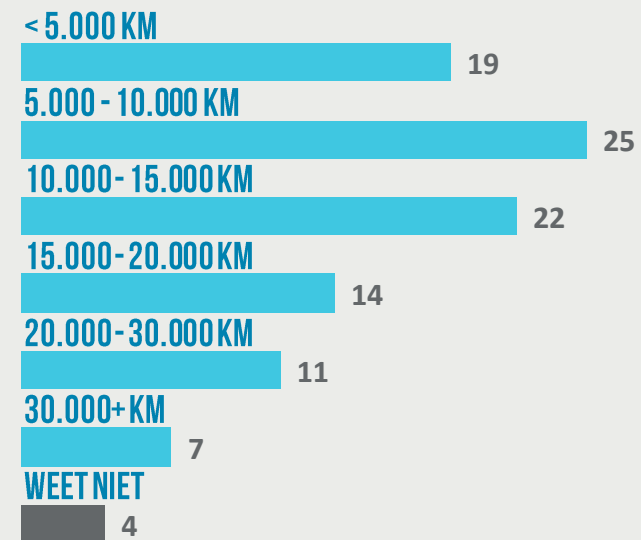
BEZIT RIJBEWIJS B



GEBRUIK WAGEN



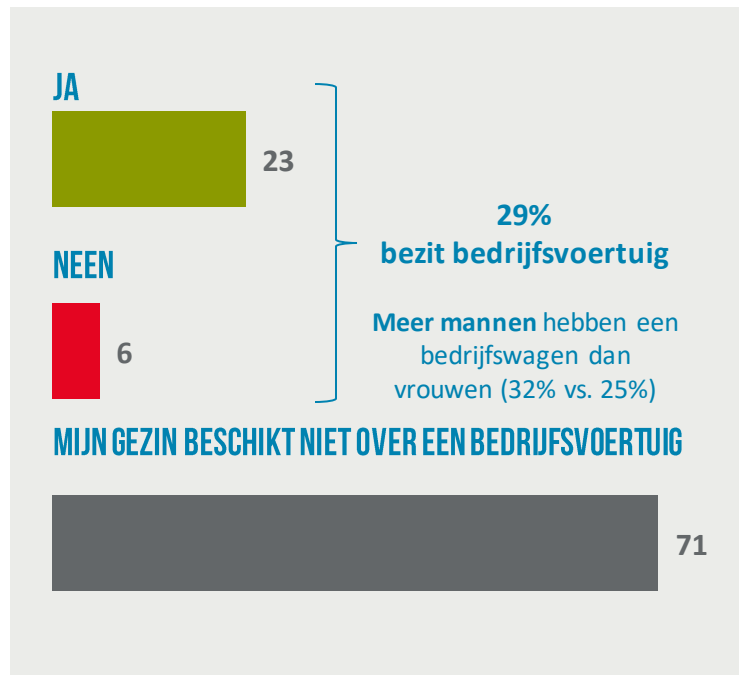
GEREDEN KILOMETERS



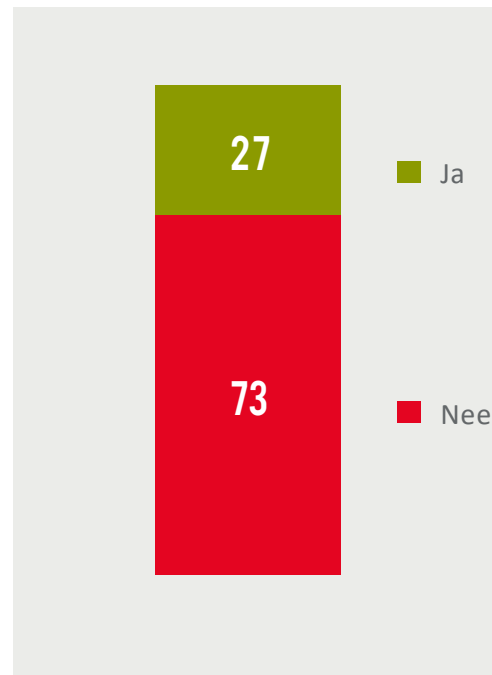
Mediaan: 10.000-15000 km

PROFIEL STEEKPROEF AUTOBESTUURDERS

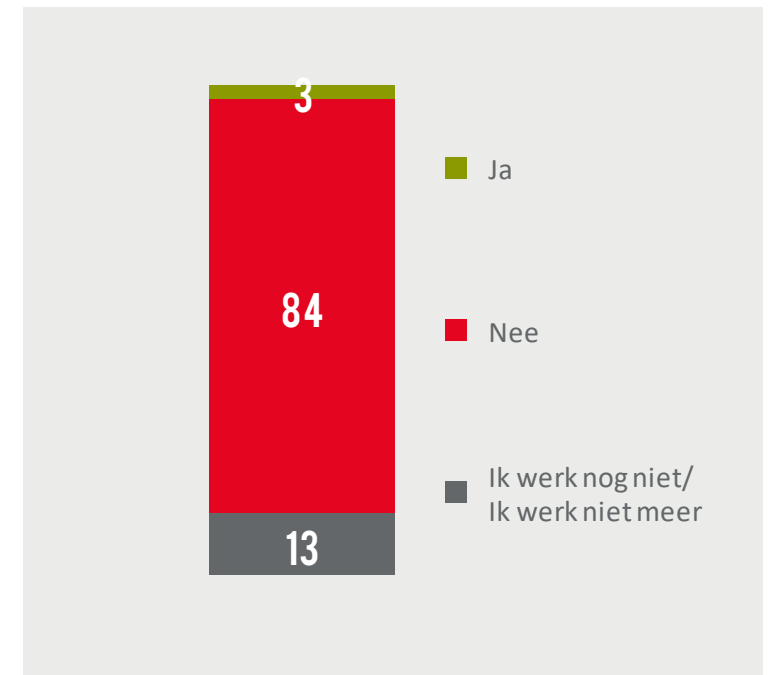
GEBRUIK BEDRIJFSVOERTUIG VOOR PRIVÉ VERPLAATSINGEN?



