

Programme Alcofrein

GUIDE D'ANIMATION

Novembre 2019

TABLE DES MATIÈRES

QU'EST-CE QUE LE GUIDE D'ANIMATION DU PROGRAMME ALCOFREIN?	5
QUEL EST L'OBJET DU PROGRAMME?	5
QUELLE EST LA RAISON D'ETRE DU PROGRAMME?	5
À QUI EST DESTINÉ LE PROGRAMME?	5
ORIENTATIONS DU PROGRAMME ALCOFREIN.....	8
Buts du programme.....	8
QUELQUES DÉFINITIONS POUR MIEUX CERNER LES BUTS DU PROGRAMME.....	8
OBJECTIFS DE LA SÉANCE.....	8
PLAN DE LA SÉANCE	9
RESPONSABILITÉS ET ROLES DES FORMATEURS.....	9
CADRE GÉNÉRAL D'ANIMATION DE LA SÉANCE	11
FICHE TECHNIQUE (EXEMPLE)	12
MATÉRIEL AUTORISÉ	13
ACCUEIL DES PARTICIPANTS	13
THÈME 1 : LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES AU QUÉBEC	14
1.0 Fiche technique	14
QUELQUES CHIFFRES.....	15
THÈME 2 : MYTHES ET CROYANCES.....	17
2.0 Fiche technique	17
2.1 Questionnaire sur les mythes et les croyances.....	18
THÈME 3 : ALCOOL, DROGUES, MÉDICAMENTS ET CONDUITE D'UN VÉHICULE ROUTIER.....	20
3.0 Fiche technique	20
3.1 Processus de transformation de l'alcool dans le corps	21
3.1.1 Absorption de l'alcool.....	21
3.1.2 Diffusion de l'alcool.....	22
3.1.3 Élimination de l'alcool	23
3.2 Effets de l'alcool sur la conduite d'un véhicule routier	26
3.2.1 Capacités requises pour conduire un véhicule routier	26
3.2.2 Conduire fait appel à une prise de décision	26
3.2.3 Effets de l'alcool sur la conduite d'un véhicule routier selon le taux d'alcoolémie.....	27
3.2.4 Effet de l'alcool sur le risque d'accident de la route mortel	27
3.3 Drogues et conduite d'un véhicule routier	28
3.3.1 Effets des drogues sur la conduite d'un véhicule routier.....	28
3.4 Médicaments et conduite d'un véhicule routier	29
THÈME 4 : CONSÉQUENCES LÉGALES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES.....	30
4.0 Fiche technique	30

4.1	<i>Code criminel</i> (fédéral)	31
4.1.1	Conduite, garde ou contrôle d'un véhicule routier avec un taux égal ou supérieur à 80 mg par 100 ml de sang.....	31
4.1.2	Conduite, garde ou contrôle avec les capacités affaiblies par l'alcool, les drogues ou les médicaments.....	31
4.1.3	Interception ou arrestation avec des drogues (y compris certains médicaments) dans le sang.....	32
4.1.4	Omission ou refus d'obéir à un agent de la paix	32
4.1.5	Garde ou contrôle d'un véhicule.....	32
4.2	<i>Code de la sécurité routière</i> (provincial).....	33
4.2.1	Mesures administratives dès la commission d'infraction.....	33
4.2.2	Conditions d'obtention après la déclaration de culpabilité (Récidive)	34
THÈME 5 : CONSÉQUENCES FINANCIÈRES, SOCIALES ET PERSONNELLES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES		36
5.0	Fiche technique	36
5.1	Conséquences sociales et personnelles d'une infraction	37
5.2	Conséquences financières d'une infraction.....	38
THÈME 6 : RETOUR SUR LES MYTHES ET CROYANCES.....		39
6.0	Fiche technique	39
6.1	Retour sur le questionnaire sur les mythes et croyances	40
THÈME 7 : SOLUTIONS DE RECHANGE ET RESPONSABILITÉS INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE.....		42
7.0	Fiche technique	42
7.1	Solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies	43
ANNEXE : BESOIN D'AIDE ?		45
Quelques ressources		45
RÉFÉRENCES UTILES		46
AUTRES RÉFÉRENCES		46

PRÉSENTATION DU PROGRAMME
ALCOFREIN

QU'EST-CE QUE LE GUIDE D'ANIMATION DU PROGRAMME ALCOFREIN?

Le guide d'animation a pour but de soutenir le travail des formateurs de ce programme et d'assurer une uniformité dans la tenue des séances sur l'ensemble du territoire desservi.

Il est également destiné à toute personne impliquée dans la gestion du programme Alcofrein, pour lui permettre de mieux connaître les orientations, les objectifs, le cadre d'animation ainsi que le contenu de celui-ci.

Le guide est divisé en deux parties. La première partie présente l'organisation de la séance et la seconde, structurée en huit thèmes, détaille son contenu, soit :

1. La conduite avec les facultés affaiblies au Québec;
2. Mythes et croyances;
3. Alcool, drogues, médicaments et conduite d'un véhicule routier;
4. Conséquences légales de la conduite avec les facultés affaiblies;
5. Conséquences sociales, financières et personnelles de la conduite avec les facultés affaiblies;
6. Retour sur les mythes et croyances;
7. Solutions de rechange et responsabilités individuelle et collective;
8. Évaluation de la séance par les participants.

QUEL EST L'OBJET DU PROGRAMME?

Le programme Alcofrein est une mesure éducative qui vise à sensibiliser les participants aux effets de l'alcool, des drogues et des médicaments sur la capacité de conduire un véhicule routier et à prévenir la récidive.

QUELLE EST LA RAISON D'ÊTRE DU PROGRAMME?

L'article 76.1.2 du *Code de la sécurité routière* précisent **qu'une personne reconnue coupable pour une première infraction de conduite avec les facultés affaiblies par l'alcool ou les drogues (incluant les médicaments) doit, pour obtenir un nouveau permis, établir que son rapport à l'alcool ou aux drogues ne compromet pas la conduite sécuritaire d'un véhicule routier de la classe de permis demandée.** La personne doit donc satisfaire aux exigences prévues par la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), la participation au programme Alcofrein est l'une d'elles.

Le programme fait l'objet d'une entente entre la SAAQ, le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et les commissions scolaires qui y participent. La gestion du programme est sous la responsabilité de la SAAQ.

