

## Quelques conseils

■ Ne vous fiez pas à vos impressions: même sans se sentir ivre, on peut être en danger (ou dangereux) au volant. La vraie menace, c'est l'euphorie procurée par l'alcool, même consommé à faible dose, qui incite à minimiser les risques.

■ Avant une soirée qui promet d'être "arrosée", adoptez le principe du "Chauffeur fir den Owend": celui qui raccompagne les autres ne boit pas. Mais attention! cela se décide forcément avant.

■ Pour rester dans des limites "raisonnables", ne buvez pas plus de deux verres d'alcool si vous avez à conduire. Et pensez à vous autotester avant de prendre le volant.

■ Même si ce n'est pas facile, il faut oser refuser de monter dans une voiture lorsque son conducteur a (trop) bu.



En Europe, chaque année, 45 000 personnes meurent, 1 600 000 sont blessées ou handicapées à vie, à la suite d'un accident de la circulation; 90-95% de ces accidents ont pour origine une erreur humaine et pourraient être évités.

Pensez-y en lisant ce dépliant.

# l'alcool au volant un risque

L'alcool est en cause dans plus d'un accident mortel sur trois. Les conducteurs impliqués sont rarement des alcooliques. Il faut savoir que le risque surgit bien avant qu'apparaisse l'état d'ébriété.



La Sécurité Routière asbl

75, rue de Mamer  
Boîte Postale 29  
L-8005 Bertrange  
Téléphone 31 97 86 - 1  
Fax 31 30 41  
E-mail securout@pt.lu



# Avouons-le

L'alcool fait partie de notre vie sociale et associative. La pression est parfois très forte et la pente si douce. Trop souvent nous nous laissons entraîner!



## Des faits et des chiffres

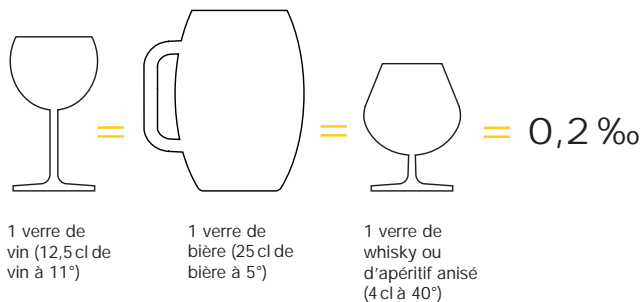
- En permanence sur nos routes, 2 % à 3 % de conducteurs sont au volant avec une alcoolémie supérieure au seuil légal. Ce sont rarement des alcooliques, et ce ne sont pas toujours les mêmes personnes.
- Les nuits de week-end, ce pourcentage est multiplié par 10 (jusqu'à 30 %). Il s'agit, dans près d'un cas sur deux, de jeunes sortant de discothèques, de soirées etc.
- Dans un tiers des accidents avec conducteur "alcoolisé", le véhicule impliqué est seul sur la route.

Le risque d'accident mortel est multiplié par :

2	à 0,5 g/l (= ‰)
10	à 0,8 g/l (= ‰)
35	à 1,2 g/l (= ‰)
80	à 2 g/l (= ‰)

## Savez-vous que

- L'alcool pris à jeun fait son effet plus rapidement que lorsqu'il est consommé pendant les repas.



- Pur ou dilué, avec de l'eau, des glaçons ou du Coca-Cola, un verre de whisky a les mêmes effets. C'est la quantité d'alcool qui compte et non le volume ou la dilution de la boisson.
- L'alcool potentialise les effets des médicaments: n'en absorbez pas pendant la durée d'un traitement.
- Le temps d'élimination est d'au moins une à deux heures par verre.
- Il n'existe aucun remède miracle (ni café fort, ni douche froide) pour réduire l'effet de l'alcool ou en accélérer la résorption.

Les effets de l'alcool sur la conduite

0,8 g/l

Apparition des difficultés à prendre des décisions et à adapter la conduite aux circonstances. La

coordination et la synchronisation des gestes cessent d'être totalement maîtrisées.

Entre 0,5 et 0,8 g/l

Allongement des temps de réaction.

Trouble de la vision latérale: le conducteur a du mal à distinguer les panneaux, mais aussi les piétons qui s'apprêtent à traverser et les rues perpendiculaires.

Entre 0,3 et 0,5 g/l

Début de sensation d'euphorie: le conducteur prend des risques qu'il n'aurait pas pris en temps normal. Légères perturbations de la vision: l'estimation des

distances est faussée, ce qui est dangereux au moment des dépassements, et la vision est moins nette sur les côtés.

Le seuil légal du taux d'alcoolémie est de 0,8 g/l dans le sang (= ‰), ce qui correspond à 0,35 mg/l dans l'air expiré.