



AMBASSADEUR DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

*Guide de
l'enseignant*

Québec 



PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Le bilan routier des conducteurs de 16 à 24 ans s'est beaucoup amélioré ces dernières années. Cependant, les accidents de la route sont encore la première cause de décès chez les jeunes de cet âge.

Les jeunes conducteurs sont plus à risque que les autres de faire un accident parce qu'ils ont moins d'expérience, sont souvent plus téméraires ou en quête de sensations fortes. Leurs amis peuvent également avoir une influence autant positive que négative sur les risques qu'ils prennent. Par ailleurs, le risque d'accident augmente considérablement en présence de passagers d'âge comparable.

Les jeunes font partie de la solution. C'est pourquoi le programme Ambassadeur de la sécurité routière a vu le jour. Sa force est de placer les jeunes au cœur de la sensibilisation. Ils deviennent des relayeurs d'information et s'adressent à leurs pairs pour valoriser les comportements responsables, à partir d'expériences personnelles.

Table des matières

Objectifs	3
Démarrer le programme.....	3
Rôles et responsabilités.....	4
Principales étapes.....	5
Ceinture de sécurité.....	7
Vitesse	9
Cellulaire.....	11
Fatigue	13
Alcool.....	15
Drogue.....	17
Récapitulatif - Bal des finissants	19
Communications publiques	20
Rétroaction.....	20
Coordonnées des conseillers régional	
en partenariat de sécurité routière.....	21

ORIGINE DU PROGRAMME

Ambassadeur de la sécurité routière a pris naissance en Montérégie en 2013. L'initiative, lancée par le Service de police de l'agglomération de Longueuil, le Centre universitaire de santé McGill et la Société de l'assurance automobile du Québec, a inspiré le déploiement du programme à l'ensemble du Québec.



OBJECTIFS

1. Encourager et valoriser les comportements responsables sur la route.
2. Sensibiliser aux dangers des comportements à risque (alcool et drogue, vitesse, non-port de la ceinture de sécurité, cellulaire et fatigue).

DÉMARRER LE PROGRAMME

Le programme Ambassadeur de la sécurité routière est flexible. Vous pouvez adapter la marche à suivre proposée à votre planification des cours et à la disponibilité des intervenants.

Matériel fourni

Vous trouverez dans le site Web de la SAAQ (saaq.gouv.qc.ca/ambassadeur) les documents suivants, nécessaires au programme :

- ◊ affiche : pour promouvoir le programme et recruter les ambassadeurs;
- ◊ *Guide de l'ambassadeur* : document de soutien pour l'élève;
- ◊ *Guide de l'enseignant* : le présent guide. Document de soutien pour l'enseignant. Il peut aussi être utilisé par tout intervenant qui accompagne l'ambassadeur en classe (policier, animateur à la vie étudiante, etc.);
- ◊ présentations PowerPoint : une pour chaque sujet traité en classe;
- ◊ certificat de reconnaissance : à remettre aux ambassadeurs à la fin de l'année;
- ◊ formulaire d'évaluation : à remplir par l'enseignant responsable du projet.



RÔLES ET RESPONSABILITÉS

Le programme évoluera de multiples façons selon les réalités des différentes régions, des établissements scolaires et des partenaires. Le degré d'engagement des partenaires peut aussi être très différent d'un endroit à l'autre. Les rôles et responsabilités présentés ici constituent des avenues possibles, mais ils ne sont pas restreignants.

Établissements scolaires (direction, enseignant, responsable de la vie étudiante)

- ◊ Identifier les ambassadeurs.
- ◊ Cordonner, avec l'aide d'autres partenaires, la visite d'un établissement de santé ou le témoignage d'une personne et assurer le financement de cette activité, s'il y a lieu.
- ◊ Superviser chaque ambassadeur pendant ses présentations en classe en s'assurant de la véracité de ses propos. Bonifier, au besoin, les présentations avec les informations supplémentaires contenues dans ce guide.
- ◊ Souligner l'engagement et la contribution de l'ambassadeur en organisant une activité de reconnaissance ou en lui offrant un certificat.
- ◊ Nous envoyer le formulaire d'évaluation pour que nous puissions améliorer le programme.
- ◊ S'il y a des communications publiques dans le cadre du programme, mentionner la contribution de la SAAQ.

Services de police

- ◊ Soutenir les ambassadeurs à certains moments de l'année, en fonction de leur disponibilité (ex.: les accompagner lors de la visite de l'établissement de santé, lors de certaines interventions en classe, ou pendant l'activité de reconnaissance).
- ◊ Participer, s'il y a lieu, à la formation des ambassadeurs sur les différents sujets contenus dans les présentations.

Établissements de santé et organismes spécialisés dans la prévention des blessures (ou témoignages)

- ◊ Accueillir les groupes d'ambassadeurs et coordonner une visite des lieux en lien avec l'objectif du programme.
- ◊ Dans le cas d'un témoignage : rencontrer les groupes d'ambassadeurs en lien avec l'objectif du programme.

