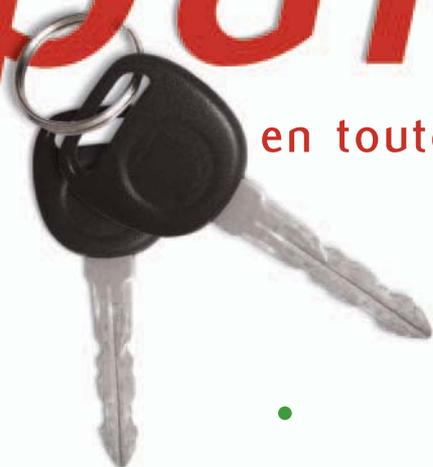


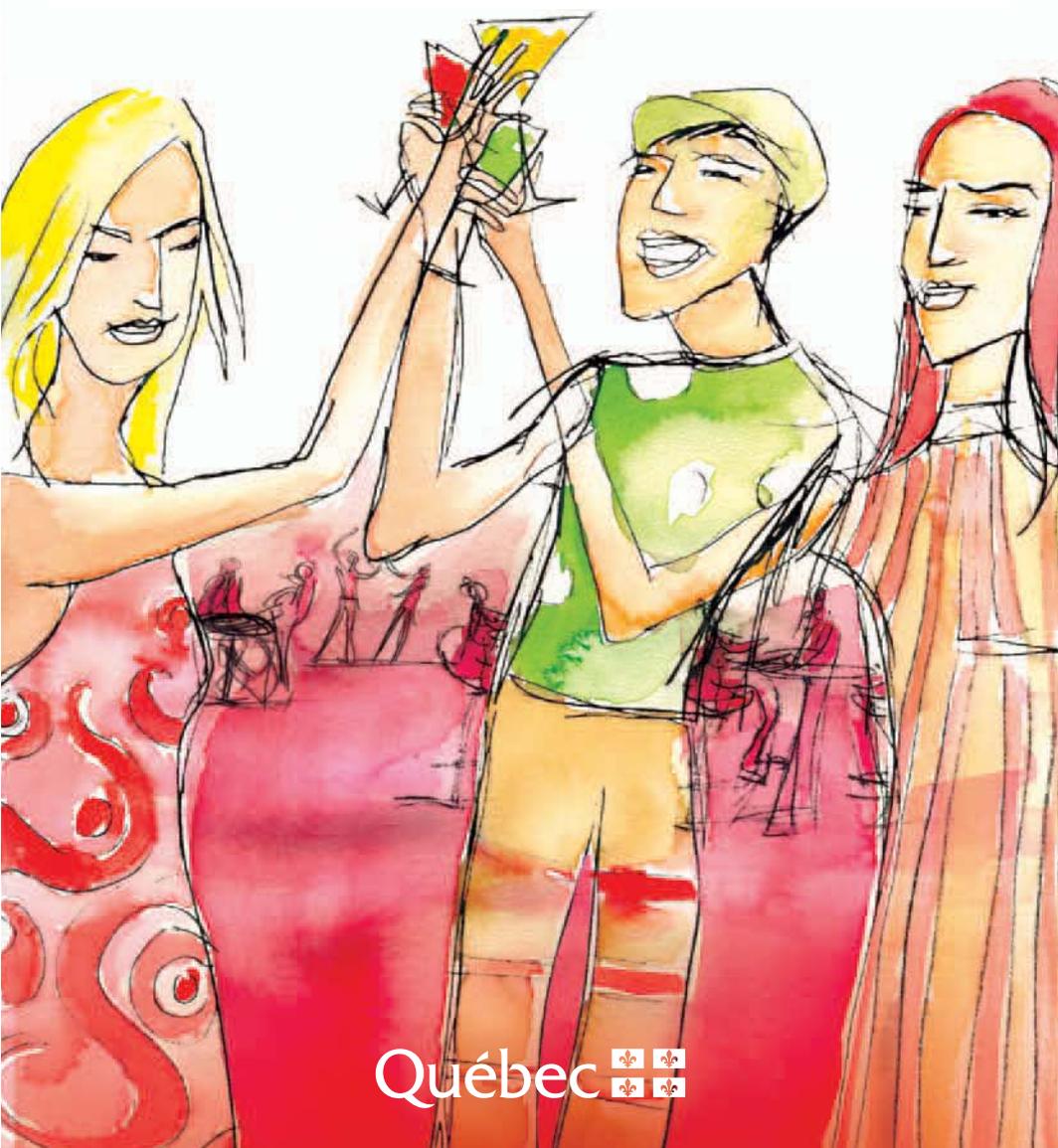
Lorsqu'on boit, on ne conduit pas.

# party

en toute sécurité



TROUSSE DE L'HÔTE RESPONSABLE



Québec 

Levons nos verres à une soirée réussie!

# santé!

La présente trousse s'adresse aux personnes qui, dans une entreprise, sont chargées de l'organisation des festivités et à tout organisateur de fêtes ou d'activités où il y a consommation d'alcool.

Les notions abordées concernent autant la consommation d'alcool que ses effets et ses conséquences sur la conduite automobile:

- les statistiques, les mythes et la notion de facultés affaiblies;
- la loi, les sanctions ainsi que les coûts liés à ce type d'infraction;
- les alcootests publics et les alcotubes;
- les responsabilités légales et sociales de l'hôte qui reçoit;
- des trucs concrets pour l'organisation d'une fête et des solutions à la portée de tous afin d'assurer un retour sécuritaire aux invités...