BEDRIJFSVOERTUIG ENIGE WAGEN? (n=179)



VRACHTWAGEN, BUS OF TAXI VOOR UITOEFENING VAN DE JOB

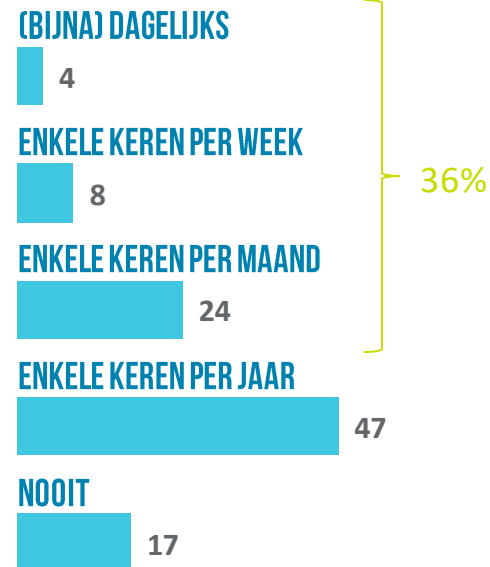


Tijdens de week rijdt iets meer dan 1 op 3 autobestuurders minstens enkele keren per maand 's nachts met de wagen.
Voor beroepsverplaatsingen is dit 1 op 5 autobestuurders.
Tijdens het weekend rijdt 1 op 3 autobestuurders minstens enkele weekends per maand 's nachts met de auto.