Société de l'assurance automobile du Québec (conseillers régionaux en partenariat de sécurité routière)

- ◊ Conseiller et soutenir l'école au démarrage du projet et à d'autres moments de l'année, en fonction de leur disponibilité (ex. : accompagner les ambassadeurs lors de la visite de l'établissement de santé, lors de certaines interventions en classe ou pendant l'activité de reconnaissance).
- ◊ Participer, s'il y a lieu, à la formation des ambassadeurs sur les sujets contenus dans les présentations en classe.

Parents

- ◊ Soutenir les ambassadeurs dans des activités parallèles en lien avec la sécurité routière.



PRINCIPALES ÉTAPES

1. Identification des ambassadeurs

Désignez les ambassadeurs et remettez-leur le *Guide de l'ambassadeur* pour qu'ils puissent préparer leurs présentations en classe.

IDÉE: Formez un comité pour préparer les présentations.

2. Visite d'un établissement de santé (ou témoignage)

Avec la collaboration d'un centre hospitalier (urgence, centre de traumatologie, etc.) ou d'un centre de réadaptation, les ambassadeurs assistent à une présentation qui leur permettra de mieux comprendre la réalité d'une victime de la route et les conséquences d'un accident.

Vous pouvez également faire appel à une personne-ressource (policier, ambulancier, médecin, victime d'accident, etc.) pour qu'elle livre un témoignage au groupe d'ambassadeurs.

Des témoignages vidéo sont également disponibles sur la [chaîne YouTube de la SAAQ](#).



3. Présentations en classe

Le programme est flexible. Vous pouvez adapter les présentations en classe à votre planification de cours et les faire au moment qui vous convient le mieux. Huit présentations sont proposées. Il n'y a pas d'échéance à respecter; l'important est de faire les présentations d'ici la fin de l'année scolaire.

Si vous organisez une visite d'un établissement de santé ou prévoyez la présentation d'un témoignage au début du projet, la première mission de l'ambassadeur sera de raconter son expérience. Les autres présentations portent sur des thèmes de sécurité routière. À la fin de l'année, une présentation de récapitulation est prévue à l'approche du bal des finissants.

1. Visite d'un établissement de santé (ou témoignage). Vous pouvez également visionner des témoignages sur notre [chaîne YouTube](#).
2. Ceinture de sécurité
3. Vitesse
4. Cellulaire
5. Fatigue
6. Alcool
7. Drogue
8. Récapitulatif - Bal des finissants



Chaque présentation est découpée de la même façon :

1. Introduction (« Ça commence fort! »)
2. Présentation vidéo (« Place au cinéma! »)

Les vidéos sont sur la [chaîne YouTube de la SAAQ](#) (liste de lecture Ambassadeur de la sécurité routière). Vous pouvez aussi les télécharger sur notre [site Web](#). Au besoin, vous pouvez commander un DVD des capsules humoristiques #cpasdesfarces dans le site Web de la SAAQ, à la section [Documents et publications](#).

3. Quelques infos (« Pssst... Savais-tu ça? »)
4. Sanctions (« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »)
5. Solutions (« On fait quoi avec ça? »)
6. Pistes de discussion (« On jase, là! »)
7. Mot de la fin (« C'est ça qui est ça! »)
8. Pour en savoir plus (« T'en veux encore? »)

Pour la plupart des présentations, vous remarquerez que des jeux-questionnaires vous sont proposés dans la section « T'en veux encore? ». Vous pouvez commander d'avance ces documents sur le site Web de la SAAQ, à la section [Documents et publications](#), et les remettre aux élèves, ou simplement les consulter en ligne.

IDÉE: Les jeux-questionnaires peuvent être utilisés pour animer une période de questions où l'ambassadeur pose des questions à la classe et donne ensuite l'explication.

Le contenu détaillé des présentations est décrit dans ce guide et dans celui de l'ambassadeur. Elles mènent à des discussions, à des témoignages et à un partage d'opinions.

Les encadrés suggèrent de l'information pour compléter les interventions de l'ambassadeur, si vous jugez que c'est nécessaire.

Les PowerPoint pour appuyer les présentations en classe de l'ambassadeur sont disponibles sur le [site Web de la SAAQ](#).

L'ambassadeur pourra aussi parfaire ses connaissances en visitant le site Web www.conduistavie.com.

En marge de ces présentations, les ambassadeurs sont invités à poursuivre leur rôle en dehors du milieu scolaire en étant des modèles de sécurité routière dans leur quotidien (lors d'une fête avec des amis, par exemple). Ils pourraient aussi participer à des activités parallèles en lien avec la sécurité routière (par exemple, être bénévoles pour l'Opération Nez rouge ou s'impliquer dans l'organisation du retour à la maison pour le bal ou l'après-bal des finissants).

4. Reconnaissance

L'engagement et la contribution des ambassadeurs sont soulignés. À cet effet, un certificat de reconnaissance de la SAAQ est disponible dans le matériel fourni.

Merci de votre engagement!





CEINTURE DE SÉCURITÉ

«Ça commence fort!»

En intro

La ceinture de sécurité réduit de moitié les risques d'être tué ou blessé gravement dans un accident. En cas d'accident, elle pourrait faire la différence entre la vie et la mort.