Ces notions pourront servir à alimenter une présentation aux employés ou des messages d'information et de prévention. Ce document de référence vous fournit les ingrédients qui assureront un *party* mémorable, mais pour les bonnes raisons!

**Prévoyez le coup!**  
**Lorsqu'on boit, on ne conduit pas.**





Prendre l'apéro entre amis, souligner un anniversaire, arroser un bon repas, renouer avec une ancienne connaissance, célébrer une promotion, un 5 à 7 ou encore le *party* de Noël du bureau, les occasions de prendre un verre ne manquent pas!

Mais ces moments de détente très agréables pourraient se transformer en cauchemar si l'alcool est associé à la conduite automobile. En effet, l'alcool et la conduite d'un véhicule automobile ne sont pas compatibles. C'est pourquoi, avant même de se rendre au *party*, il est important de prévoir son retour à la maison.

Malgré l'amélioration marquée du bilan routier de ces dernières années, la conduite avec les facultés affaiblies constitue encore, avec la vitesse, l'une des principales sources d'accidents de la route. Depuis 1998, l'alcool est la cause, en moyenne, de 29% des décès, de 18% des blessés graves et de 5% des blessés légers. Cela représente des centaines de décès par année, des milliers de blessés et une facture globale de près de 100 millions de dollars pour les Québécois en frais d'indemnisation.

L'alcool au volant concerne tout le monde: hommes, femmes, jeunes et moins jeunes. En prenant des risques, c'est notre vie et celle des autres que nous mettons en danger. Des conséquences physiques, psychologiques, légales et financières importantes sont rattachées à ce genre de tragédie. Le jeu n'en vaut vraiment pas la chandelle!





Malgré toute l'information qui circule depuis plusieurs années sur l'alcool et la conduite avec les facultés affaiblies, un grand nombre d'idées fausses persistent. En voici quelques-unes :

J'AI BIEN MANGÉ APRÈS AVOIR BU.  
JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Si nous consommons de l'alcool sans avoir mangé, notre estomac étant vide, l'alcool passe directement dans l'intestin grêle, puis dans le sang et au cerveau. L'assimilation est sans obstacle et l'alcool nous monte à la tête. Voilà ce qui explique ses effets rapides dans une telle situation. Si nous mangeons après en avoir consommé, rien n'est changé. L'alcool est déjà arrivé dans notre appareil circulatoire et il est trop tard.

J'AI BU EN MANGEANT.  
JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Il est vrai, par contre, que le processus d'assimilation de l'alcool est différent lorsque nous buvons en mangeant. La nourriture dans l'estomac absorbe une certaine quantité d'alcool. De plus, tant que la nourriture n'est pas complètement digérée, le sphincter entre l'estomac et l'intestin grêle se contracte et retarde le passage de la nourriture et de l'alcool dans l'intestin. Le processus d'assimilation est donc plus long et l'alcool arrive dans notre sang plus lentement. Toutefois, même le plus plantureux des repas n'empêche pas une personne de s'intoxiquer.

APRÈS MES CONSOMMATIONS, J'AI DANSÉ ET TRANSPIRÉ...  
APRÈS MES CONSOMMATIONS,  
J'AI PRIS UNE BONNE DOUCHE FROIDE...  
JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Prendre une douche froide, faire une marche ou danser comme un déchaîné ne diminuent pas l'effet de l'alcool. L'alcool est éliminé à 90% par le foie. Moins de 10% de l'alcool consommé peut être éliminé par d'autres moyens comme l'urine, la respiration et la transpiration. Pour se dégriser, il faut donc attendre que le foie exécute son processus de transformation de l'alcool.

J'AI CONSOMMÉ DES BOISSONS ALLONGÉES, DES COCKTAILS OU DES BOISSONS AU VIN DE TYPE *COOLERS*. CES BOISSONS AYANT MOINS D'EFFETS, JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Les boissons allongées, les cocktails et les boissons au vin (*coolers*) ne comportent pas moins de dangers que les autres boissons alcoolisées. Ainsi, 50 ml d'alcool dans un mélange de jus de fruits exotiques demeurent 50 ml d'alcool! ATTENTION! Les cocktails et les boissons au vin (*coolers*) ne sont pas toujours aussi légers qu'ils en ont l'air... les effets peuvent surprendre!

J'AI JUSTE CONSOMMÉ DE LA BIÈRE. JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

On pense encore que prendre de la bière plutôt qu'une autre boisson alcoolisée a moins d'incidence sur le comportement. Si l'on respecte les mesures standards pour chaque type de boisson, une bière régulière équivaut à un verre de vin, d'apéritif ou de spiritueux. Chacune de ces boissons contient la même quantité d'alcool. Donc, une personne qui prend trois bières ou trois scotchs consommera la même quantité d'alcool. Il sera assimilé un peu différemment par l'organisme, mais les résultats seront les mêmes.

APRÈS AVOIR BU, J'AI PRIS UN BON CAFÉ. JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Un café noir ne dégrise personne. Pourtant, il nous donne l'impression de nous remuer les méninges. Pourquoi? Parce que la caféine stimule sans toutefois diminuer l'alcoolémie. C'est pour cette raison que nous ne devons absolument pas nous fier à ce que nous ressentons lorsque nous prenons un café. Les effets de l'alcool sont toujours présents et notre capacité de conduire demeure diminuée. Rappelons-nous que pour éliminer l'alcool, le foie prend tout le temps qu'il lui faut. Le café n'accélère en rien son action.

ÇA FAIT 1 HEURE QUE JE NE BOIS PLUS. JE PEUX DONC CONDUIRE MON VÉHICULE.