À QUI EST DESTINÉ LE PROGRAMME?

En vertu du *Code de la sécurité routière* (article 76.1.2.) :

« La personne qui réussit l'évaluation sommaire doit, après avoir payé à la Société les droits afférents, suivre avec succès un programme d'éducation reconnu par le ministre des Transports et destiné à sensibiliser les conducteurs aux problèmes de la consommation d'alcool ou de drogue. »

PREMIÈRE PARTIE :
ORGANISATION DE LA SÉANCE

ORIENTATIONS DU PROGRAMME ALCOFREIN

Buts du programme

Les buts du programme Alcofrein sont les suivants :

<ul style="list-style-type: none">✓ Informer✓ Sensibiliser✓ Conscientiser✓ Responsabiliser	Les participants à propos de la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments au regard de la conduite d'un véhicule routier.
---	---

QUELQUES DÉFINITIONS POUR MIEUX CERNER LES BUTS DU PROGRAMME

- **Informer** : Mettre la personne au courant de...
- **Sensibiliser** : Mettre à jour des connaissances.
- **Conscientiser** : Mettre en évidence une réalité ou une situation vécue pour en évaluer la nature et la portée.
- **Responsabiliser** : Mettre en relation des obligations ou des actes, en tenir compte et les assumer.

OBJECTIFS DE LA SÉANCE

L'objectif principal est de prévenir la récurrence et développer des comportements responsables sur la route.

De plus, Alcofrein permet aux participants de :

- Connaître les effets de l'alcool, des drogues et des médicaments sur la capacité de conduire.
- Démystifier certaines croyances à propos de l'effet de l'alcool, des drogues et des médicaments sur la conduite d'un véhicule routier.
- Connaître les conséquences personnelles, sociales, financières et légales liées à la conduite avec les facultés affaiblies par l'alcool, les drogues et les médicaments.
- Envisager des solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies.

Ces objectifs visent à favoriser des changements durables qui doivent s'opérer pendant et après la formation donnée.

Ainsi, le programme présente aux participants un contenu de formation qui les aidera à faire des choix éclairés et responsables afin d'éviter de mettre en danger leur vie et celle des autres usagers de la route.

Le contenu donne l'heure juste concernant les lourdes conséquences sociales, personnelles, judiciaires et financières qu'entraînent une ou plusieurs condamnations pour avoir conduit avec les facultés affaiblies et propose des solutions de rechange pour prévenir la récurrence.

Il est important de comprendre que le rôle des formateurs n'est pas d'évaluer les habitudes de consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments des participants.

La séance Alcofrein de trois heures sert de levier afin que chaque participant soit porteur de changements envers lui-même et les autres. Ainsi, il pourra, le cas échéant, tirer ses conclusions et établir des liens de cause à effet en ce qui a trait à sa situation et être en mesure de faire un transfert d'apprentissage dans des situations de vie qui lui sont propres. C'est ainsi que le processus de changement trouvera son aboutissement.

PLAN DE LA SÉANCE

• Durée totale : 3 heures (180 minutes)	
• Accueil et problématique	15 minutes
• La conduite avec les facultés affaiblies au Québec.....	10 minutes
• Mythes et croyances.....	10 minutes
• Alcool, drogues, médicaments et conduite d'un véhicule routier	40 minutes
• Conséquences légales de la conduite avec les facultés affaiblies	30 minutes
• Conséquences sociales, financières et personnelles de la conduite avec les facultés affaiblies.	40 minutes
• Retour sur les mythes et croyances.....	15 minutes
• Solutions de rechange et responsabilités individuelle et collective.....	10 minutes
• Évaluation.....	10 minutes
• Total	180 minutes

* **La pause n'est pas inscrite à l'horaire. Elle fait partie de la gestion de la séance et, de ce fait, elle est facultative. Sa durée est au choix du formateur.**

RESPONSABILITÉS ET ROLES DES FORMATEURS

Les formateurs du programme Alcofrein sont responsables du bon déroulement de la séance.

Dans ce contexte, trois règles s'appliquent à la formation donnée :

- Le **respect** de la personne,
- La **confidentialité**,
- La **fidélité** au programme.

Le **respect de la personne** consiste à montrer de la déférence à l'égard des participants en considérant les personnes comme des êtres responsables, capables de composer avec l'erreur et le défi afin de tirer parti de leurs expériences.

La **règle de la confidentialité** attribue un caractère confidentiel aux renseignements personnels auxquels les formateurs ont accès dans le cadre de la séance.

La **fidélité au programme** signifie que la séance doit être donnée selon l'horaire et les contenus prescrits, dans le respect des consignes d'animation générales et particulières à chaque thème.

Ces règles permettent d'**assurer une uniformité** d'une séance à l'autre et d'une région à l'autre.

De plus, les formateurs ont le rôle d'**animer** et de **guider** les participants au cours de la séance. Pour exercer efficacement ce rôle, ils doivent :

- **Rendre les apprentissages signifiants**, de manière à favoriser chez la personne une prise de conscience des conséquences liées à la conduite avec les facultés affaiblies afin qu'elle soit en mesure de faire des choix éclairés dans l'avenir à cet égard.
- **Établir un climat de confiance** qui facilite les échanges positifs et constructifs. Il faut miser sur la capacité des personnes à se voir comme des conducteurs ayant des modifications de comportement à effectuer. Plus les participants seront à l'aise, plus ils envisageront les changements comme étant signifiants, utiles, réalisables et positifs pour eux et pour la collectivité.
- **Responsabiliser la personne** en l'incitant à développer une conduite préventive et sécuritaire pour soi et pour les autres.

Cette séance doit être perçue de façon positive. Si l'apprentissage réalisé n'est pas perçu comme significatif ou s'il est perçu comme menaçant pour l'image et l'estime de soi, la personne le rejettera.

Les formateurs **ne sont pas des spécialistes en toxicomanie ni des experts légaux**. Leur rôle est d'offrir aux participants une intervention éducative de qualité qui leur permettra de prendre, dans l'avenir, de meilleures décisions comme conducteurs.

De plus, la définition et l'évaluation des habitudes de consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments des personnes qui participent à la séance se font dans le cadre d'une évaluation sommaire effectuée par un des centres de réadaptation en dépendance¹ et ne font donc pas partie des objectifs de ce programme.