- ◊ Au Québec, ça fait plus de 40 ans qu'il est obligatoire de s'attacher en voiture.
- ◊ Pour les passagers arrière, c'est obligatoire depuis 1990.

«C'est dangereux, mais combien ça coûte?»

Sanctions

- ◊ Ne pas porter sa ceinture de sécurité :
 - 3 points d'inaptitude (c'est beaucoup si tu as un permis d'apprenti ou probatoire)
 - Amende de 200 \$ à 300 \$
- ◊ Passagers de moins de 16 ans qui ne s'attachent pas :
 - 3 points d'inaptitude (au conducteur)
 - Amende de 80 \$ à 100 \$ (au conducteur)

«Place au cinéma!»

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur la ceinture de sécurité

«Pssst... Savais-tu ça?»

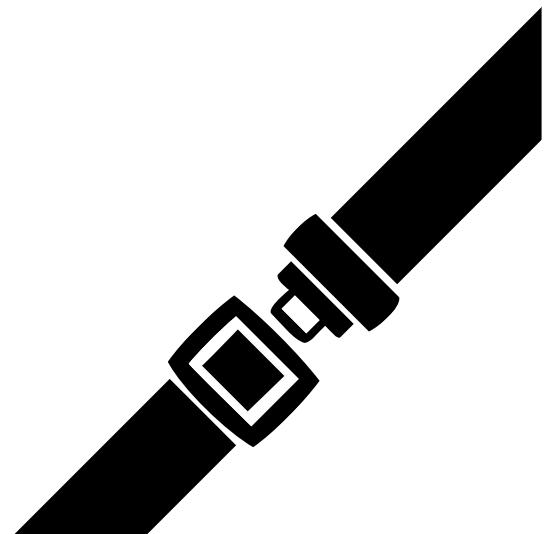
Quelques infos

Lors d'un accident à 50 km/h, le poids d'une personne ou d'un objet est multiplié par 20. Si tu pèses 150 lb, tu deviens un projectile de 3 000 lb. Cette force peut te blesser gravement, te tuer ou tuer quelqu'un d'autre (imagine le conducteur qui reçoit ça dans le dos!).

«On fait quoi avec ça?»

Solutions

- ◊ C'est simple : on s'attache!
 - Comme conducteur, donne l'exemple, attache-toi tout le temps et assure-toi que tout le monde est bien attaché avant de partir.
 - Comme passager, donne l'exemple et attache-toi tout le temps.





« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Si vous êtes plusieurs amis à vouloir vous déplacer, mais que vous avez seulement une voiture, que faites-vous?
- ◊ Pourquoi est-ce qu'embarquer trop de passagers ou encore embarquer des personnes dans le coffre de la voiture est une mauvaise idée?

Il est interdit de transporter plus de passagers qu'il n'y a de places avec une ceinture de sécurité.

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Tu attaches ton pantalon?

Attache-toi en auto.

Tout le temps.

Y a rien de plus simple.

« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web : www.conduistavie.com
(site Web conçu pour les 16-24 ans)

Facebook : www.facebook.com/SAAQQC

Twitter : www.twitter.com/saaq

[Jeu-questionnaire Ceinture de sécurité](#)

IDÉE : Organisez une activité-midi avec le simulateur de tonneaux Bouclez-la! Communiquez avec l'Opération Nez rouge pour en savoir plus.





VITESSE

« Ça commence fort! »

En intro

La vitesse tue environ 130 personnes par année.

Les 16-24 ans sont plus souvent impliqués dans des accidents où la vitesse est en cause. Cela s'explique par l'inexpérience et la témérité.

« Place au cinéma! »

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur la vitesse
- ◊ Dernier message de la SAAQ sur la vitesse

« Pssst... Savais-tu ça? »

Quelques infos

- ◊ Lorsque tu roules vite, ton cerveau élimine plusieurs données. À 100 km/h, ton champ de vision est réduit de moitié!
- ◊ La vitesse fait augmenter la consommation d'essence. Plus tu roules vite, plus tu consommes de l'essence. En ralentissant, tu économiseras et tu réduiras les émissions polluantes.
- ◊ Quand il ne fait pas beau (pluie, neige, vent, brouillard, etc.), adapte ta vitesse pour rester en contrôle de ta voiture, quitte à rouler moins vite.
- ◊ Près des écoles et des terrains de jeux, c'est essentiel de respecter les limites de vitesse. Il faut que tu protèges les plus vulnérables, en particulier les jeunes enfants.
- ◊ Dans les zones de travaux routiers, ralenti pour protéger les travailleurs (amendes doublées pour un excès de vitesse dans ces zones).

La vitesse augmente la distance de freinage. Plus un véhicule roule vite, plus il prendra de temps à s'arrêter. Par exemple, si tu freines lorsque tu roules à 70 km/h, tu parcours l'équivalent de la moitié d'un terrain de football avant de t'arrêter. Difficile d'éviter un obstacle.

La vitesse augmente la gravité des accidents. Faire une collision à 100 km/h, ça équivaut à tomber d'un édifice de 14 étages.





« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »

Sanctions

- ◊ Amendes et points : voir le site www.conduistavie.com (section « Vitesse ») pour des exemples concrets.
- ◊ Grand excès de vitesse :
 - Suspension automatique de ton permis pour au moins 7 jours. Si tu refais un autre grand excès de vitesse, ça monte à 30 jours.
 - Ton véhicule, ou celui de tes parents, pourrait se ramasser à la fourrière pendant 30 jours. Et ça, ça fait encore augmenter la facture.
 - L'amende et les points d'inaptitude sont doublés et ton permis sera probablement annulé pour trois mois.

« On fait quoi avec ça? »

Solutions

- ◊ Comme passager, demande au conducteur de ralentir. S'il refuse, demande de descendre.
- ◊ Comme conducteur, ralentis et prends soin de tes passagers.
- ◊ Si tu penses être en retard, fais-le savoir avant de partir.
- ◊ Tu veux rouler vite? Vérifie où sont les pistes de course ou d'accélération les plus près de chez toi.



« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Si tu es un passager et que le conducteur conduit trop vite, qu'est-ce que tu pourrais lui dire?
- ◊ Pourquoi certaines personnes sont-elles gênées de demander au conducteur de ralentir?
- ◊ Que faire si tu as envie de faire de la vitesse?
- ◊ Selon toi, pourquoi les gens continuent-ils de rouler vite même s'ils savent que c'est dangereux?

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Eille! Calme-toé!

Wô! Arrête!

T'es-tu fou? Relaxe!

Tous les mots sont bons pour convaincre un ami de ralentir.

Comme conducteur, prends soin de tes passagers et ralentis.

« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web : www.conduistavie.com

Facebook : www.facebook.com/SAAQQC

Twitter : www.twitter.com/saaq



CELLULAIRE

« Ça commence fort! »

En intro

Si tu textes en conduisant, tes yeux quittent la route pendant 4 à 6 secondes. À 90 km/h, c'est comme traverser un terrain de football les yeux fermés!

La conduite automobile est une tâche complexe qui demande toute notre attention. L'une des principales sources de distraction au volant est le cellulaire.

« Place au cinéma! »

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur le texto
- ◊ Dernier message de la SAAQ sur le texto
- ◊ Vidéo [Faites appel à un texteur désigné](#)

« Pssst... Savais-tu ça? »

Quelques infos

- ◊ Lorsque tu conduis, tu ne peux pas toucher à ton cellulaire ni à un autre appareil électronique, comme un iPod. C'est interdit, même si tu es arrêté à un feu rouge ou pris dans la circulation, que ce soit pour texter, parler, changer la musique ou simplement regarder l'heure.

Selon les circonstances, tu pourrais être poursuivi au criminel si tu causes un accident parce que tu utilises ton cellulaire ou un autre appareil électronique au volant.

« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »

Sanctions

- ◊ 5 points d'inaptitude
- ◊ 1^{re} infraction: amende de 300 \$ à 600 \$
- ◊ 2^{re} infraction ou plus :
 - amende de 600 \$ et suspension du permis sur-le-champ :
 - 2^{re} infraction : ton permis est suspendu 3 jours
 - 3^{re} infraction : ton permis est suspendu 7 jours
 - 4^{re} infraction ou plus : ton permis est suspendu 30 jours

- ◊ 5 points d'inaptitude, avec un permis d'apprenti ou probatoire, ça veut dire que tu perds ton permis. Tu devras passer un examen pour en obtenir un nouveau.
- ◊ Les policiers utilisent différentes méthodes pour repérer les conducteurs qui utilisent leur cellulaire. Par exemple, il arrive que des policiers en civil soient au coin des rues et regardent dans les voitures pour vérifier si les personnes utilisent un appareil électronique. Les policiers louent également à l'occasion un VUS banalisé afin de mieux voir dans les voitures sans être reconnus. Alors même ceux qui pensent le faire en cachette peuvent se faire prendre.





« On fait quoi avec ça? »

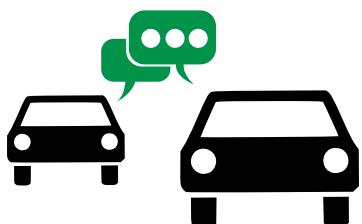
Solutions

- ◊ Télécharge une application qui bloque les textos et les appels, comme Mode conduite.
 - **C'est gratuit!**
 - Si quelqu'un t'appelle, il est redirigé dans ta boîte vocale.
 - S'il t'envoie un texto, il recevra une réponse automatique lui signalant que tu es en train de conduire et que tu vas le rappeler quand tu seras rendu à destination.

IDÉE: Demandez aux élèves de sortir leur téléphone et de télécharger l'application Mode conduite sur Google Play. L'application ne peut pas être téléchargée sur un iPhone.

- ◊ Mets ton cellulaire sur le mode Avion.
- ◊ Sélectionne tes chansons avant de partir.
- ◊ Programme ton GPS avant de prendre la route.
- ◊ Ferme ton cellulaire avant de prendre la route.
- ◊ Demande à tes passagers de lire, d'écrire ou d'appeler à ta place.
- ◊ Stationne-toi pour utiliser ton cellulaire ou un autre appareil électronique.