FAUX

Il est bon de prendre l'habitude de ne pas consommer d'alcool pendant l'heure qui précède la conduite d'un véhicule. Mais cette bonne habitude n'est valable que dans la mesure où nous limitons notre consommation au minimum. Une heure d'attente ne changera absolument rien à l'état d'une personne qui a consommé trop d'alcool! Il faut savoir que l'organisme élimine beaucoup plus lentement l'alcool qu'il ne l'assimile. Le foie élimine en moyenne, selon l'individu, 15 mg d'alcool à l'heure, soit l'équivalent d'une consommation moyenne: une bière, un verre de vin, un verre de spiritueux. Par exemple, pour éliminer 70 mg d'alcool de notre organisme, il faudra en moyenne 5 heures.



Les facultés affaiblies,  
ça commence avant 0,08!

Les effets de l'alcool varient considérablement d'une personne à l'autre selon :

- la quantité d'alcool que nous avons consommée
- la vitesse à laquelle nous buvons
- notre sexe
- notre poids
- notre masse musculaire
- notre grandeur
- notre niveau de fatigue
- notre niveau de stress
- notre forme physique
- notre état psychologique
- la prise de certains médicaments

Sachez que notre comportement commence à changer dès notre première consommation : l'alcool, les drogues, tout comme certains médicaments, diminuent notre capacité de conduire.

Sachez également que nos facultés peuvent être affaiblies même avant d'avoir atteint la limite légale de 0,08.

On peut mesurer de façon précise un taux d'alcool, mais pas les « facultés affaiblies ». Un taux d'alcool se mesure en milligrammes d'alcool dans le sang à partir d'un éthylomètre calibré et manipulé par un expert. Par ailleurs, la capacité de conduire s'évalue à partir de différents indices qui vont mettre en évidence le comportement d'un individu qui a consommé. Ces indices résultent principalement de l'observation.

Chez une personne qui a consommé, certains signes physiques sont révélateurs et témoignent d'une capacité de conduite affaiblie. Certains de ces signes vous permettront de détecter qu'un collègue a les facultés affaiblies et ainsi de l'empêcher de prendre son véhicule :

- yeux irrités
- respiration plus rapide
- transpiration plus abondante
- débit de la parole plus rapide
- augmentation du ton de la voix
- difficultés d'élocution
- difficulté à se tenir debout
- difficulté à marcher en ligne droite
- peut tituber ou trébucher plus facilement
- gestes au ralenti
- distraction
- répond lentement aux questions
- tendance à s'endormir
- augmentation du sentiment de tristesse
- signes d'agressivité
- fou rire incontrôlable et exagéré

Les derniers mois ont été chargés et le *party* de Noël vous permettra de vous relaxer un peu. Une fois sur les lieux, votre fatigue semble disparaître puisque l'esprit est à la fête. Vous avez soif et vous prenez rapidement votre premier verre sans avoir mangé. Vous sentez que l'alcool vous monte rapidement à la tête et que vous parlez davantage. Lorsque vous vous levez pour aller aux toilettes, vous vous apercevez que l'alcool vous coupe carrément les jambes : vos facultés sont affaiblies!



Les effets de l'alcool sont progressifs et commencent dès la première consommation. Avec seulement 30 mg d'alcool dans le sang, le comportement d'un individu change et après 50 mg, les effets sur la conduite d'un véhicule sont déjà significatifs.

Progressivement, la vision panoramique, la perception auditive et la capacité d'évaluer les distances diminuent. Après quelques verres seulement, nous ne réagissons plus de la même façon. Très souvent, nous surestimons nos capacités tout en sous-estimant les dangers. Nous sommes plus agressifs, nos gestes sont imprécis et nous maîtrisons moins bien notre véhicule. En fait, notre jugement est affecté, notre capacité à évaluer correctement une situation est diminuée et notre aptitude à réagir rapidement aux dangers est considérablement réduite. Bref, nous sommes des conducteurs affaiblis et dangereux.

## Certains effets de la consommation d'alcool sur le comportement du conducteur :

### LA VISION EST AFFECTÉE

---

- Mauvaise évaluation à l'approche d'un virage
- Éblouissement plus long au moment de croiser un véhicule la nuit
- Vision de côté diminuée  
Par exemple: on n'a pas vu le piéton qui descend du trottoir.

### LA CONCENTRATION DEVIENT PLUS DIFFICILE

---

- Tendance à concentrer son attention sur une chose à la fois  
Par exemple: les lignes sur la chaussée

### LES MOUVEMENTS SONT PLUS DIFFICILES À COORDONNER

---

- Difficulté à rester concentré sur la route  
Par exemple: délai plus long pour freiner devant un obstacle.

**Et plus nous buvons, plus ces effets sont prononcés!**



La société québécoise s'est donnée des lois sévères pour contrer le phénomène de la conduite avec les facultés affaiblies. Au Québec, ce sont le Code criminel canadien et le Code de la sécurité routière qui s'appliquent en même temps.

Pour les **titulaires d'un permis de conduire régulier** interceptés avec les facultés affaiblies par l'alcool, avec un taux d'alcool dépassant la limite légale de 80 mg par 100 ml de sang, ou qui refusent de fournir un échantillon d'haleine ou de se soumettre à une prise de sang, la loi prévoit diverses sanctions.