¹ Centres intégrés de santé et de services sociaux (CISSS), centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CIUSSS) et centre régional de santé et de services sociaux (CRSSS) exploitant une mission de centre de réadaptation

CADRE GÉNÉRAL D'ANIMATION DE LA SÉANCE

Dans le but d'uniformiser la présentation du programme Alcofrein dans l'ensemble des points de service, voici les principales consignes d'animation, des exemples d'attitudes à développer et des directives pour le bon déroulement de la séance.

Principales consignes d'animation
<ul style="list-style-type: none">• Vérifier l'identité des participants².• Accueillir les participants pour les mettre à l'aise et faire tomber les résistances.• Utiliser un langage simple et direct ainsi qu'un vocabulaire accessible.• Présenter clairement et simplement la documentation et le contenu.• Rappeler les buts de la séance.• Faire un usage approprié de l'humour.• Donner confiance aux participants et les impliquer progressivement.• Faire appel à des images pour stimuler l'imagination.• Être précis dans les commentaires décrivant des attitudes et des comportements (ne pas chercher à juger ni à interpréter des comportements).• Écarter les préjugés.• Présenter des exemples pertinents pour vulgariser le contenu.• S'appuyer sur des faits.• S'assurer de bien saisir le sens des interventions.• Résumer les idées principales en faisant des synthèses.• Donner des consignes claires lors des exercices.• Respecter les demandes de prise de parole.• Savoir reconnaître ses erreurs et limites en animation.• Se centrer sur son rôle d'animation et éviter de devenir l'expert qui sait tout.

Exemples d'attitudes		
Voici des attitudes qui contribuent à créer le climat de confiance essentiel au déroulement de la séance :		
Rigueur	Respect	Débrouillardise
Leadership	Écoute	Patience
Bonne humeur	Compréhension	Dynamisme
Calme	Disponibilité	Souplesse

² Advenant qu'un conducteur présente des signes d'intoxication, le formateur peut refuser qu'il participe à la séance et lui recommander d'assister à une séance ultérieure. *Le cas échéant, le formateur doit s'assurer que la personne quitte les lieux en toute sécurité.*

FICHE TECHNIQUE (EXEMPLE)

La **fiche technique** amorce chaque thème et elle renseigne sur les aspects suivants :

- **But du thème**
- **Sommaire du contenu**
- **Traitement du contenu**
- **Questions les plus souvent posées**
- **Particularités relatives à l'animation du thème**
- **Outils pour l'animation**

TITRE DU THÈME	
Buts du thème	Durée : __ minutes
<ul style="list-style-type: none">• Le but du thème présente la ou les intentions éducatives qui sont liées au contenu de la formation et les objectifs de la séance.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Le sommaire du contenu donne la liste des sous-thèmes abordés.	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Le traitement du contenu décrit l'articulation du contenu et son déroulement.	
Questions les plus souvent posées	
<ul style="list-style-type: none">• Les questions les plus souvent posées (ou les commentaires les plus fréquents) sont tirées des principales préoccupations des participants par rapport au thème traité.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• Les particularités relatives à l'animation du thème précisent certaines consignes utiles pour maintenir un climat favorable au bon déroulement de la séance.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Les outils pour l'animation présentent le matériel d'animation préparé pour le thème.	

MATÉRIEL AUTORISÉ

Le matériel autorisé pour l'animation de la séance Alcofrein est le suivant :

- *Guide d'animation du programme Alcofrein*
- Présentation PowerPoint *La conduite avec les facultés affaiblies*
- Cahier de participation du programme Alcofrein
- Brochures ou dépliants publiés par la SAAQ
- Vidéo du témoignage de M^{me} Boulanger de Sherbrooke
- Vidéo *Pas de seconde chance* de l'organisme MADD (*Mothers Against Drunk Driving*)

Tout autre matériel utilisé par les formateurs (brochures ou présentations PowerPoint, tableaux, vidéos, etc.) doit être approuvé par la SAAQ.

ACCUEIL DES PARTICIPANTS

- Saluer les participants dès leur arrivée.
- Se présenter en précisant le rôle du formateur.
- Donner des renseignements d'ordre logistique (toilettes, restaurants, etc.).
- Présenter le déroulement de la séance et son contenu général.
- Inviter les personnes à prendre la parole pour formuler des questions ou des commentaires.
- Donner des règles de base pour la prise de parole.
- Mettre en évidence le climat d'ouverture dans lequel se déroule la séance.
- Présenter le cahier de participation et son utilité.
- Préciser que personne ne sera évalué à la fin de la séance.
- Indiquer l'heure à laquelle se termine la séance et préciser s'il y aura une pause.
- Préciser que la présence est obligatoire pour la durée totale de la séance (3 heures).
- Spécifier qu'une attestation sera remise à la fin de la séance. Pour être en mesure de récupérer son permis de conduire, le participant devra présenter son attestation à la SAAQ.

L'accueil est une étape déterminante pour le bon fonctionnement de la séance. Les participants vont rapidement se positionner par rapport au style d'animation.

À toutes et à tous, bonne séance!

THÈME 1 : LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES AU QUÉBEC

1.0 Fiche technique

LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES AU QUÉBEC	
Buts du thème	Durée : 10 minutes
<ul style="list-style-type: none">• Présenter des données liées à l'alcool, les drogues et les médicaments au volant.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Présenter les statistiques québécoises.	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Discuter de la problématique.• Insister sur le fait qu'aucun truc ne peut remplacer un comportement responsable du conducteur. Les tragédies liées à l'alcool, aux drogues et aux médicaments au volant sont évitables!	
Questions les plus souvent posées	
<ul style="list-style-type: none">• Préciser que les chiffres présentés sont propres au Québec.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• Insister sur le nombre de morts et de blessés sur nos routes, encore trop élevé.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Présentation PowerPoint• Cahier de participation• Brochures ou dépliants	

* Voir les diapositives 7 à 9 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

QUELQUES CHIFFRES

L'ALCOOL EST L'UNE DES PRINCIPALES CAUSES D'ACCIDENTS AVEC DECES OU BLESSES AU QUEBEC.