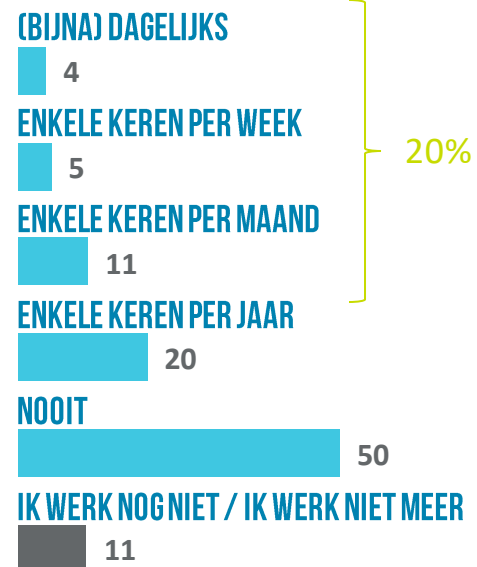
'S NACHTS MET DE AUTO RIJDEN

TIJDENS DE WEEK

PRIVÉVERPLAATSINGEN

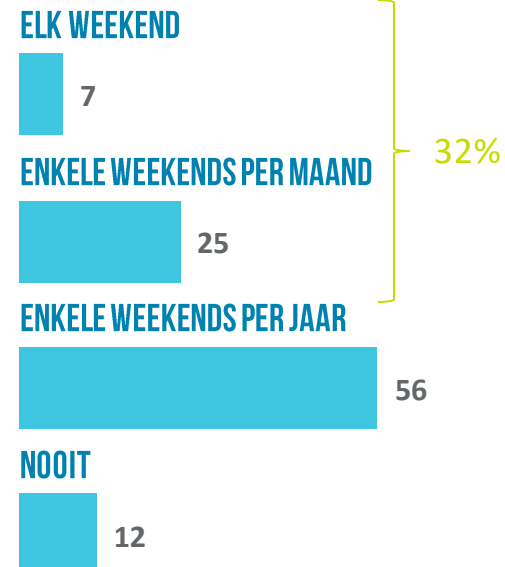


BEROEPSVERPLAATSINGEN

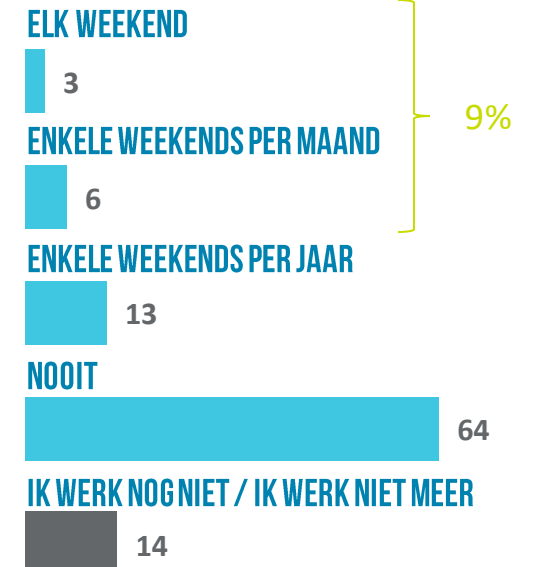


TIJDENS HET WEEKEND

PRIVÉVERPLAATSINGEN



BEROEPSVERPLAATSINGEN



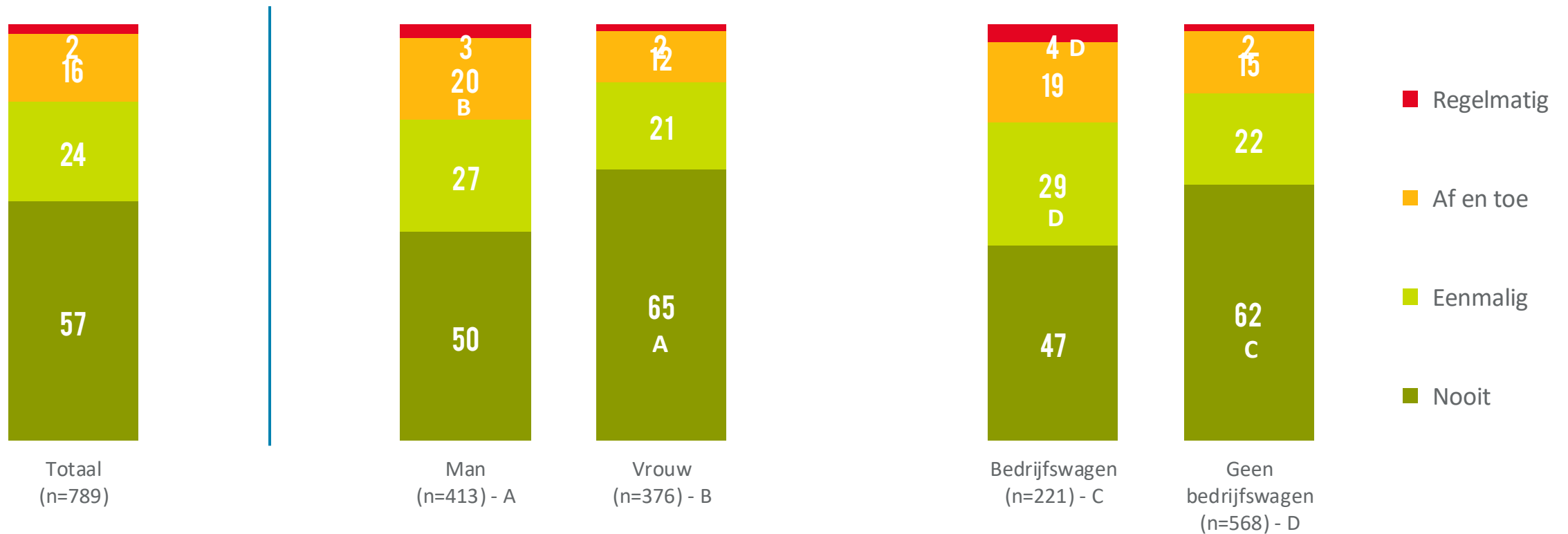
Voor zowel verplaatsingen tijdens de week als tijdens het weekend rijden de 18-34 jarigen en autobestuurders met een bedrijfswagen frequenter 's nachts. Meer mannen dan vrouwen rijden maandelijks tijdens de week 's nachts met de auto.

'S NACHTS MET DE AUTO RIJDEN (MAANDELIJKS) —GESLACHT, LEEFTIJD EN BEZIT BEDRIJFSWAGEN

% MAANDELIJKS	TOTAAL	MAN	VROUW	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	BEDRIJFSWAGEN	GEEN BEDRIJFSWAGEN
	(n=789)	(n=413) A	(n=376) B	(n=86) C	(n=159) D	(n=169) E	(n=184) F	(n=191) G	(n=221) H	(n=598) I
TIJDENS DE WEEK										
Privéverplaatsingen	36	41 B	32	48 EFG	48 EFG	31	35	27	48 I	31
Beroepsverplaatsingen	20	25 B	15	27 G	33 EFG	18	17	11	28 I	17
TIJDENS HET WEEKEND										
Privéverplaatsingen	32	34	30	44 FG	46 EFG	32 G	27 G	18	42 I	28
Beroepsverplaatsingen	9	11	8	15 FG	15 FG	10 G	7	4	14 I	8

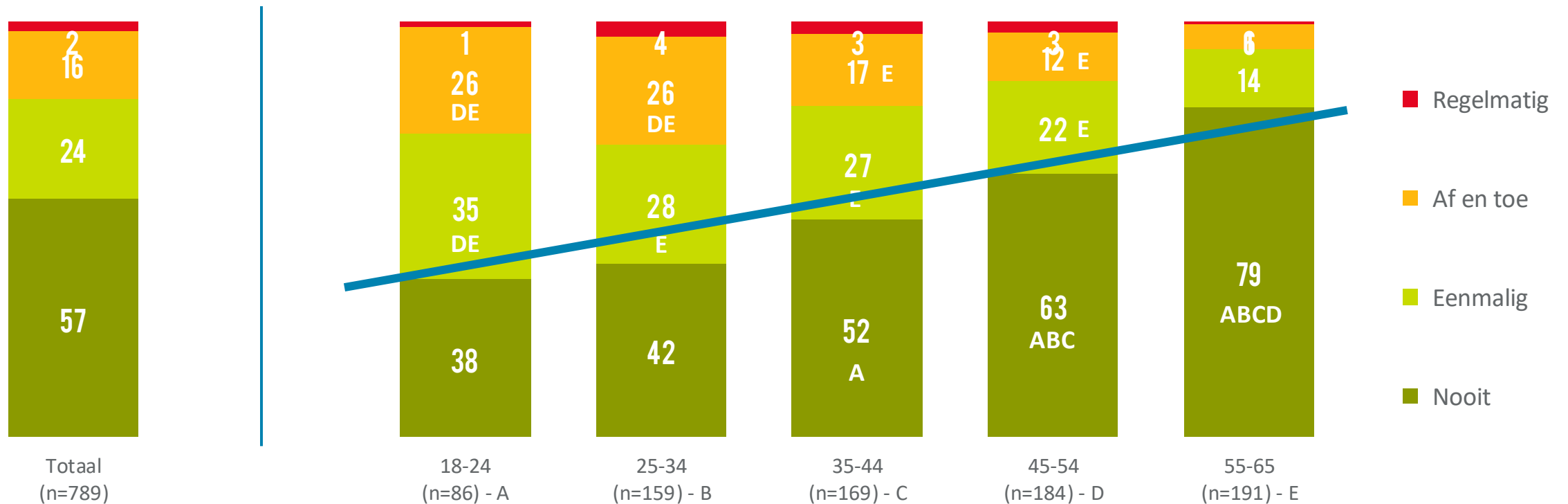
Bijna 1 op 5 autobestuurders heeft de voorbije maanden minstens af en toe met de auto gereden terwijl ze zich slaperig voelden. Dit wordt meer aangegeven door mannen en/of autobestuurders met een bedrijfswagen.