Pour regarder ton cellulaire ou un autre appareil électronique sans te faire arrêter, range-toi sur l'accotement (dans les zones de 60 km/h et moins) ou dans un endroit sécuritaire (stationnement, halte routière).



« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Quels sont vos trucs pour ne pas utiliser votre cellulaire au volant?
- ◊ Recevez-vous trop de notifications sur votre cellulaire? Est-ce que ça peut être dérangeant au volant?
- ◊ Connaissez-vous quelqu'un qui a eu un accident parce qu'il utilisait son cellulaire en conduisant?
- ◊ Connaissez-vous des sources de distraction au volant autres que le cellulaire?
Réponses: fumer, boire, manger, manipuler la radio, changer de CD, manipuler le GPS, se maquiller, etc.

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Aucune raison n'est valable pour mettre ta vie en danger. Ne risque pas ta vie pour un texto, une chanson ou une notification.

« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web: www.conduistavie.com

Facebook: www.facebook.com/SAAQQC

Twitter: www.twitter.com/saaq



FATIGUE

« Ça commence fort! »

En intro

Prévenir la fatigue, ça commence bien avant de prendre le volant. Au quotidien, il faut s'assurer de dormir suffisamment.

« Place au cinéma! »

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur la fatigue
- ◊ [Le rêve brisé de Nicolas](#)
- ◊ [Pousser ses limites jusqu'à la mort](#)
- ◊ [Conduisez reposé](#)



« Pssst... Savais-tu ça? »

Quelques infos

- ◊ La fatigue ne se contrôle pas.
- ◊ Comme l'alcool, la fatigue diminue la concentration, le jugement et les réflexes.

N'oubliez pas que la fatigue peut amplifier les effets de l'alcool et des drogues.

- ◊ Les technologies comme les cellulaires, la télé ou l'ordinateur émettent une lumière qui nuit au sommeil.
- ◊ Si tu dors mal ou que tu manques de sommeil, tu ressentiras des effets négatifs sur ta santé : prise de poids, baisse de la motivation, sautes d'humeur, difficultés d'apprentissage et troubles de la mémoire.

Les adolescents et les jeunes adultes ont tendance à manquer de sommeil : leurs journées sont souvent bien remplies par leurs activités scolaires et sociales auxquelles s'ajoute parfois un travail à temps partiel. Pour arriver à tout faire, les jeunes sacrifient leurs heures de sommeil.

- ◊ Chaque personne a des besoins de sommeil différents. Écoute-toi!



« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »

Sanctions

Ce point ne figure pas dans le *Guide de l'ambassadeur*. Si un élève pose une question à ce sujet, mentionnez qu'aucune infraction spécifique n'est prévue pour les cas de fatigue au volant.

« On fait quoi avec ça? »

Solutions

Avant de prendre le volant:

- ◊ au quotidien, il faut bien dormir. Crée-toi une routine du coucher pour t'aider à mieux dormir;
- ◊ planifie tes déplacements: peux-tu y aller à pied, en vélo, en bus?;
- ◊ si tu es fatigué à la fin d'une soirée, il existe des solutions: dormir sur place, prendre un taxi, appeler Nez rouge, des parents ou des amis. Pas besoin d'avoir consommé pour utiliser un service de raccompagnement;
- ◊ si tu pars pour un long voyage, assure-toi d'être reposé et prévois des pauses.

Sur la route:

- ◊ sois attentif aux signes de fatigue (manquer une sortie, ne pas se rappeler les derniers kilomètres parcourus, avoir de la difficulté à trouver une position confortable, etc.);
- ◊ arrête-toi pour faire une sieste dans un endroit sécuritaire.

Endroits sécuritaires: stationnement d'une halte routière, d'un commerce, d'une église, etc. En plus d'être interdit sur l'autoroute, le stationnement sur l'accotement n'est pas sécuritaire.

- ◊ Attention : boire du café, des boissons énergisantes, baisser une vitre pour avoir un peu d'air frais, monter le volume de la radio ou mâcher de la gomme ne sont pas de véritables solutions. Leur effet sera temporaire, s'il y en a un, et les signes de fatigue réapparaîtront très vite.

« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Selon vous, un adolescent ou un jeune adulte a besoin de combien d'heures de sommeil par nuit pour conduire en sécurité?
Réponse : au moins 9 heures.

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Il n'existe aucun truc pour vaincre la fatigue au volant. Si t'es fatigué, prends une pause, pas le champ!

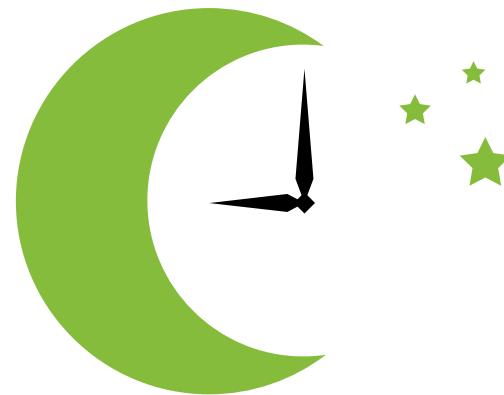
« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web: www.conduistavie.com

Facebook: www.facebook.com/SAAQQC

Twitter: www.twitter.com/saaq





ALCOOL

« Ça commence fort! »

En intro

L'alcool au volant, c'est criminel. En moyenne, au Québec, 160 personnes par année sont tuées dans un accident lié à l'alcool.