De 2013 à 2017, chaque année, les accidents dus à l'alcool au volant ont causé en moyenne :

- 100 décès (28 %);
- 220 blessés graves (14 %);
- 1 800 blessés légers (5 %).

Pour être efficace, la lutte contre la conduite avec les facultés affaiblies par l'alcool, les drogues ou les médicaments se fait dans le cadre d'une stratégie qui combine des activités de promotion et de sensibilisation appuyées par des lois sévères et des opérations policières (éducation, législation, contrôle). Mais aucune mesure ne peut remplacer un comportement responsable du conducteur.

Les tragédies liées à la conduite avec les facultés affaiblies sont toutes évitables. Il s'agit, pour le conducteur, d'adopter un comportement sécuritaire et responsable en faisant, notamment, le choix de ne pas boire ni consommer de la drogue avant de conduire.

Le risque de conduire avec les facultés affaiblies par l'alcool ou les drogues est éminemment présent chez tous les conducteurs québécois.

Depuis près de 40 ans, la diminution du nombre de victimes a été remarquable : de 1979 à 2017, le nombre des décès imputables à l'alcool au volant a chuté de 800 à 100 annuellement. Cependant, ces dernières années, on observe que les gains sont de plus en plus difficiles à obtenir. De 2013 à 2017, la proportion de conducteurs décédés avec un taux d'alcoolémie supérieur à 80 mg par 100 ml de sang était autour de 22 %, alors qu'elle se situait autour de 30 % depuis le début des années 2000.

De 2013 à 2017, les conducteurs décédés dans un accident avaient de l'alcool dans le sang³ :

Groupe d'âge	Proportion
16 à 24 ans	43 %
25 à 34 ans	41 %
35 à 44 ans	47 %
45 à 54 ans	44 %

En moyenne, de 2013 à 2017, 83 % des condamnations pour conduite avec les facultés affaiblies, que ce soit par l'alcool ou les drogues, correspondaient à une première infraction. Le taux de récidive pour de telles infractions au *Code criminel* est passé de 17,9 % en 2013 à 15,7 % en 2017.

En 2019, dans un sondage mené par la SAAQ, 4% des conducteurs interrogés ont avoué avoir conduit un véhicule au cours des 12 derniers mois après avoir consommé du cannabis dans les quatre (4) heures précédant leur départ. Pour ce qui est des autres drogues (cocaïne, amphétamines, etc.), cette proportion était de 2 %.

Le cannabis est la drogue qui est mentionnée le plus souvent par les conducteurs ayant affirmé avoir conduit sous l'effet d'une drogue. C'est également la drogue décelée en plus grande proportion parmi les conducteurs décédés.

³ Parmi les conducteurs décédés dans un accident et ayant subi un test de dépistage de l'alcool dans le sang.

Conducteurs décédés dans un accident de la route au Québec	2006-2010	2013-2017
Conducteurs qui avaient des drogues licites ou illicites dans le sang	30 %	34 %
Conducteurs qui avaient du cannabis dans le sang	14 %	20 %

De 2013 à 2017, la présence de cannabis dans le sang a été constatée⁴ chez 37 % des conducteurs de 16 à 24 ans décédés dans un accident.

Cette proportion était particulièrement élevée chez les 16 à 19 ans, alors que la présence de cannabis a été décelée chez 46 % d'entre eux au cours de la même période.

Note

Ces statistiques ne nous indiquent pas le pourcentage de conducteurs dont la capacité était affaiblie par une drogue. C'est la **présence** de drogue dans le sang qui a été vérifiée.

Est-il possible de connaître le nombre de personnes dont le décès ou les blessures, graves ou légères, ont été causés principalement par la consommation de drogues?

Réponse : Seules les données sur les conducteurs décédés sont disponibles.

Les données du coroner qui sont disponibles nous indiquent uniquement si les conducteurs décédés avaient des drogues dans l'organisme. Contrairement aux données concernant l'alcool au volant, qui permettent de constater si les conducteurs décédés avaient un taux d'alcool supérieur à 80 mg par 100 ml de sang (suggérant que la capacité de conduire était affaiblie par cette quantité d'alcool), les données concernant la présence de drogues chez les conducteurs décédés ne nous indiquent pas si leur capacité de conduire était affaiblie par les drogues au moment où ils ont été impliqués dans un accident de la route.

Il n'est donc pas possible de comparer les données relatives à l'alcool aux données concernant les drogues.

Pour plus d'information en matière d'alcool et de drogues au volant, consultez le site Web de la SAAQ : saaq.gouv.qc.ca.

⁴ Parmi les conducteurs décédés dans un accident ayant subi un test de dépistage de drogues ou de médicaments.

THÈME 2 : MYTHES ET CROYANCES

2.0 Fiche technique

MYTHES ET CROYANCES	
But du thème	Durée : 10 minutes
<ul style="list-style-type: none">• Démystifier certaines croyances à propos de l'effet de l'alcool, des drogues et des médicaments sur la conduite d'un véhicule routier.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Questionnaire sur les mythes et les croyances (Évaluez vos connaissances).	
Note	
<ul style="list-style-type: none">• Le questionnaire sera repris à la fin de la séance et les réponses seront données et commentées lors d'une activité de synthèse.	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Lire à haute voix la consigne pour remplir le questionnaire.• Lire également à haute voix les questions une à une, en laissant du temps aux participants pour y répondre.• Informer les participants que le questionnaire sera revu à la fin de la séance et que les réponses seront données à ce moment-là.• Susciter la curiosité, le désir d'apprendre et d'en savoir davantage.• Préciser que personne ne sera noté ou évalué sur les résultats de cet exercice.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• Il est important de ne pas parler du contenu de chaque question, car il sera vu durant la séance.• Les réponses aux questions seront données à la fin de la séance, en informer les participants.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Présentation PowerPoint• Cahier de participation• Brochures ou dépliants	

* Voir les diapositives 10 à 20 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

2.1 Questionnaire sur les mythes et les croyances

Évaluez vos connaissances

Soyez attentif!

Le contenu de la séance traitera de chacune de ces questions.

À la fin de la séance, les réponses seront données et commentées lors d'une activité de synthèse.

CONSIGNE pour répondre au questionnaire : Encercler la ou les réponses de votre choix.

Note : Il y a une page PowerPoint pour chacune des questions du présent thème.