SLAPERIG MET DE AUTO RIJDEN IN DE VOORBIJE MAANDEN – GESLACHT EN BEZIT BEDRIJFSWAGEN



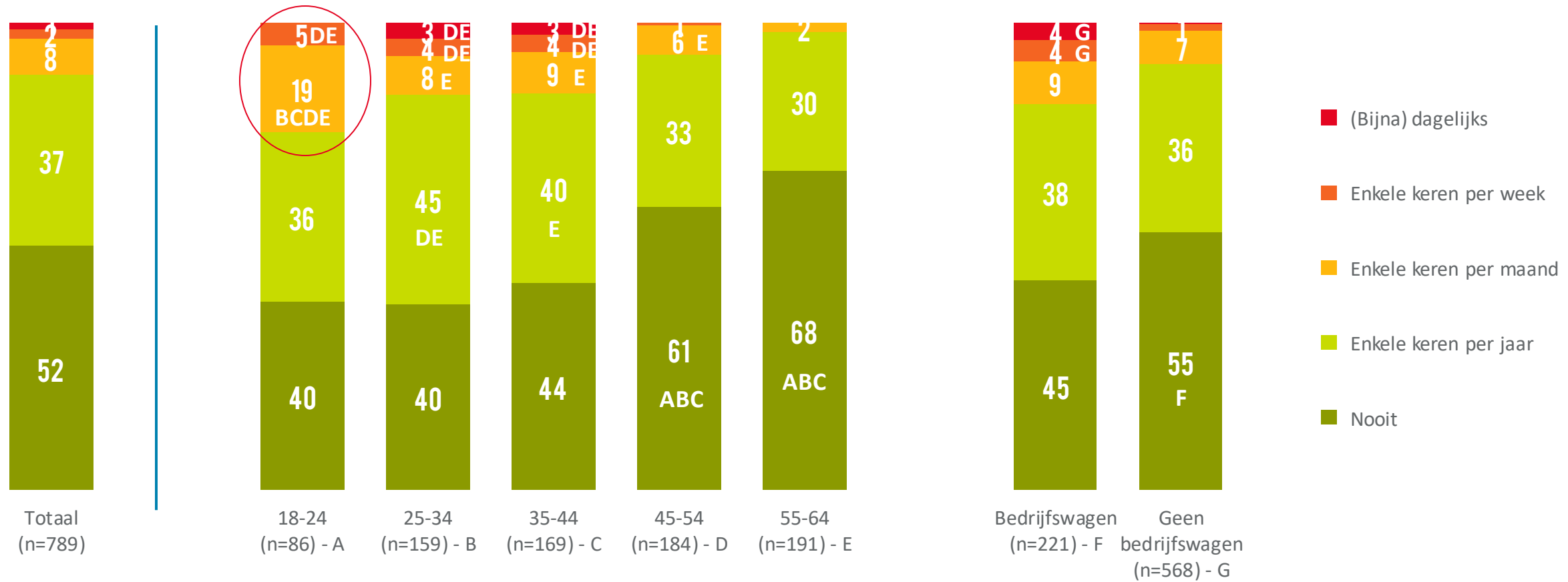
Bijna 1 op 5 autobestuurders heeft de voorbije maand minstens af en toe met de auto gereden terwijl ze zich slaperig voelden. Er is een duidelijk verband tussen leeftijd en het al dan niet rijden met de wagen als men zich slaperig voelt. Dit komt minder voor naarmate de leeftijd toeneemt.

SLAPERIG MET DE AUTO RIJDEN IN DE VOORBIJE MAANDEN – LEEFTIJD



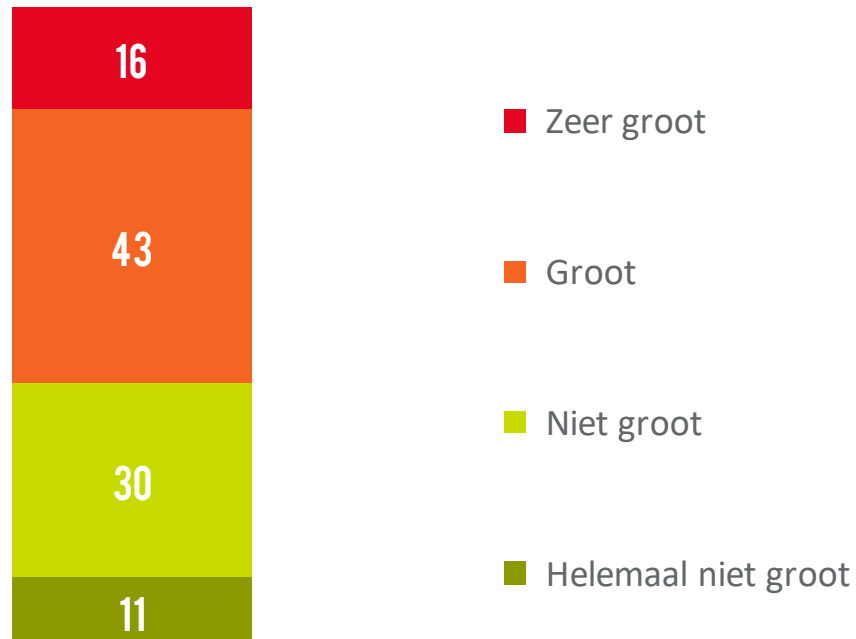
1 op 10 Vlaamse autobestuurders rijdt minstens enkele keren per maand met de auto na al langer dan 18 uur wakker te zijn. Ook hier is er een duidelijk verband met leeftijd (komt minder voor naarmate de chauffeur ouder is) en/of bezit bedrijfswagen.

MET DE AUTO RIJDEN NA 18 UUR WAKKER — LEEFTIJD EN BEZIT BEDRIJFSWAGEN



Risicoperceptie is groot: meer dan de helft van de autobestuurders schat de kans om zelf een ongeval te veroorzaken door slaperigheid als (zeer) groot in.

RISICOPERCEPTIE: ONGEVAL VEROOZAKEN DOOR SLAPERIGHEID

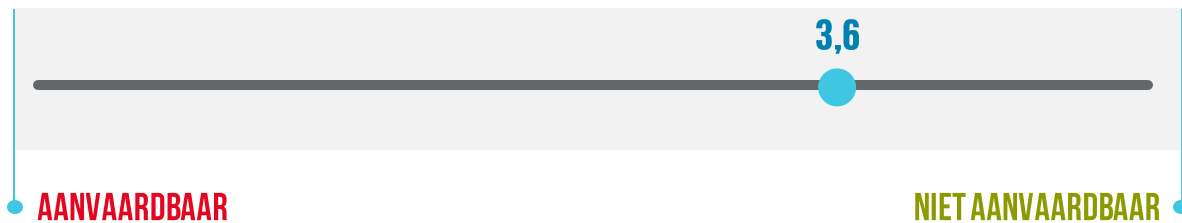


Opmerking

Er zijn geen grote verschillen tussen de verschillende leeftijdsgroepen, autobestuurders zonder en met bedrijfswagen, etc.