Près d'un jeune de 16 à 24 ans sur deux décédés dans un accident avait de l'alcool dans le sang.

« Place au cinéma! »

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur l'alcool
- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur la complicité
- ◊ Dernier message de la SAAQ sur l'alcool au volant

« Pssst... Savais-tu ça? »

Quelques infos

- ◊ Jusqu'à 22 ans, c'est zéro alcool. Interdit de conduire si tu as consommé de l'alcool, même une bière.

Si tu as pris beaucoup d'alcool pendant la nuit et que tu veux conduire le lendemain matin, tu risques d'avoir encore de l'alcool dans l'organisme, ce qui te met en danger.

- ◊ Rien ne fait descendre le taux d'alcool dans le sang, à part le temps :

- même si tu as dansé et transpiré;
- même si tu as beaucoup mangé;
- même si tu as bu beaucoup d'eau;
- même si tu as pris du café;
- même si tu n'as bu que des cocktails à base de jus.

GARDE OU CONTRÔLE D'UN VÉHICULE

La loi n'interdit pas seulement de conduire un véhicule avec les facultés affaiblies, mais aussi d'en avoir la garde ou le contrôle. Ça veut dire que tu dois te tenir loin de tout véhicule à moteur lorsque tu bois, car il est possible qu'un policier t'arrête s'il croit que tu avais l'intention de conduire ton véhicule.

Quelques exemples :

- Être assis à la place du conducteur, même si le véhicule est arrêté.
- Être dans son véhicule (même endormi sur la banquette arrière) et avoir la possibilité de le mettre en marche.
- Écouter la radio assis sur le capot.





« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »

Sanctions

L'alcool au volant, ça coûte très cher.

- ◊ Pour une infraction au zéro alcool (si tu conduis avec de l'alcool dans le sang):
 - Permis suspendu 90 jours
 - 4 points d'inaptitude
 - Amende de 300 \$ à 600 \$

Quatre points d'inaptitude, avec un permis d'apprenti ou probatoire, ça veut dire que tu perds ton permis. Tu devras passer un examen pour en obtenir un nouveau.

Mais ça pourrait être pire... tu pourrais être poursuivi au criminel si ton taux d'alcoolémie est supérieur à 0,08, si tes facultés sont affaiblies ou si tu refuses d'obéir aux policiers.

- ◊ Les conséquences sont beaucoup plus graves:
 - Casier judiciaire
 - Perte du permis de conduire
 - Prison possible
 - Antidémarreur éthylométrique dans l'auto
 - Amende
 - Frais: de 1 700 \$ à 12 000 \$, plus les frais d'avocat, l'augmentation de la prime d'assurance automobile, etc.
- ◊ Un casier judiciaire peut te nuire pour:
 - devenir membre d'un ordre professionnel ou obtenir des permis dans le cadre de ta profession;
 - occuper certains emplois (ex.: policier, serrurier, avocat);
 - trouver un assureur qui acceptera de t'assurer;
 - voyager à l'extérieur du pays.

« On fait quoi avec ça? »

Solutions

- ◊ Planifiez votre retour avant de commencer à boire!
- ◊ Conducteur désigné (c'est celui qui n'a rien bu, pas celui qui a le moins bu!)
- ◊ Taxi
- ◊ Transport en commun (autobus, métro)
- ◊ Services de raccompagnement (comme Nez rouge)
- ◊ Dormir sur place
- ◊ Parents ou amis

« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Si vousappelez un parent ou un ami au milieu de la nuit parce que vous avez bu, croyez-vous qu'il va être choqué ou soulagé?
- ◊ Vous êtes dans un *party* et un de vos amis insiste pour prendre son auto même s'il a bu. Que faites-vous?

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Lorsqu'on boit, on ne conduit pas!

« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web: www.conduistavie.com

Facebook: www.facebook.com/SAAQQC

Twitter: www.twitter.com/saaq

DROGUE

« Ça commence fort! »

En intro

Toutes les drogues, même le cannabis, ont des effets sur ton cerveau. Ces effets nuisent à ta capacité de conduire de façon sécuritaire.