1. Une personne a moins de risques de voir sa capacité de conduire affaiblie si elle consomme :
 - a) De la bière
 - b) Du vin
 - c) De l'alcool « fort »
 - d) Une boisson de type *cooler* à faible pourcentage d'alcool
 - e) Aucune de ces réponses
2. Une bonne façon de réduire le taux d'alcool dans le sang consiste à :
 - a) Boire du café
 - b) Prendre un bon repas
 - c) Attendre que le foie fasse son travail
 - d) Prendre une douche froide
 - e) Danser, faire du sport, transpirer
3. La capacité de conduire peut être affaiblie à partir d'un taux d'alcoolémie de :
 - a) 20 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,02)
 - b) 50 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,05)
 - c) 80 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,08)
4. Lesquels des effets suivants sont attribuables à la consommation de cannabis?
 - a) Difficulté à se concentrer, à rester attentif à l'environnement routier
 - b) Temps de réaction plus lent, réflexes ralentis et conduite hésitante
 - c) Difficulté à maintenir une trajectoire en ligne droite
 - d) Adoption de comportements à haut risque, comme celui de conduire trop vite
 - e) Risque de ne pas pouvoir faire face à l'imprévu

Vrai ou Faux?

5. Les policiers ne sont pas en mesure de dépister les conducteurs sous l'effet de la drogue.
6. Je peux déjouer les tests des policiers si je suis gelé.
7. Je suis meilleur conducteur lorsque je fume un joint.
8. Annuellement, combien de décès sont attribuables à l'alcool au volant sur les routes du Québec?
 - a) 50
 - b) 100
 - c) 400
9. Combien peut coûter au minimum une première infraction pour conduite avec les facultés affaiblies?
 - a) Environ 500 \$
 - b) Environ 1 750 \$
 - c) Environ 3 000 \$
10. Dans quelles circonstances une personne peut-elle être reconnue coupable de conduite avec les facultés affaiblies?
 - a) Lorsque son taux d'alcoolémie est égal ou supérieur à 80 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,08)
 - b) Lorsqu'il y a une concentration de drogue dans son sang supérieure à celle prescrite par règlement du fédéral
 - c) Lorsque sa capacité de conduire est affaiblie par l'alcool, la drogue ou les médicaments
 - d) Si elle omet ou refuse d'obtempérer à un ordre d'un agent de la paix
 - e) Toutes ces réponses sont bonnes
11. Les récidivistes de l'alcool au volant représentent quelle proportion des conducteurs condamnés?
 - a) 20 %
 - b) 70 %
 - c) 15 %
12. Nommez deux solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies.

1) _____

2) _____

À la fin de la séance, les réponses seront données et commentées lors d'une activité de synthèse.

THÈME 3 : ALCOOL, DROGUES, MÉDICAMENTS ET CONDUITE D'UN VÉHICULE ROUTIER

3.0 Fiche technique

ALCOOL, DROGUES, MÉDICAMENTS ET CONDUITE D'UN VÉHICULE ROUTIER	
But du thème	Durée : 40 minutes
<ul style="list-style-type: none">Faire comprendre les effets de l'alcool, des drogues et des médicaments sur la capacité de conduire un véhicule routier.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">Processus de transformation de l'alcool dans le corpsEffets de l'alcool sur la personneEffets de l'alcool sur la conduite d'un véhicule routierDrogues et conduite d'un véhicule routierEffets des drogues sur la personneMédicaments et conduite d'un véhicule routier	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">Établir des liens entre les effets de l'alcool, des drogues et des médicaments et la conduite avec les facultés affaiblies et le risque d'accident mortel.Utiliser les exemples et les tableaux pour vulgariser et schématiser le contenu.Étant donné le volume important d'information à transmettre, s'assurer de respecter tout particulièrement le temps réservé à ce contenu.	
Questions les plus souvent posées	
<ul style="list-style-type: none">Les questions les plus souvent posées concernent le rythme de la consommation, le temps d'absorption de l'alcool dans le sang et les liens entre le taux d'alcoolémie et la capacité de conduire.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">C'est souvent à cette étape que les participants s'ouvrent à la sensibilisation. Même si la majorité demeure silencieuse, elle peut utiliser l'information transmise et l'adapter à sa situation personnelle.Garder en tête le message à retenir, l'orientation de la SAAQ : <i>Alcool ou drogue : on ne conduit pas.</i>	
Note	
Si un participant fait des blagues de façon abusive, c'est peut-être un moyen de fuite ou une attitude de refus par rapport au message transmis. Rappeler alors le but du thème et ses énoncés tout en ramenant le groupe à l'ordre.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">Présentation PowerPointCahier de participationBrochures ou dépliants	

* Voir les diapositives 21 à 41 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

3.1 Processus de transformation de l'alcool dans le corps

Le processus de transformation de l'alcool dans le corps laisse des traces dans l'organisme humain. **Trois étapes sont à considérer dans ce processus :**

1. Absorption
2. Diffusion
3. Élimination

3.1.1 Absorption de l'alcool

Dans la phase d'absorption, **90 %** de l'alcool est assimilé par l'intestin. De l'intestin, il passe dans le sang.

Son absorption est influencée par divers facteurs :

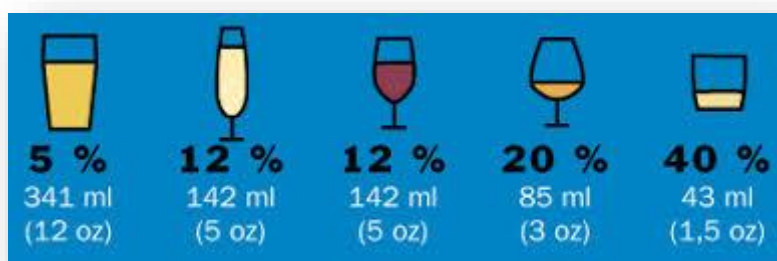
- **La quantité consommée**

Les spiritueux, les vins et les bières n'ont pas la même concentration en alcool. Plusieurs bières contiennent 5 % d'alcool, tandis que les vins en renferment environ 12 % et les spiritueux 40 %. On peut donc penser que la consommation d'une bière plutôt qu'une autre boisson alcoolisée aura moins d'incidence sur le comportement. Pourtant, si l'on respecte les mesures standards pour chaque type de boisson, une bière ordinaire équivaut à un verre de vin, d'apéritif ou de spiritueux.