Autobestuurders vinden het niet echt aanvaardbaar om met de auto te rijden bij slaperigheid.
18-44 jarigen staan hier wel neutraler tegenover.

HOE AANVAARDBAAR VINDT U HET VOOR UZELF OM... MET DE AUTO TE RIJDEN TERWIJL U ZICH SLAPERIG VOELT?

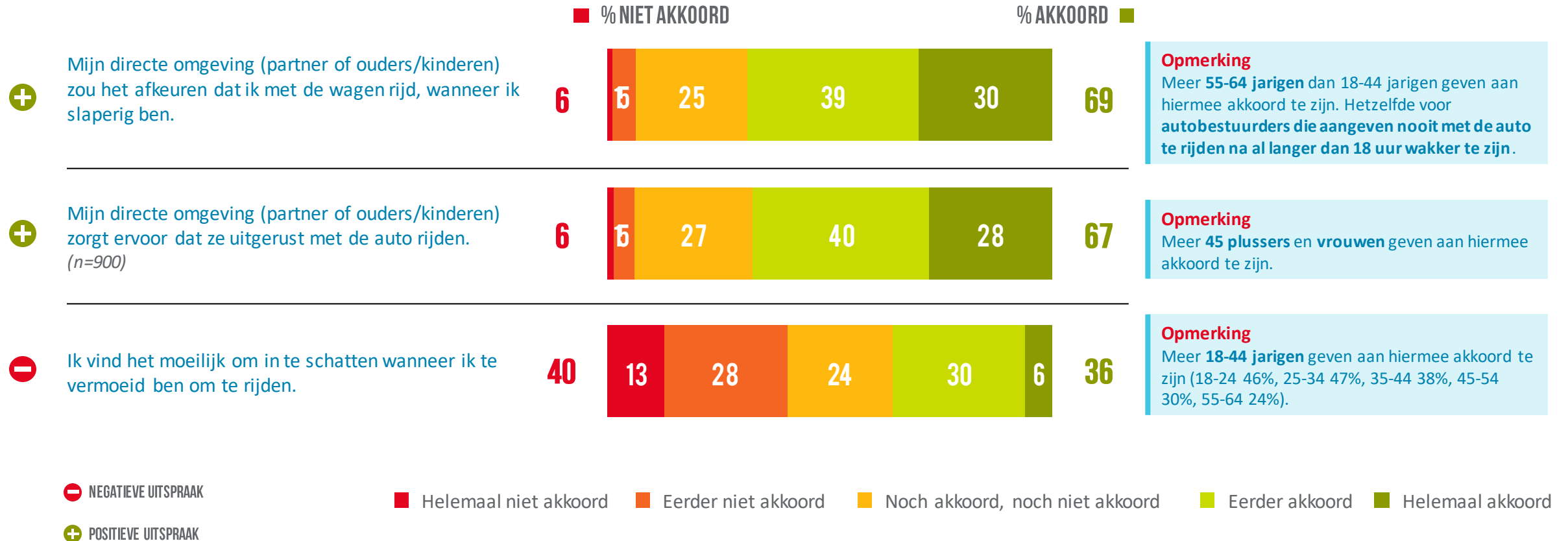


Opmerking

- Meer **vrouwen** vinden dit **niet aanvaardbaar** (3,8 vs. 3,5).
- Meer **45 plussers** vinden dit **niet aanvaardbaar** (18-24 3,4 vs. 25-34 3,4 vs. 35-44 3,5 vs. 45-54 3,7 vs. 55-64 4,0).
- Meer **18-44 jarigen** hebben een **neutrale houding** (score 3) (18-24 44% vs. 25-34 46% vs. 35-44 38% vs. 45-54 29% vs. 55-64 21%).
- Meer autobestuurders die aangeven **nooit met de wagen te rijden na al langer dan 18u wakker te zijn** vinden dit **niet aanvaardbaar** (min. Enkele keren per maand 3,4 vs. Enkele keren per jaar 3,4 vs. Nooit 3,8).