Voici donc ce qui pourrait vous arriver ou arriver à un collègue ou à un ami qui conduit avec les facultés affaiblies

## 1<sup>re</sup> sanction

### CODE CRIMINEL

- Interdiction de conduire pendant 1 an
- Possibilité d'installation d'un antidémarrreur si le juge le permet, et ce, après une période minimale d'interdiction de conduire de 3 mois
- Amende minimale de 600\$

### CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

- Révocation de permis pendant 1 an<sup>1</sup>
- Session Alcofrein<sup>2</sup> obligatoire
- Évaluation sommaire<sup>3</sup> des comportements face à l'alcool incompatibles avec la conduite sécuritaire d'un véhicule
- Si l'évaluation sommaire n'est pas favorable:
  - > évaluation complète<sup>4</sup>
  - > antidémarrreur obligatoire pendant 1 an après la révocation et une fois que l'évaluation est satisfaisante pour la Société

## 2<sup>e</sup> sanction

### CODE CRIMINEL

---

- Interdiction de conduire pendant 2 ans
- Possibilité d'installation d'un antidémarrreur si le juge le permet, et ce, après une période minimale d'interdiction de conduire de 6 mois
- Emprisonnement minimal de 14 jours

## 3<sup>e</sup> sanction

### CODE CRIMINEL

---

- Interdiction de conduire pendant 3 ans
- Possibilité d'installation d'un antidémarrreur si le juge le permet, et ce, après une période minimale d'interdiction de conduire de 12 mois
- Emprisonnement minimal de 90 jours

## Conduite avec les facultés affaiblies causant des lésions corporelles

- Emprisonnement maximal de 10 ans

## Conduite avec les facultés affaiblies causant la mort

- Peine maximale d'emprisonnement à perpétuité

1- Voir à ce sujet le dépliant *Les infractions au Code criminel, Permis de conduire*.

2- Programme Alcofrein: programme d'éducation reconnu par le ministère de la Sécurité publique. Il consiste à sensibiliser les conducteurs aux problèmes de la consommation d'alcool ou de drogue (session aux frais du contrevenant).

3- Évaluation sommaire: évaluation qui détermine notamment le risque de récidive d'un individu (rencontre aux frais du contrevenant).

4- Évaluation complète: évaluation qui détermine la nature des problèmes et permet d'établir un plan d'encadrement et de suivi selon la gravité du cas et la motivation de l'individu (plusieurs rencontres sur une période variant entre 6 et 9 mois aux frais du contrevenant).

### CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

---

- Révocation du permis pendant 3 ans<sup>1</sup>
- Évaluation complète<sup>4</sup>
- Antidémarrreur obligatoire pendant 2 ans après la révocation et une fois que l'évaluation est satisfaisante pour la Société

### CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

---

- Révocation du permis pendant 5 ans<sup>1</sup>
- Évaluation complète<sup>4</sup>
- Antidémarrreur obligatoire pendant 3 ans après la révocation et une fois que l'évaluation est satisfaisante pour la Société

## Période de référence pour le calcul de la récidive

- 10 ans

## Autres dispositions

- Suspension immédiate du permis de 30 ou 90 jours pour conduite sous l'influence de l'alcool et conduite sans antidémarrreur
- Zéro alcool pour les nouveaux conducteurs en période d'apprentissage
- Saisie du véhicule pour conduite durant une sanction ou sans permis: 30 jours, de 1 500\$ à 3 000\$ si la sanction est liée à la conduite sous l'influence de l'alcool

N.B.: Toutes ces évaluations sont faites par des personnes travaillant dans des centres de réadaptation pour personnes alcooliques et autres toxicomanes reconnus dans le réseau de la santé et des services sociaux.

## VOICI MAINTENANT LES SANCTIONS PRÉVUES POUR LE TITULAIRE D'UN PERMIS DE CONDUIRE D'APPRENTI CONDUCTEUR OU D'UN PERMIS PROBATOIRE.

Ces titulaires sont soumis à la règle du zéro alcool et à un maximum de 4 points d'inaptitude. Ainsi, tout nouveau conducteur verra son permis de conduire suspendu s'il conduit après avoir consommé de l'alcool. Si son taux d'alcoolémie dépasse 80 mg par 100 ml de sang, ou s'il y a refus de fournir échantillon d'haleine ou de se soumettre à une prise de sang, il subira les sanctions prévues au Code criminel et au Code de la sécurité routière. De plus, s'il conduit alors que son permis est sous sanction, le véhicule qu'il conduit pourra être saisi.

### LE PERMIS D'APPRENTI CONDUCTEUR

Ce permis est remis à tout nouveau conducteur et l'oblige à être accompagné durant sa période d'apprentissage. L'accompagnateur doit être titulaire, depuis au moins deux ans, d'un permis de conduire régulier valide. Le permis d'apprenti conducteur est d'une durée de 18 mois bien qu'il soit possible de se présenter à un examen pratique après 12 mois (ou 8 mois si l'apprenti conducteur a suivi avec succès un cours de conduite dans une école reconnue).

### PERMIS PROBATOIRE

Ce permis est remis à l'apprenti conducteur qui a réussi l'examen pratique. Il est d'une durée de 24 mois, ou valide jusqu'à l'âge de 25 ans (selon la première des deux échéances).

### SANCTIONS POUR NON-RESPECT DU ZÉRO ALCOOL

- Suspension immédiate du permis pour 30 jours (90 jours pour les cas de récidives)
- Amende de 300\$ à 600\$
- Inscription au dossier de 4 points d'inaptitude
- Suspension additionnelle de 3 mois
- Si conduite sans permis valide: saisie du véhicule et amende additionnelle.

Note: De plus, tout individu de moins de 18 ans est assujéti à la Loi des jeunes contrevenants (loi fédérale). Selon la gravité de l'infraction, le juge peut le placer sous probation et lui imposer un séjour en centre d'accueil ou l'exécution de travaux communautaires.