Ce n'est pas tant la concentration en alcool qui importe, mais la quantité de verres consommés qui sont pris, et ce, qu'il s'agisse de spiritueux, de vin ou de bière.

Calcul d'une consommation standard

Type d'alcool	Pourcentage moyen d'alcool pur	Calcul d'une portion
341 ml (12 oz) de bière alcoolisée	5 %	12 (oz) x 5 (%) = 60
142 ml (5 oz) de vin de table	12 %	5 (oz) x 12 (%) = 60
43 ml (1,5 oz) de spiritueux	40 %	1,5 (oz) x 40 (%) = 60



- **La rapidité de la consommation**

Vider son verre en faisant cul sec fera plus d'effet que de siroter lentement une bière. L'ingestion rapide d'alcool accélère le passage de l'alcool dans le sang. Plus le passage de l'alcool dans le sang est rapide, plus le taux d'alcool dans le sang augmentera rapidement, et plus la personne sera ivre.

- **Le fait d'avoir mangé ou non**

Lorsque l'estomac est vide, l'assimilation de l'alcool se fait sans obstacle et les effets sont rapides.

Le fait de manger après avoir consommé ne change rien. L'alcool est déjà dans le sang et il est trop tard. Le processus d'assimilation est plus long et l'alcool arrive dans le sang plus lentement lorsque l'alcool est pris en mangeant. Cela n'empêche pas le processus d'intoxication de se produire, mais ne fait que le ralentir.

- **Certaines particularités biologiques**

Certaines maladies, dont celles qui affectent le foie, peuvent amplifier les effets de l'alcool.

- **L'état psychologique (stress, fatigue, etc.)**

L'état psychologique de la personne peut favoriser l'augmentation des effets de l'alcool. Une personne stressée, attristée ou fatiguée risque de se sentir plus affectée à la suite de la consommation, ne serait-ce que d'un seul verre. Elle n'aura peut-être pas atteint la limite légale, mais sa capacité à conduire sera tout de même affaiblie. Il est donc important de savoir reconnaître les signes qui risquent de diminuer notre capacité à conduire un véhicule en toute sécurité.

3.1.2 Diffusion de l'alcool

Par le sang, l'alcool se diffuse rapidement dans le corps et est distribué dans tous les organes. Rendu au cerveau, il agit sur le système nerveux central (centre des décisions et de la coordination). Cela explique les effets rapides de l'alcool sur le comportement.

La diffusion est influencée par divers facteurs :

- **La concentration de l'alcool dans le sang**

L'alcool est plus soluble dans l'eau que dans la graisse. La concentration d'alcool dans le sang dépend surtout de la quantité d'eau contenue dans le corps.

- **Le poids de la personne et sa proportion en graisse**

Le volume de sang dans le corps humain varie selon les personnes. Les personnes plus lourdes ont davantage d'eau dans le corps et donc un taux d'alcool plus faible avec la même quantité d'alcool. Par ailleurs, **les tissus adipeux** (gras) sont peu irrigués par le sang. À poids égal, une personne obèse aura un volume sanguin inférieur à celui d'une personne musclée et sera donc plus affectée par une même quantité d'alcool.

- **Le sexe**

À poids égal et à consommation égale, **les femmes** présentent généralement une alcoolémie supérieure à celle des hommes. Les femmes ayant, par nature, un volume sanguin plus petit (en général, les femmes sont plus petites que les hommes) et une plus grande proportion de tissus adipeux, elles ont, pour une même quantité consommée, une concentration plus élevée d'alcool dans le sang.

L'âge

Selon l'étude réalisée par Mayhew⁵, le risque relatif d'accident mortel de la route selon le taux d'alcoolémie est encore plus prononcé chez les 16 à 19 ans :

- 9 fois plus élevé entre 50 et 79 mg %;
- 40 fois plus élevé entre 80 et 99 mg %;
- 100 fois plus élevé entre 100 et 149 mg %;
- 400 fois plus élevé à 150 mg % et +.

Les jeunes sont plus vulnérables que les personnes plus âgées quant à leur réaction à l'alcool, notamment à cause de leur manque d'habitude de consommation. De plus, **l'inexpérience de la conduite** ainsi qu'une **plus grande propension à prendre des risques** exposent davantage les jeunes à un accident de la route mortel (voir le tableau « Risque relatif de collision mortelle selon l'alcoolémie et l'âge »).

3.1.3 Élimination de l'alcool

L'organisme élimine beaucoup plus lentement l'alcool qu'il ne l'assimile.

- **Le foie**

Le foie élimine à lui seul 90 % de l'alcool consommé. En effet, le foie travaille à un rythme régulier; quelle que soit la concentration d'alcool dans le sang, **il élimine en moyenne 15 mg par 100 ml de sang à l'heure**, soit l'équivalent d'une bière, d'un verre de vin ou d'un verre de spiritueux. Le processus de transformation est ralenti par un foie en mauvais état.

- **Les poumons, les reins et la transpiration**

Les poumons, les reins et la transpiration éliminent seulement 10 % de l'alcool.

- **Seul le temps fait diminuer la concentration d'alcool dans le sang**

Aucun moyen « miracle » ne peut accélérer l'élimination de l'alcool par l'organisme, que ce soit l'exercice ou autre. Seul le temps est efficace.

Les effets de l'alcool sont progressifs et commencent dès la première consommation. De plus, divers facteurs combinés au taux d'alcoolémie peuvent influencer sur le comportement des personnes et, de ce fait, sur la conduite sécuritaire d'un véhicule routier.

3.1.3.1 Tolérance à l'alcool

Les personnes ne réagissent pas toutes de la même façon à la consommation d'alcool. Certaines semblent y être moins vulnérables que d'autres. Elles peuvent en absorber plus sans que cela paraisse vraiment. Ces personnes ont développé une certaine tolérance à l'alcool et ont appris à combattre ses effets.

Encore une fois, ces personnes n'auront peut-être pas atteint la limite légale, mais leur capacité à conduire un véhicule sera tout de même affaiblie. Il est donc important de savoir reconnaître les signes qui risquent de diminuer notre capacité à conduire un véhicule en toute sécurité.