« Place au cinéma! »

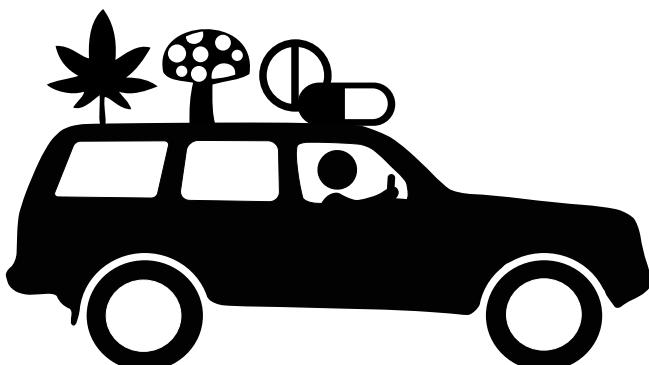
Présentation vidéo

- ◊ Capsule [#cpasdesfarces](#) sur la drogue
- ◊ Dernier message de la SAAQ sur la drogue

« Pssst... Savais-tu ça? »

Quelques infos

- ◊ La drogue au volant, c'est criminel. Comme l'alcool.
- ◊ Les policiers sont formés pour détecter les conducteurs « gelés », peu importe la drogue consommée.



IL EXISTE 3 TESTS:

- ◊ **Test du mouvement des yeux (suivre un crayon)**
Suivre un crayon du regard pendant que le policier vérifie si l'œil produit un nystagmus, c'est-à-dire un mouvement involontaire et saccadé du globe oculaire. Ce test est impossible à déjouer.
- ◊ **Test de la démarche (marcher et se retourner)**
Marcher sur une ligne droite et se retourner.
- ◊ **Test de l'équilibre (se tenir sur un pied)**
Se tenir en équilibre sur un pied, en comptant à voix haute.

LES EXPERTS EN RECONNAISSANCE DE DROGUES SONT DES POLICIERS QUI, UNE FOIS AU POSTE, FONT PASSER UNE AUTRE SÉRIE DE TESTS PLUS POUSSÉS, QUI ÉVALUENT:

- ◊ le pouls, la température corporelle et la tension artérielle;
- ◊ les yeux, en portant attention à la taille des pupilles;
- ◊ l'intérieur des narines et de la bouche;
- ◊ le tonus musculaire. Selon la drogue consommée, les muscles d'une personne peuvent être plus rigides ou relâchés;
- ◊ les bras et le cou, afin de cibler de potentiels sites d'injection.

Le prélèvement d'une substance corporelle sera aussi demandé (ex.: urine).



« C'est dangereux, mais combien ça coûte? »

Sanctions

- ◊ Si tu es reconnu coupable au criminel, ce sont les mêmes conséquences que pour l'alcool:
 - Casier judiciaire
 - Perte du permis de conduire
 - Prison possible
 - Amende
 - Frais de 1 700 \$ à 12 000 \$, plus les frais d'avocat, l'augmentation de la prime d'assurance automobile, etc.

« On fait quoi avec ça? »

Solutions

- ◊ Comme pour l'alcool, on ne conduit pas. Les solutions sont les mêmes:
 - Conducteur désigné (c'est celui qui n'a rien consommé, pas celui qui est le moins « gelé »!)
 - Taxi
 - Transport en commun (autobus, métro)
 - Services de raccompagnement (Nez rouge)
 - Dormir sur place
 - Parents ou amis

« On jase, là! »

Pistes de discussion

- ◊ Quelle est la drogue la plus souvent détectée chez les conducteurs décédés?
Réponse: *le cannabis*.
- ◊ Pourquoi certaines personnes pensent-elles qu'elles conduisent mieux sous l'effet du cannabis?

Il est faux de croire que le cannabis est moins dangereux. Comme toute drogue, le cannabis affecte la capacité de conduire. Sous l'influence du cannabis, le temps de réaction augmente, le contrôle de la trajectoire est plus difficile et la coordination des gestes est moins bonne.

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Toutes les drogues sont détectables.
Pas de drogue au volant.

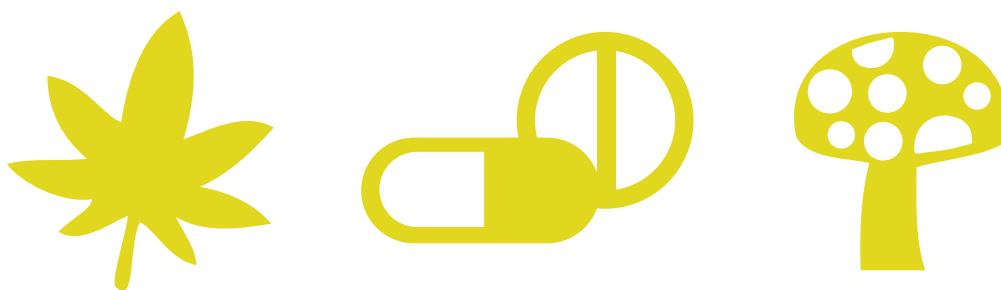
« T'en veux encore? »

Pour en savoir plus

Web : www.conduistavie.com

Facebook : www.facebook.com/SAAQQC

Twitter : www.twitter.com/saaq





RÉCAPITULATIF – BAL DES FINISSANTS

« Place au cinéma! »

Présentation vidéo

- ◊ Capsule [Commence pas ta vie par la fin – Bal des finissants](#)

« Pssst... T'en souviens-tu? »

Quelques rappels

Qu'avez-vous retenu sur les différents sujets vus cette année?

CEINTURE

- ◊ On s'attache tout le temps.
- ◊ On s'assure que tout le monde est attaché avant de partir.
- ◊ Aucun passager dans le coffre!