Un verre de trop,  
ça coûte cher!



## VOICI LES FRAIS RELATIFS À UNE INFRACTION POUR CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES PAR L'ALCOOL :

Amende minimale pour avoir conduit avec les facultés affaiblies par l'alcool :

600\$

### À LA SUITE D'UNE PREMIÈRE CONDAMNATION :

- Session Alcofrein 150\$
- Évaluation sommaire 159\$
- Évaluation complète si l'évaluation sommaire est défavorable 517,27\$  
incluant les taxes

### LORS D'UNE DEUXIÈME CONDAMNATION ET PLUS

- Évaluation complète 586,27\$  
incluant les taxes

### COÛTS LIÉS À L'UTILISATION D'UN DISPOSITIF DÉTECTEUR D'ALCOOL

- Frais d'installation 135\$  
+ taxes et assurances
- Frais mensuels de location 95\$  
+ taxes
- Frais liés à la fermeture du dossier et au retrait du dispositif 25\$
- Amende pour avoir conduit durant une sanction liée au Code criminel à laquelle s'ajouteront des frais de saisie du véhicule 1 500\$  
à 3 000\$

Coût lié à l'obtention d'un nouveau permis à la suite d'une condamnation au Code criminel, selon qu'il s'agit d'une première, deuxième ou troisième infraction ou plus 300\$ à 400\$



Divers outils existent sur le marché pour mesurer le taux d'alcoolémie: alcootests muraux, alcootests portatifs, alcotubes et languettes de papier.

## **Vos facultés peuvent être affaiblies avant d'atteindre 0,08!**

L'alcootest public est un outil qui permet au consommateur de mesurer son taux d'alcoolémie. Cependant, cela ne garantit pas pour autant que le conducteur sera capable de conduire de façon sécuritaire. Il faut savoir que la capacité de conduire peut être affectée par l'alcool en dessous de 0,08 ou même à 0,05. Aussi, les drogues, certains médicaments, de même que le stress et la fatigue sont quelques-uns des éléments qui, sans affecter directement le taux d'alcoolémie, peuvent altérer la capacité de conduire et même amplifier les effets de l'alcool.



Enfin, le Code criminel canadien prévoit qu'un individu peut être accusé et condamné pour avoir conduit lorsque sa capacité de conduire est affaiblie par l'effet de l'alcool ou d'une drogue, indépendamment de son taux d'alcoolémie.

Aucune charte ni outil ne peut vous dire si vos facultés sont affaiblies. En outre, le niveau de tolérance à l'alcool et ses effets peuvent varier considérablement d'un individu à l'autre selon l'état physique ou psychologique de chacun.

De plus, selon l'individu, le taux réel d'alcoolémie (taux maximal) est atteint en moyenne 60 minutes après la dernière consommation. Ce qui veut dire que le taux d'alcoolémie du conducteur, lorsqu'il prend son automobile ou pendant le trajet, ne correspond pas toujours à celui qui a été mesuré plus tôt.

## Qu'en est-il des alcootests utilisés par les policiers?

Le policier est un expert autorisé à mesurer de façon précise un taux d'alcool en milligrammes d'alcool dans le sang à partir d'un éthylomètre calibré.

La Société de l'assurance automobile du Québec n'a pas l'expertise nécessaire pour se prononcer sur la fiabilité des alcootests publics. Toutefois, elle ne peut en encourager l'utilisation puisqu'ils ne constituent pas des outils de sécurité routière qui permettent d'évaluer la capacité de conduire d'un individu.

Mes facultés sont-elles affaiblies? Se poser la question, c'est déjà y répondre. Dans le doute, ne prenez pas de risques: **NÉ CONDUISEZ PAS!**



Si vous demandez un permis d'alcool pour une réception dans une salle ou si vous recevez des invités à la maison où il y a consommation d'alcool, sachez que vous avez des responsabilités sur le plan social et légal.

### L'hôte qui demande un permis d'alcool

Le titulaire d'un permis d'alcool qui l'autorise à vendre des boissons alcooliques, que cela soit pour un groupe dans une salle louée (l'employeur, le Club social de l'entreprise ou encore l'hôte d'une réception entre amis ou en famille) ou dans un établissement licencié, a des responsabilités sociales et légales. Sur le plan légal, la Loi sur les infractions en matière de boissons alcooliques, la Loi sur les permis d'alcool et le Code civil du Québec prévoient des sanctions pour le titulaire d'un tel permis d'alcool qui n'adopte pas un comportement responsable envers ses invités ou ses clients qui ont surconsommé.

La solution? Observez des règles simples, pour éviter que vos invités conduisent leur véhicule avec les facultés affaiblies. Entre autres, évitez les formules «5 à 7» où l'on sert gratuitement de l'alcool ou les «2 pour 1», n'organisez pas de concours où les prix à gagner sont des consommations alcooliques ou encore, des concours de consommation d'alcool.

Vous pouvez également faire face à vos responsabilités morales et légales en adoptant des mesures de prévention simples, par exemple celles qui sont décrites dans la fiche suivante.

Retenez surtout que, peu importe les moyens d'intervention choisis, les invités sont après coup reconnaissants envers les gens qui les ont empêchés de risquer leur vie et celle des autres alors qu'ils avaient les facultés affaiblies.

**SENTEZ-VOUS PLEINEMENT JUSTIFIÉ D'INTERVENIR!**

## L'hôte qui reçoit à la maison

Un hôte qui reçoit chez lui a avant tout une responsabilité d'ordre social. Il serait peu probable qu'il soit passible d'une poursuite, à moins qu'il ait eu un comportement répréhensible et malveillant ou qu'il ait commis une imprudence que n'aurait pas commise une personne prudente et diligente dans les mêmes circonstances.

