

**Si je bois, je ne conduis pas !**

## Aë, aïe, aïe...

### Les médicaments :

Certains médicaments sont incompatibles avec la conduite, notamment les somnifères et les calmants. Ils peuvent provoquer des troubles graves : somnolence, euphorie, problèmes de perception visuelle...

Aujourd'hui des pictogrammes sont obligatoirement présents sur les boîtes de médicaments susceptibles d'altérer la capacité de conduire. Les conséquences néfastes des médicaments sont aggravées s'ils sont combinés avec de l'alcool.



### Les drogues :

La conduite sous l'effet de substances ou plantes classées comme stupéfiants est punie de deux ans d'emprisonnement et de 4500 euros d'amende. Ce délit peut entraîner également des peines complémentaires : suspension ou annulation du permis de conduire, travail d'intérêt général, jours-amende, immobilisation du véhicule et réduction de 6 points sur le permis de conduire.

## Les règles de conduite !

Le conducteur est en infraction s'il conduit avec un taux d'alcool supérieur ou égal à 0,5 gramme par litre de sang ou 0,25 mg par litre d'air expiré.

## Les effets de l'alcool

L'alcool est en cause dans un accident mortel sur quatre et un sur deux les nuits de week-end.

Après avoir consommé une boisson alcoolisée (vin, bière, apéritif...), l'alcool passe dans le sang et dans le système nerveux (cerveau). Les effets de l'alcool apparaissent sur le conducteur dès **0,3 g/l par litre de sang**, c'est-à-dire en dessous du seuil réglementaire.

**Il provoque entre autres, les effets suivants :**

- > réduction du champ visuel
- > mauvaise appréciation des distances et des vitesses
- > troubles des gestes, de la marche, de l'équilibre
- > augmentation du temps de réaction
- > euphorie, agressivité, somnolence
- > prise de risques
- > altération des capacités de raisonnement....

L'alcoolémie peut légèrement varier en fonction du poids, de la taille, du sexe, de l'âge, si l'on est à jeun ou non... mais le temps d'élimination de l'alcool demeure en toutes circonstances d'au moins une à deux heures par verre d'alcool (dose bar). Rien ne permet d'accélérer ce processus (par exemple : une alcoolémie de 1,5 g/l dans le sang à minuit est encore de 0,6 g/l le lendemain à 9h).



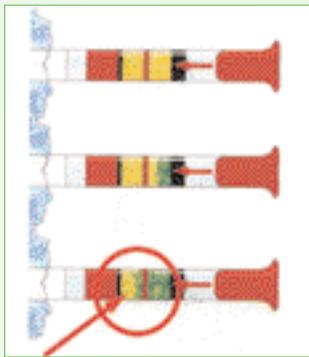
# Étude de Cas

*Si je bois, je ne conduis pas !*

**Quel est le meilleur remède pour éliminer l'alcool ?  
Café, aspirine, petite sieste... ?**

Ces idées reçues n'ont aucune influence sur les effets de l'alcool ni sur l'alcoolémie (quantité d'alcool pur contenu dans un litre de sang). La caféine ralentit même la vitesse d'élimination de l'alcool. Le seul remède est le temps. Il faut attendre que l'organisme élimine l'alcool.

**Les moyens de contrôle : l'alcootest ou ballon, l'éthylotest, la prise de sang, l'éthylomètre**



**L'alcootest :** vous soufflez dans un ballon et l'air expiré traverse un tube contenant un réactif chimique jaune. Si le réactif vire au vert au-delà du repère, il y a une présomption d'état alcoolique supérieur à la norme. Dans ce cas les forces de police utiliseront l'un des deux moyens de contrôle incontestable : l'éthylomètre ou la prise de sang.

**L'éthylotest :** appareil électronique qui n'indique, comme l'alcootest, qu'une présomption de l'état alcoolique qui devra être confirmée par la prise de sang ou l'éthylomètre.

**La prise de sang :** elle est de moins en moins utilisée sauf si l'on ne peut pas faire autrement (blessures empêchant de souffler par exemple).



**L'éthylomètre :** appareil électronique qui mesure le taux d'alcool en milligramme (mg) par litre d'air expiré. Les mesures effectuées par cet appareil sont incontestables et ne nécessitent pas d'analyse de sang complémentaire.

**Dans un bar, vaut-il mieux consommer une bière, un verre de cidre, un whisky ou un verre de vin ?**

**Peu importe,** les doses de boissons alcoolisées servies dans les bars représentent la même quantité d'alcool. Il y aura donc autant d'alcool dans toutes ces boissons.



**J'ai consommé de l'alcool pendant mon repas il y a une heure, je peux reprendre ma voiture ?**

**Non !** L'alcoolémie est à son maximum une heure après l'absorption au cours d'un repas et un quart d'heure si vous êtes à jeun.

## Les risques que vous encourez

Conduire avec un taux d'alcool compris entre 0,5 et 0,79 gramme par litre de sang (ou 0,25 à 0,39 mg par litre d'air expiré), constitue **une contravention punie d'une amende de 750 euros (maximum), d'une suspension de permis pouvant atteindre 3 ans et d'un retrait de 6 points sur le permis de conduire.**

Conduire avec un taux d'alcool supérieur ou égal à 0,8 gramme par litre de sang (ou 0,4 mg par litre d'air expiré), constitue **un délit puni d'une amende de 4500 euros (maximum), d'une peine de prison de 2 ans (4 ans en cas d'homicide), d'une suspension ou annulation du permis, de peines complémentaires (travail d'intérêt général...) et d'un retrait de 6 points sur le permis de conduire.**

**Pour aller plus loin...**

[www.preventionroutiere.asso.fr](http://www.preventionroutiere.asso.fr)  
[www.rentrerenvie.fr](http://www.rentrerenvie.fr) pour tout savoir sur les Capitaines de soirée

**Et maintenant... ?**

**La campagne, débutée en janvier 2009, s'achève avec ce numéro en espérant qu'elle ait permis d'éveiller conscience et responsabilité de chacun de façon durable.**