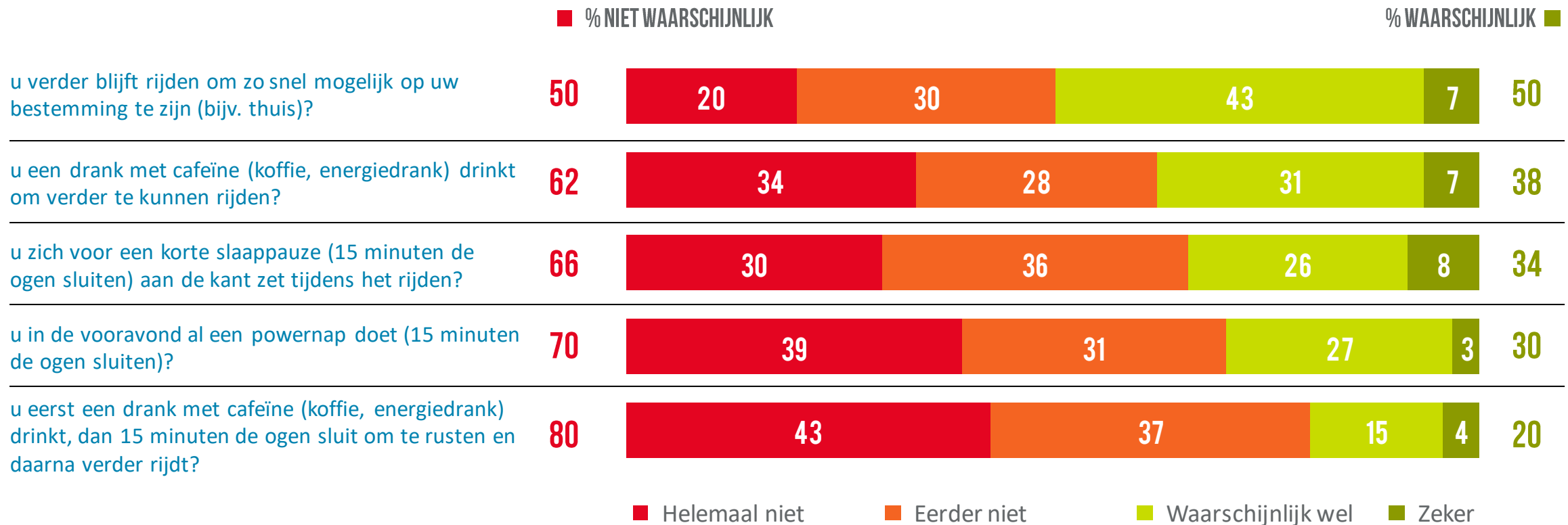
Bijna 7 op 10 autobestuurders geeft aan dat hun omgeving het zou afkeuren dat ze slaperig met de auto rijden en is er ook van overtuigd dat hun directe omgeving ervoor zorgt dat ze uitgerust met de wagen rijden. Ongeveer 1 op 3 vindt het moeilijk om in te schatten dat men te vermoeid is om te rijden; 18-44 jarigen (in het bijzonder 18-34 jarigen) vinden dat nog lastiger.

STELLINGEN



De helft van de Vlaamse autobestuurders geeft aan waarschijnlijk gewoon verder te rijden bij slaperigheid achter het stuur. Daarnaast denkt men aan cafeïne houdende dranken, korte slaappauze en de powernap in de vooravond als mogelijke oplossingen.

HOE WAARSCHIJNLIJK IS HET DAT WANNEER U ZICH SLAPERIG VOELT TIJDENS HET RIJDEN...



Risicogedrag is hoger bij 18-44 (hogere waarschijnlijkheid dat men verder rijdt). Daarnaast kiezen ze ook vaker voor cafeïne houdende dranken als mogelijke oplossing. 45-64 jarigen geven meer aan dat het waarschijnlijk is dat ze een korte slaappauze nemen.

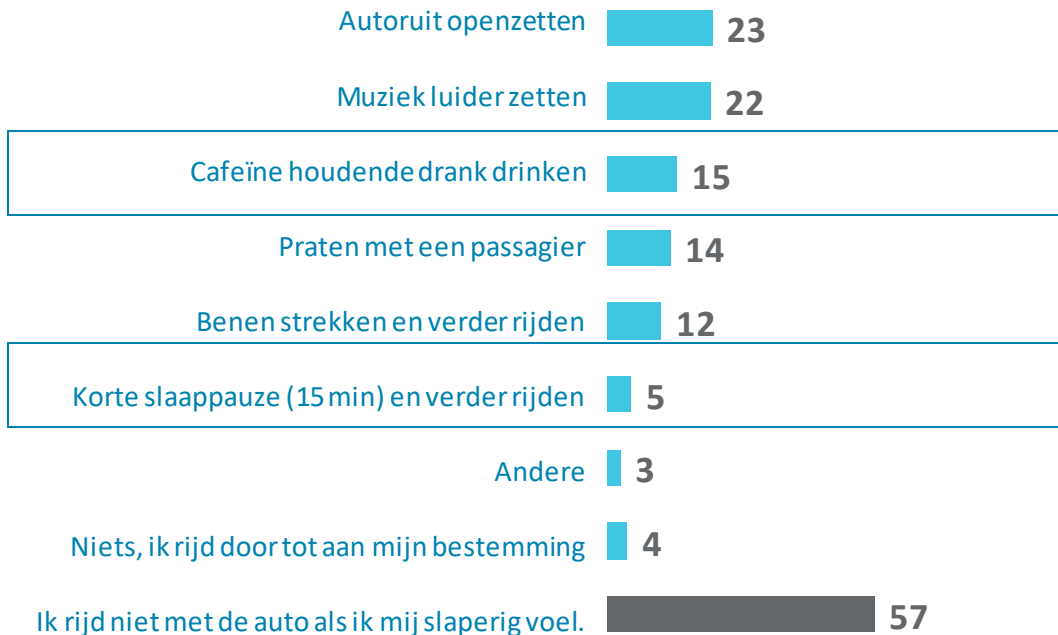
HOE WAARSCHIJNLIJK IS HET DAT... —LEEFTIJD

% WAARSCHIJNLIJK	TOTAAL	18-24 JAAR	25-34 JAAR	35-44 JAAR	45-54 JAAR	55-64 JAAR
	(n=789)	(n=86) (A)	(n=159) (B)	(n=169) (C)	(n=184) (D)	(n=191) (E)
u verder blijft rijden om zo snel mogelijk op uw bestemming te zijn (bijv. thuis)?	50	62 DE	59 DE	60 DE	40	35
u een drank met cafeïne (koffie, energiedrank) drinkt om verder te kunnen rijden?	38	53 DE	46 DE	47 DE	31E	21
u zich voor een korte slaappauze (15 minuten de ogen sluiten) aan de kant zet tijdens het rijden?	34	26	31	25	39 AC	45 ABC
u in de vooravond al een powernap doet (15 minuten de ogen sluiten)?	30	31	35 DE	34	25	25
u eerst een drank met cafeïne (koffie, energiedrank) drinkt, dan 15 minuten de ogen sluit om te rusten en daarna verder rijdt?	20	13	25 A	16	21	21