Ainsi, l'hôte devrait toujours se comporter en personne prudente et diligente afin de remplir ses obligations. Les conseils de la fiche suivante fournissent de bons exemples. Avant tout, si vous voyez que l'un de vos invités est affecté par l'alcool et qu'il s'apprête à prendre son véhicule, ou si ce fait est porté à votre attention, ne le laissez pas partir ! Offrez-lui le gîte, un taxi, un service de raccompagnement, ou encore l'appui d'un autre invité sobre qui pourra le reconduire en toute sécurité.

**SENTEZ-VOUS PLEINEMENT JUSTIFIÉ D'INSISTER !**



## Des trucs pour l'organisation d'une fête à la maison ou dans une salle :

- Dès le début de la soirée (encore mieux avant de se rendre à la soirée), incitez vos invités à choisir un chauffeur désigné qui pourra les reconduire de façon sécuritaire à la maison. Veillez à ce que des boissons non alcoolisées soient offertes à ces personnes. Vous pouvez même prévoir des prix pour remercier les participants qui ont offert leurs services comme raccompagnateurs.
- Prévoyez des sièges pour le plus grand nombre de personnes possible. Prévoyez également des tables pour permettre à vos invités debout ou assis de déposer leur verre. On boit davantage et plus rapidement lorsqu'on a toujours un verre à la main.
- Dès le début de la soirée, servez des amuse-gueule comme des trempettes ou du fromage sur biscottes non salées qui, comparés aux croustilles, bretzels et autres aliments très salés, ont tendance à donner soif et à favoriser la consommation d'alcool.
- Pendant la soirée, contrôlez le service des boissons alcoolisées au lieu de laisser les invités se servir eux-mêmes.
- Refusez de servir de l'alcool à toute personne en état d'ivresse.
- Ayez toujours de l'eau à table afin que vos invités puissent alterner avec leur consommation d'alcool.
- Utilisez un doseur au lieu de vous fier à votre œil pour mesurer la quantité d'alcool que vous versez dans les verres. Servez-les personnellement ou désignez quelqu'un pour le faire.
- Limitez votre propre consommation pour être en mesure de juger de l'état de vos invités. Soyez vigilant et assurez-vous que ceux qui désirent boire des boissons non alcoolisées puissent le faire à tout moment sans difficulté.



- Cessez de servir des boissons alcoolisées au moins une heure avant la fin de la soirée et offrez eau, café, thé ou jus de fruits.
- Toutefois, certains invités auront besoin de plus de temps pour éliminer l'alcool.
- Appuyez l'entourage qui intervient auprès d'un ami qui a trop bu pour l'empêcher de conduire.
- Vous pouvez, en tant qu'hôte, vous tenir à la sortie pour saluer vos invités et vous assurer par la même occasion qu'ils retournent à la maison de façon sécuritaire. Vous pouvez également désigner quelqu'un pour le faire.

## Insistez pour empêcher vos amis de boire et conduire!

---

Chacun d'entre nous a le devoir d'intervenir en empêchant les personnes qui nous sont chères de conduire avec les facultés affaiblies. Nous devons insister en affichant clairement notre réprobation et en appuyant clairement ceux qui interviennent auprès des gens qui veulent conduire malgré leur incapacité à le faire. Empêcher quelqu'un de conduire avec les facultés affaiblies, c'est notre responsabilité, c'est intelligent et c'est une preuve d'amitié. Insister en groupe, c'est encore mieux et plus efficace.



Voici des solutions qui s'offrent à vous, organisateur, pour éviter que des collègues conduisent avec les facultés affaiblies :

## Texte de prévention en entreprise

Dans la fiche suivante, nous vous proposons un texte qui servira à faire de la prévention auprès de vos employés et collègues, avant l'événement, et qui porte sur la notion de conduite avec les facultés affaiblies.

### LE CONDUCTEUR DÉSIGNÉ

---

Avant le *party*, encouragez la formation de groupes qui choisiront un conducteur désigné.

Pendant la soirée, donnez à cette personne des boissons non alcoolisées gratuites.

Organisez des activités spéciales ou des tirages réservés aux conducteurs désignés.



## LE TAXI

---

Affichez bien en vue le numéro de téléphone d'une compagnie de taxi.

Vous pouvez vous entendre à l'avance avec une seule compagnie de taxi en lui offrant l'exclusivité et en échange, négocier des bons de réduction que vous donnerez aux gens qui désirent être raccompagnés ou encore, si vous le pouvez, offrez de payer la course.

N'attendez pas à la fermeture alors que les chauffeurs sont très occupés. Téléphonnez à l'avance.

Si la personne qui désire se faire raccompagner ne veut pas laisser sa voiture sur place, négociez la formule du « taxi à deux chauffeurs ». C'est un service qui permet de raccompagner, de façon sécuritaire, le client et sa voiture. Le premier chauffeur conduit le véhicule du client, le deuxième transporte le client dans la voiture-taxi. Habituellement, les compagnies exigent le double de la course.

## L'OPÉRATION NEZ ROUGE

---

Pendant le mois de décembre, encouragez l'Opération Nez rouge. Affichez bien en vue le numéro de ce service.

## LE SERVICE DE RACCOMPAGNEMENT

---

Parallèlement à l'Opération Nez rouge, des services de raccompagnement existent dans diverses régions du Québec, encouragez-les.