VITESSE

- ◊ On demande au conducteur qui roule trop vite de ralentir.
- ◊ On prend soin de nos passagers et on ralentit.

CELLULAIRE

- ◊ Aucune raison n'est valable pour mettre ta vie en danger.
- ◊ Tu ne peux pas toucher à ton cellulaire ni à tout autre appareil électronique lorsque tu conduis.
- ◊ Utilise une application mobile comme Mode conduite.
- ◊ Sélectionne tes chansons avant de partir.

FATIGUE

- ◊ Il n'existe aucun truc pour vaincre la fatigue au volant.
- ◊ Si t'es fatigué, prends une pause, pas le champ!
- ◊ Même si tu n'as pas consommé, si t'es fatigué, dors sur place.

ALCOOL

- ◊ L'alcool au volant, c'est criminel et ça coûte cher.
- ◊ Lorsqu'on boit, on ne conduit pas!
- ◊ Dès la première consommation d'alcool, ta capacité de conduire est diminuée.
- ◊ N'oublie pas, tu es soumis au zéro alcool. Zéro, c'est zéro!

DROGUE

- ◊ Toutes les drogues sont détectables par les policiers.
- ◊ Toutes les drogues agissent sur le cerveau et peuvent nuire à ta conduite.
- ◊ Même le cannabis peut avoir des effets importants sur ta conduite.
- ◊ Pas de drogue au volant!

« On jase après-bal! »

Un bal mémorable, c'est un bal bien planifié: ton *look*, ta robe, ton noeud papillon, tes cheveux, la limousine: faut penser à tout!

Pour que les souvenirs du bal et de l'après-bal soient inoubliables, pense à ton retour à la maison. Ajoute-le à ta *to do list*.

Qu'est-ce qui peut être fait pour revenir de l'après-bal?

- ◊ Demande à tes parents de venir te chercher.
- ◊ Dors sur place.
- ◊ Reviens en taxi.
- ◊ Utilise les transports en commun.

Veille sur tes amis et assure-toi que personne ne conduit après avoir consommé.

IDÉE : L'école peut organiser un service de transport pour les élèves.

« C'est ça qui est ça! »

Mot de la fin

Ces conseils-là valent aussi pour les *partys* que tu auras cet été! **Bon bal!**



COMMUNICATIONS PUBLIQUES

Le programme Ambassadeur de la sécurité routière a été développé par la SAAQ pour être utilisé en milieu scolaire, par des élèves de 5^e secondaire. Nous sollicitons votre collaboration afin que vos gestes de communication et vos activités de relations publiques témoignent de la contribution des partenaires impliqués dans le projet.

Les pratiques suivantes s'appliquent à toutes les activités de relations publiques en lien avec le projet, le cas échéant.

Événements publics (ex. : conférence de presse)

- ◊ Inviter un représentant de la SAAQ à prendre la parole.
- ◊ Si aucun représentant de la SAAQ n'est disponible, mentionner que le projet Ambassadeur de la sécurité routière a été développé par la SAAQ, en partenariat avec la région.

Communiqués de presse

- ◊ Mentionner que le projet Ambassadeur de la sécurité routière a été développé par la SAAQ, en collaboration avec différents partenaires, en ajoutant le paragraphe suivant:

«Le projet Ambassadeur de la sécurité routière a été développé par la Société de l'assurance automobile du Québec, en collaboration avec différents partenaires. La sensibilisation par les pairs, la valorisation des bons comportements et le partage d'expériences et de solutions sont au cœur du projet.»

Matériel promotionnel

Toute production additionnelle au matériel déjà fourni doit être approuvée au préalable par la SAAQ.

Les demandes concernant les communications publiques en lien avec le projet Ambassadeur de la sécurité routière peuvent être adressées au conseiller régional en partenariat de sécurité routière de la SAAQ.

RÉTROACTION

Dans un souci d'amélioration continue, la SAAQ sollicite la collaboration des écoles pour évaluer et bonifier le matériel fourni. En ce sens, il est important que l'enseignant remplisse le formulaire d'évaluation et le retourne à ambassadeur@saaq.gouv.qc.ca, **au plus tard le 1^{er} juin**. Le formulaire est disponible dans le [site Web de la SAAQ](#) avec le reste du matériel.





COORDONNÉES DES CONSEILLERS RÉGIONAUX EN PARTENARIAT DE SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Les questions, commentaires ou demandes particulières doivent être adressés au conseiller de votre région.



- Capitale-Nationale
- Chaudière-Appalaches
- Bas-Saint-Laurent
- Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

418 528-3333, poste 82189

- Outaouais
- Abitibi-Témiscamingue
- Nord-du-Québec
- Hautes-Laurentides

819 772-3386, poste 266

- Estrie
- Mauricie
- Centre-du-Québec

819 820-3222, poste 264

- Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Côte-Nord

418 548-9197, poste 227

- Rive-Nord de Montréal
- Laval
- Lanaudière
- Laurentides

450 978-6000, poste 5033

- Rive-Sud de Montréal
- Montérégie

1 866 289-7954, poste 82608