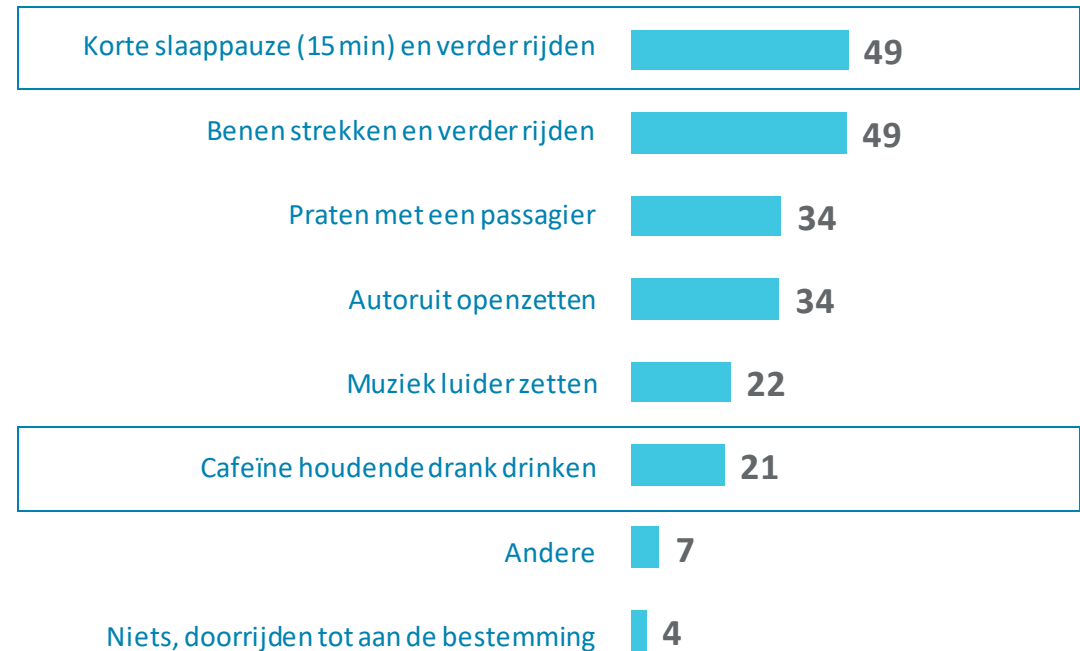
Hoewel acties in de auto (autoruit openzetten, muziek luider zetten, etc.) meer gedaan worden dan het stoppen om de benen te strekken of voor een korte slaappauze, worden deze laatste wel meer beschouwd als een goede oplossing tegen slaperigheid. Kennis en eigenlijk gedrag lopen dus niet gelijk.

SLAPERIGHEID ACHTER HET STUUR

WAT HEEFT U GEDAAN DE LAATSTE KEER DAT U ZICH SLAPERIG VOELDE ACHTER HET STUUR?



WAT IS VOLGENS U DE OPLOSSING TEGEN SLAPERIGHEID ACHTER HET STUUR?



18-44 jarigen (in het bijzonder 18-24 jarigen) geven meer aan iets te ondernemen in de auto zelf (autoruit openzetten, etc.) om slaperigheid achter het stuur tegen te gaan. In overeenstemming met het aantal keer slaperig te rijden de voorbije maanden, geven hier opnieuw meer 45-64 jarigen aan niet met de auto te rijden als ze zich slaperig voelen.

SLAPERIGHEID ACHTER HET STUUR – GESLACHT EN LEEFTIJD

% GEDAAN DE LAATSTE KEER	TOTAAL	MAN	VROUW	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64
	(n=789)	(n=413) A	(n=376) B	(n=86) C	(n=159) D	(n=169) E	(n=184) F	(n=191) G
Autoruit openzetten	23	27 B	18	35 FG	32 FG	26 FG	14	13
Muziek luider zetten	22	25	20	42 EFG	33 FG	25 FG	14	9
Cafeïne houdende drank drinken	15	18 B	12	31 EFG	23 FG	17 G	11 G	3
Praten met een passagier	14	14	14	29 EFG	19 FG	14 G	10	5
Benen strekken en verder rijden	12	16 B	7	17 G	15 G	11	14 G	6
Korte slaappauze en verder rijden	5	7 B	3	6	10 G	4	5	2
Andere	3	4	2	9 DEFG	1	3	3	1
Niets, ik rijd door tot aan mijn bestemming.	4	5	4	7	4	7	4	2
Ik rijd niet met de auto als ik mij slaperig voel.	57	50	65 A	38	42	52 C	63 CDE	79 CDEF

Het met de auto stoppen voor een korte slaappauze of om de benen te strekken wordt over het algemeen meer gezien als een goede oplossing tegen slaperigheid achter het stuur. Niettegenstaande vinden meer 18-44 jarigen dan 45 plussers het luider zetten van de muziek of het drinken van een drank met cafeïne ook een goede oplossing.

SLAPERIGHEID ACHTER HET STUUR – LEEFTIJD

% OPLOSSING	TOTAAL	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64
	(n=789)	(n=86) A	(n=159) B	(n=169) C	(n=184) D	(n=191) E
Korte slaappauze en verder rijden	49	54	50	45	50	48
Benen strekken en verder rijden	49	40	46	45	51	56 AC
Praten met een passagier	34	40	37	34	28	35
Autoruit openzetten	34	31	37	38 D	27	33
Muziek luider zetten	22	26 E	29 DE	28 E	19	13
Cafeïne houdende drank drinken	21	32 DE	26 E	22 E	18	13
Andere	7	3	6	5	7	9
Niets, doorrijden tot aan de bestemming.	4	3	4	5 E	3	2

Slechts 1 op 2 autobestuurders is bereid om een drank met cafeïne te drinken, een korte slaappauze te nemen of in de vooravond een powernap te doen. De bereidheid om een cafeïne houdende drank te drinken is het grootst bij 18-44 jarigen. De bereidheid om te stoppen om een korte slaappauze te nemen is het grootst bij 45 plussers.

BEREIDHEID OM...



81% bereid tot minstens 1 van de acties
Dit neigt lager te zijn bij mensen die frequenter (minstens 1-3 dagen /week) met de auto rijden.

Opmerking
Meer **18-44 jarigen** geven aan hiertoe bereid te zijn.

Opmerking
Meer **45 plussers** en mannen geven aan hiertoe bereid te zijn.