Affichez bien en vue le numéro de ces services. Vous pouvez également créer un service de raccompagnement uniquement pour votre *party*.

## LE TRANSPORT EN COMMUN

---

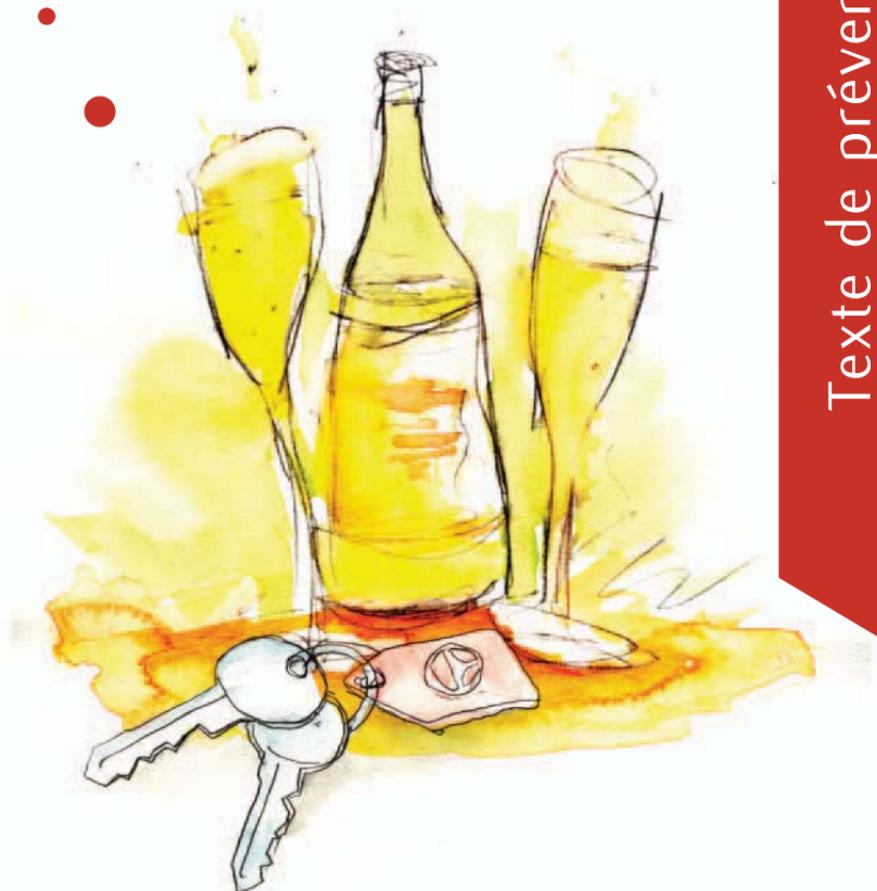
Selon l'endroit et les heures de votre *party*, incitez les gens à prendre le transport en commun.

Affichez bien en vue les horaires et les trajets offerts.

## COUCHER CHEZ DES AMIS OU À L'HÔTEL

---

Selon l'endroit de votre *party*, vous pouvez inciter les gens soit à réserver une chambre d'hôtel pour la nuit à des tarifs préférentiels (à vérifier avec l'hôtel), soit à coucher chez des amis ou encore les garder à la maison.



## Boire ou conduire: il faut choisir!

La période estivale qui est à nos portes est riche en activités et les occasions de prendre un verre entre amis sont nombreuses. Mais c'est aussi le temps de l'année où l'on trouve le plus grand nombre de décès liés à l'alcool au volant.

### DES SOLUTIONS SIMPLES POUR ÉVITER LE PIRE

---

Avant de commencer à consommer,

- désignez un chauffeur sobre qui vous ramènera à la maison;
- demandez un taxi, à l'aller comme au retour;
- notez les coordonnées d'un service de raccompagnement;
- demandez l'hospitalité si vous allez chez des amis.

### UN GESTE QUI PEUT FAIRE TOUTE LA DIFFÉRENCE

---

Si une personne n'a pas su prévoir son retour, vous pouvez lui sauver la vie ou encore celle d'innocentes victimes qui circulent sur la route. Empêcher une personne de conduire après avoir bu, c'est aussi votre responsabilité.

### COMMENT?

---

- En affichant clairement votre désaccord;
- En appuyant ceux qui interviennent auprès des gens qui veulent conduire malgré leur incapacité;
- En étant convaincu que, demain, ils vous remercieront!



## Recettes de punches et de mélanges exotiques sans alcool

Proposées par l'école des maîtres Inc.

### PUNCHS

#### PUNCH BONNE SOIRÉE

1,5 litre de jus d'ananas sans sucre  
0,5 litre de jus d'orange congelé dilué dans 1 litre d'eau  
1,0 litre de cocktail de canneberge  
0,5 litre de *Ginger Ale*  
Tranches de fruits  
Cubes de glace colorés ou fourrés de fruits

#### PRÉPARATION

Mélanger ensemble les jus d'ananas, d'orange congelé, de canneberge et le litre d'eau. Ajouter les tranches de fruits. Laisser reposer au réfrigérateur environ 2 heures. Au moment de servir, ajouter les cubes de glace et le *Ginger Ale*. Pour environ 15 personnes à raison de 2 consommations chacune.

#### PUNCH DU CHAUFFEUR

---

85 ml de jus d'orange  
40 ml de jus d'ananas  
40 ml de grenadine  
15 ml de jus de pamplemousse  
30 ml de BMX (*Barmix*)  
Cubes de glace colorés  
Tranches de fruits

#### PRÉPARATION

Mélanger fermement tous les jus au mélangeur et ajouter quelques tranches de fruits. Couronner d'un pic original. Ce punch est concocté à mesure, selon la demande. Il peut être préparé à l'avance pour plusieurs personnes en ajustant la recette au nombre de convives.