⁵ MAYHEW et al, *Youth, alcohol and relative risk of crash involvement*, Traffic Injury Research Foundation of Canada, 1986. Bien que cette étude date de plusieurs années, elle demeure valide.

3.1.3.2 Comment reconnaître une personne dont les facultés sont affaiblies?

On peut mesurer un taux d'alcoolémie, mais non des « facultés affaiblies ». Un taux d'alcoolémie se mesure en milligrammes d'alcool dans le sang, à partir d'un éthylomètre calibré et manipulé par un expert. La capacité de conduire, pour sa part, s'évalue à partir de différents indices, qui mettent en évidence le comportement d'une personne qui a consommé. Ces indices résultent principalement de l'observation.

Les effets de l'alcool, des drogues et des médicaments varient considérablement d'une personne à l'autre. Toutefois, certains signes physiques sont révélateurs et témoignent d'une capacité de conduire affaiblie. Une personne peut manifester l'ensemble de ces signes ou seulement quelques-uns, à des degrés divers selon son niveau d'intoxication :

- Yeux rougis ou vitreux
- Respiration rapide
- Transpiration 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
- Réponse lente aux questions
- Tendance à s'endormir
- Augmentation du sentiment de tristesse ou d'euphorie
- Signes d'agressivité
- Fou rire incontrôlable et exagéré

3.1.3.3 Peut-on mesurer efficacement son taux d'alcoolémie à l'aide des alcootests jetables ou publics?

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

Ces appareils permettent aux consommateurs de mesurer leur taux d'alcoolémie. Leur résultat n'est pas toujours fiable et ne garantit pas pour autant que la personne est capable de conduire d'une façon sécuritaire. Il faut se rappeler que la capacité de conduire peut être affectée par l'alcool lorsque le taux d'alcoolémie est au-dessous de 80 mg par 100 ml de sang ou même de 50 mg par 100 ml de sang.

En outre, 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.

Aucune charte ni aucun outil ne peuvent dire si la capacité de conduire est affaiblie. En outre, le degré de tolérance à l'alcool et ses effets peuvent varier considérablement d'une personne à l'autre selon son état physique ou psychologique.

De plus, il peut s'écouler en moyenne 60 minutes après la dernière consommation avant que soit atteinte la concentration maximale d'alcool dans le sang. Ce qui veut dire que le taux d'alcoolémie d'un conducteur, lorsqu'il prend son véhicule ou pendant le trajet, ne correspond pas toujours au taux d'alcoolémie mesuré plus tôt; il a même pu augmenter.

3.2 Effets de l'alcool sur la conduite d'un véhicule routier

Pour la plupart des gens, la conduite d'un véhicule routier paraît une tâche aisée tellement l'habitude a banalisé les gestes posés lorsqu'ils sont au volant. Pourtant, la conduite d'un véhicule routier est un acte complexe qui requiert l'intégrité du système nerveux central ainsi que de l'ensemble des fonctions sensorielles et motrices.

Parmi les causes possibles d'incapacité de conduire, tous les psychotropes (alcool, drogues, médicaments) occupent une place de première importance. Leurs effets aggravants sur les risques d'accident sont d'ailleurs bien connus.

3.2.1 Capacités requises pour conduire un véhicule routier

La conduite d'un véhicule routier est une tâche complexe qui fait appel aux capacités physiques et mentales de la personne, qu'elle soit novice ou expérimentée. Ces capacités sont notamment :

- Les capacités sensorielles, comme la vue ou l'ouïe (ex. : effectuer un balayage visuel efficace);
- La concentration optimale sur l'environnement (ex. : décoder la signalisation);
- Le bon contrôle de la motricité (ex. : coordonner ses gestes et ses mouvements);
- La vigilance (ex. : garder une distance adéquate avec les autres véhicules);
- La perception rapide des dangers (ex. : percevoir un véhicule sur l'accotement qui peut s'engager);
- La capacité d'anticipation (ex. : prévoir le comportement des autres usagers de la route);
- Une prise de décision rapide et juste (ex. : ralentir dans une courbe);
- La capacité de réagir rapidement et efficacement (ex. : éviter un piéton, un cycliste ou un animal).

3.2.2 Conduire fait appel à une prise de décision

- Les substances psychotropes affectent la qualité de l'appréciation de la situation, la prise de décision et le contrôle musculaire. Cela se traduit par des freinages brutaux et inconsidérés, des coups de volant trop prononcés, etc., ce qui peut entraîner une perte de contrôle du véhicule.

Le conducteur d'un véhicule routier se déplace continuellement dans un environnement qui se transforme et il doit constamment prendre des décisions en fonction de :

- **L'environnement** : la pluie, la neige, le soleil, les obstacles, les vents, les conditions de la chaussée, les travaux routiers, les passagers du véhicule, etc.;
- **Les autres usagers de la route** : les cyclistes, les motocyclistes, les piétons, etc.;
- **Les autres véhicules** : véhicules à dépasser, véhicules qui dépassent, véhicules qui circulent en sens inverse, véhicules situés à l'arrière et à l'avant, distances à respecter, dimensions, etc.;
- **Lui-même (le conducteur)** : sa condition physique, ses habiletés de perception et ses habiletés motrices, ses préoccupations et, bien sûr, de nombreuses distractions.

Les décisions relatives à la conduite d'un véhicule routier ne se prennent pas de façon automatique. On est en présence d'un processus de prise de décision. Ce processus se répète continuellement, même quand il s'agit d'une décision très simple, comme de s'arrêter à un feu rouge. Il implique également des délais entre la première et la dernière étape, c'est-à-dire le temps de réaction et d'exécution.

Temps de réaction et d'exécution dans des conditions normales ou en présence d'alcool⁶		
Dans des conditions normales, la durée moyenne du temps de réaction est évaluée à 1 seconde environ. En présence d'alcool, le temps de réaction atteint environ 1,5 seconde.		
Situation normale <i>Temps de réaction : 1 seconde</i>	En présence d'alcool <i>Temps de réaction : 1,5 seconde</i>	Une différence... qui peut détruire une vie
Un véhicule roulant à 90 km/h parcourt environ 25 mètres (82 pieds)	Un véhicule roulant à 90 km/h parcourt environ 37 mètres (121 pieds)	12 mètres (39 pieds)
Un véhicule roulant à 50 km/h parcourt environ 14 mètres (46 pieds)	Un véhicule roulant à 50 km/h parcourt environ 21 mètres (70 pieds)	7 mètres (23 pieds)

3.2.3 Effets de l'alcool sur la conduite d'un véhicule routier selon le taux d'alcoolémie

Les effets de l'alcool sont progressifs et commencent dès la première consommation. Avec seulement 20 mg d'alcool dans le sang (0,02), le comportement de la personne change et à 50 mg (0,05), les effets sur la conduite d'un véhicule routier sont déjà importants. Pour chaque taux d'alcool dans le sang, on présente les effets typiques chez l'humain ainsi que les effets sur la conduite automobile.