Het drinken van een cafeïne houdende drank wordt gezien als de makkelijkste oplossing tegen slaperigheid achter het stuur. Meer 45 plussers vinden het gemakkelijk om een korte slaappauze te nemen (maar zij geven aan minder slaperig achter het stuur te zitten).

HOE MAKKELIJK IS HET OM...

wanneer u zich slaperig voelt tijdens het rijden, een cafeïne houdende drank (koffie, energiedrank...) te drinken?



Opmerking

Meer **25-44 jarigen** vinden dit makkelijk dan 55-64 jarigen.

wanneer u zich slaperig voelt tijdens het rijden, even te stoppen voor een korte slaappauze (15 min)?



Opmerking

Meer **45 plussers** vinden dit makkelijk en mensen die **1-3 dagen per week of minder** met de auto rijden.

wanneer u nog laat (na 22.00 uur) met de auto moet rijden, in de vooravond al een powernap te doen (15 minuten de ogen sluiten)?



wanneer u 's avonds laat (na 22.00 uur) nog naar huis moet rijden met de auto, eerst een korte slaappauze (15 min) te nemen en daarna te vertrekken?



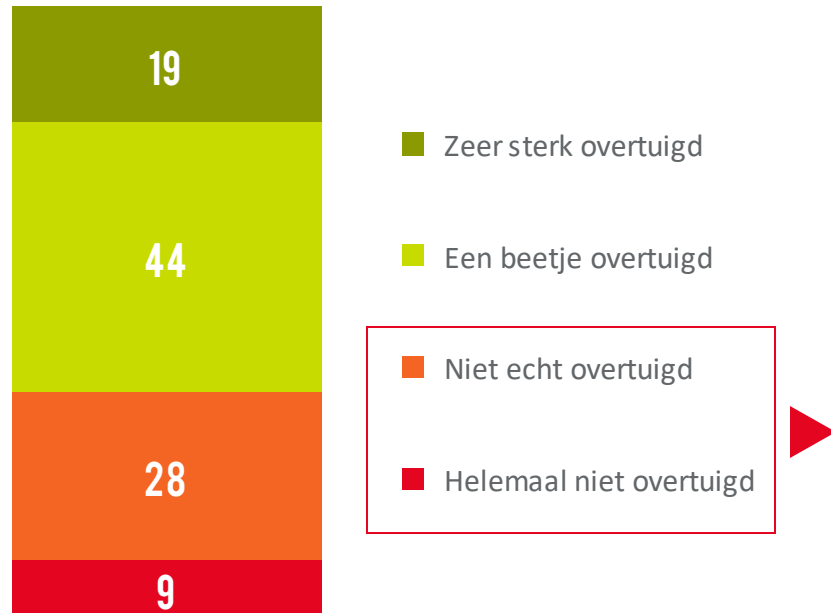
Opmerking

Meer **55 plussers** vinden dit makkelijk en meer mensen die **1-3 dagen per week** met de auto rijden vs. autobestuurder die dagelijks onderweg zijn.

■ Heel moeilijk ■ Eerder moeilijk ■ Eerder makkelijk ■ Heel makkelijk

6 op 10 autobestuurders is overtuigd dat een powernap in de vooravond kan helpen om slaperigheid achter het stuur te voorkomen. De voornaamste barrières zijn het idee nog vermoeider te zijn na de powernap en dat 15' te kort is om effectief te zijn.

OVERTUIGING OM DOOR EEN POWERNAP TE NEMEN, SLAPERIGHEID ACHTER HET STUUR TE VOORKOMEN

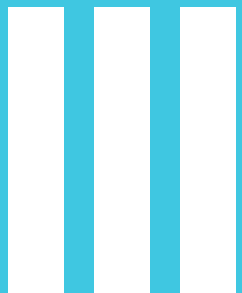


Opmerking

Meer **mannen** zijn **overtuigd** dat een powernap helpt om slaperigheid achter het stuur te voorkomen dan vrouwen.

WAAROM? (n=292)

Maakt je nog vermoeider/suffer (15 minuten) is te kort	36
Ik kan dat niet (slechte slaper)	15
Dit helpt niet	11
Niet rijden als je moe bent	4
Afhankelijk van persoon/situatie	3
Geen tijd voor	3
Geen ervaring hiermee/nog niet geprobeerd	2
Ik word snel terug moe/Tijdelijke oplossing	2



SLAPERIGHEID



Slaperigheid achter het stuur komt vaker voorbij 18-44 jarigen dan bij 45 plussers.

- 18-34 jarigen rijden frequenter 's nachts
- Frequentie om met de auto te rijden na al langer dan 18 uur wakker te zijn neemt af met de leeftijd.

Risicoperceptie is groot, maar toch is er een iets tolerantere houding bij 18-44 jarigen.

- Slaperigheid achter het stuur wordt niet aanvaard, maar meer 18-44 jarigen hebben een neutrale houding.
- 7 op 10 autobestuurders geeft aan dat hun omgeving slaperigheid achter het stuur zou afkeuren.
- 1 op 3 vindt het moeilijk om in te schatten wanneer ze vermoeid zijn om te rijden. Dit komt meer voor bij 18-44 jarigen.

Intentie om slaperigheid achter het stuur te voorkomen kan beter. Gehanteerde oplossingen zijn verschillend per leeftijd.

- Helft van de Vlamingen rijdt gewoon door wanneer ze zich slaperig voelen achter het stuur.
- Momenteel geven 18-44 jarigen de voorkeur aan snelle oplossingen in de auto, zoals cafeïne houdende dranken, ramen opzetten, muziek luider zetten (manifesteert zich in huidig gedrag als bereidheid tot).
- 45 plussers geven aan veel minder slaperig te rijden. Als huidige en mogelijke oplossing schuiven zij vooral een korte slaappauze of de benen te strekken naar voor.
- Overtuiging dat een powernap in de vooravond kan helpen om slaperigheid achter het stuur te voorkomen is bij 6 op 10 autobestuurders aanwezig. Het is wel nodig om percepties zoals 'te kort' of 'nog meer vermoeid nadien' te counteren.