## MÉLANGES EXOTIQUES

### LAGUNA BREEZE

Verre à *Viva Grande*

Préparation > Secoué

120 ml ou 4 oz de jus  
de raisin blanc

30 ml ou 1 oz de crème  
de noix de coco

30 ml ou 1 oz de sirop  
de framboise noire (glace)

Décorations

2 pailles

1 morceau d'ananas frais

1 pic, 1 cerise

### LE « CHRISTINE »

Verre *Highball*

Préparation > Direct

90 ml ou 3 oz de  
jus de pomme

60 ml ou 2 oz de  
jus de canneberge  
(glace)

Décorations

2 pailles

1/2 tranche de citron

### LE FOU DU ROI

Verre à *Zombie*

Préparation > Secoué

90 ml ou 3 oz de jus  
de fruits de la passion  
22,5 ml ou 0,5 oz de sirop  
de menthe blanche (glace)

Décorations

Allonger au soda

2 pailles

1/2 tranche d'orange

1 pic, 1 cerise

### PETITE FOLIE

Verre à *Viva Grande*

Préparation > Secoué

90 ml ou 3 oz de jus  
de raisin blanc

7,5 ml ou 0,5 oz de sirop  
de grenadine

30 ml ou 1 oz de jus  
de limette

15 ml ou 0,5 oz de sirop  
de menthe blanche (glace)

Décorations

Allonger au soda

2 pailles

1 grappe de raisin rouge

### PAMPLEMOUSSE GIVRÉ

Coupe à champagne  
givrée au sucre

Préparation > Secoué

60 ml ou 2 oz de jus  
de mangue

30 ml ou 1 oz de jus  
de limette

7,5 ml ou 0,5 oz de sirop  
de menthe blanche (glace)

Décorations

1 rondelle de limette

1 cerise

1 pic

### TANGO

Verre *Old Fashioned*

Préparation > Secoué

60 ml ou 2 oz de jus  
de mangue

30 ml ou 1 oz de jus  
d'orange

7,5 ml ou 0,5 oz de sirop  
de framboise (glace)

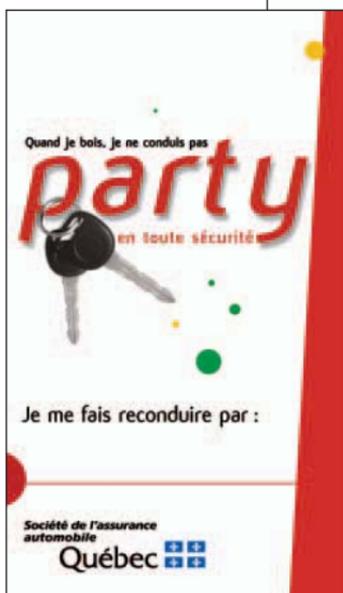
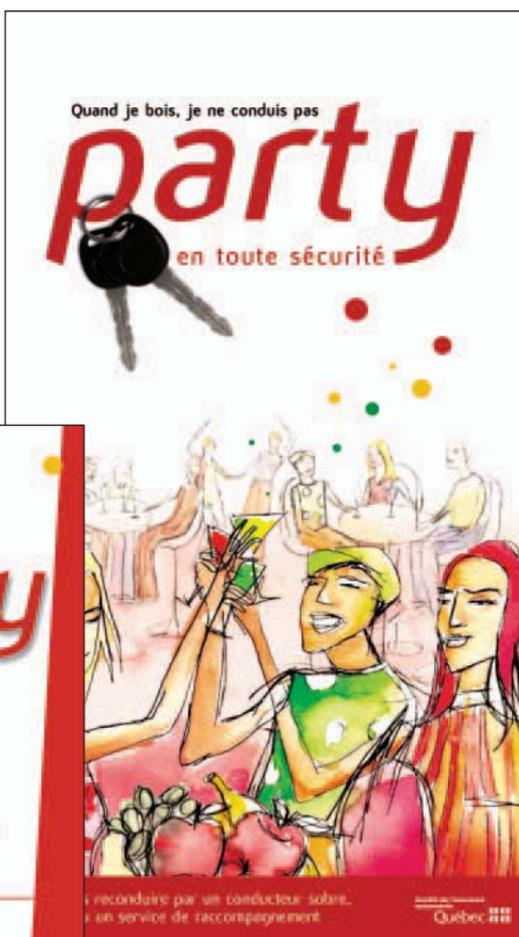
Décorations

1/2 tranche d'orange

1 pic

1 cerise

Affiche à apposer dans la salle où se tient l'événement (disponible en quantité). ▶



▲ Carte à remettre à chaque participant avant l'événement ou au début de celui-ci (dans l'assiette par exemple) afin qu'il prévoit à l'avance son retour à la maison. Un espace est prévu pour indiquer un transport sécuritaire, soit le numéro d'une compagnie de taxi, d'un service de raccompagnement ou encore le nom d'un chauffeur désigné (disponible en quantité).

Vous pouvez commander gratuitement les documents supports de la trousse, tels que les affiches et les cartes pour sensibiliser vos employés, collègues ou amis à la conduite avec les facultés affaiblies.

Nous répondrons à votre demande avec plaisir :

PAR TÉLÉPHONE : (418) 528-4059

PAR TÉLÉCOPIEUR : (418) 644-5861

Sur notre site internet : [www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)  
dans la section « Documents et publications »