3.2.4 Effet de l'alcool sur le risque d'accident de la route mortel

Le risque d'accident mortel s'accroît avec l'augmentation du taux d'alcoolémie. De plus, selon chaque groupe d'âge, le risque relatif est différent. Plus la personne est jeune, plus elle a un risque relatif de collision mortelle. Cela s'explique par le manque d'expérience de la conduite ainsi que de la consommation.

Explication des résultats pour le groupe d'âge 16-19 ans :

Pour une alcoolémie de 80 mg % (axe horizontal), le groupe d'âge 16-19 ans (ligne rouge) a 20 fois plus de risque relatif de collision mortelle (axe vertical) qu'une personne du même groupe d'âge qui n'a pas consommé d'alcool.

*** Voir la diapositive 33 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.**

⁶ Source : securite-routiere.gouv.fr/conseils-pour-une-route-plus-sure/conseils-pratiques/ma-conduite/l-alcool-et-la-conduite

3.3 Drogues et conduite d'un véhicule routier

La conduite avec les facultés affaiblies est principalement associée à l'alcool, mais d'autres éléments peuvent diminuer la capacité de conduire, comme les médicaments ou les drogues.

- Dans un sondage mené par la SAAQ en 2017, 11 % des conducteurs interrogés ont avoué avoir consommé, au moins une fois au cours des douze derniers mois, des drogues comme du cannabis, de la cocaïne et des amphétamines. Parmi ces personnes, 36 % ont avoué avoir conduit un véhicule après avoir consommé ce type de drogues.
- La conduite sous l'influence du cannabis est un comportement plus fréquent chez les jeunes. Les conducteurs âgés de 16 à 19 ans conduisent plus souvent sous l'influence du cannabis que sous l'influence de l'alcool.
- La conduite automobile sous l'influence de drogues se produit plus souvent la nuit et elle est plus marquée chez les hommes et chez les jeunes.
- Le *Code criminel* canadien interdit la conduite d'un véhicule avec les capacités affaiblies par l'alcool ou les drogues (ce qui inclut les médicaments), et le *Code de la sécurité routière* du Québec prévoit des mesures et des sanctions pour ceux qui en sont déclarés coupables. En effet, le conducteur subira des sanctions criminelles et administratives similaires aux sanctions prévues pour la conduite avec une alcoolémie égale ou supérieure à 80 mg par 100 ml de sang (casier judiciaire, perte du permis de conduire, évaluation en toxicomanie, etc.).
- Les policiers ont désormais davantage de pouvoirs pour enquêter en cette matière.

3.3.1 Effets des drogues sur la conduite d'un véhicule routier

Selon le type de drogues consommées, les effets sur la conduite d'un véhicule routier peuvent aller de la somnolence à l'adoption de comportements à risque, comme la vitesse excessive et l'agressivité au volant.

Toutes les drogues agissent sur le cerveau, et les effets qu'elles produisent peuvent être incompatibles avec la conduite automobile.

Bien souvent, le conducteur qui a consommé de la drogue n'est pas conscient que ses facultés sont affaiblies. Or, les drogues affectent sa capacité à conduire, et ce, même lorsqu'il a l'impression que les effets se sont dissipés ou même, au contraire, s'il croit que la substance le rend plus prudent ou plus alerte.

Attention : les médicaments sont aussi des drogues ! Certains peuvent affecter la capacité de conduire un véhicule routier. Il est donc important de lire les avertissements sur les contenants et de les respecter, surtout si on les mélange avec une consommation d'alcool - même un seul verre !

Les effets du cannabis, par exemple, varient grandement d'un consommateur à l'autre, selon la quantité consommée, le mode d'administration, l'expérience de consommation, l'état physique et mental du consommateur ainsi que le contexte social de l'usage. Il est très difficile de prévoir les effets d'une drogue sur un individu.

Mélanger drogues et alcool avant de prendre le volant augmente grandement le risque d'être impliqué dans un accident de la route mortel.

Quelques questions possibles :

On sait que certaines drogues demeurent plus longtemps dans l'organisme que l'alcool. Une personne peut-elle être accusée même si sa consommation remonte à quelques jours ?

Un conducteur peut être mis en état d'arrestation si le policier a des motifs raisonnables de croire que sa capacité de conduire est affaiblie par la drogue. Ce sont les effets de la consommation de la drogue sur la capacité de conduire du conducteur qui constitueront les preuves permettant au policier de l'arrêter. Un policier ne peut pas, selon le *Code criminel* et le *Code de la sécurité routière*, procéder à l'arrestation d'un conducteur qui ne montre aucun signe que sa capacité de conduire est affaiblie par la drogue. Il doit avoir des motifs raisonnables pour enquêter.

NOTE

Depuis le 18 décembre 2018, le *Code criminel* permet qu'un test de détection d'alcool soit ordonné, que le policier ait des soupçons ou non à cet égard. Le *Code criminel* est donc modifié pour l'alcool, mais les soupçons demeurent nécessaires pour vérifier la présence de drogues. Toutefois, en ce qui concerne le *Code de la sécurité routière*, les soupçons sont nécessaires autant pour l'alcool que pour les drogues.

Après avoir consommé du cannabis, combien de temps dois-je attendre pour conduire?

Il est difficile d'établir un délai universel après lequel il est sécuritaire de prendre le volant, puisque les effets du cannabis peuvent varier énormément d'un consommateur à l'autre, selon le métabolisme de la personne, son état physique et mental, la quantité consommée, le mode de consommation (inhalation, ingestion), la prise de médicaments ou d'alcool, etc. Certains acteurs de la communauté scientifique avancent qu'en moyenne, les effets du cannabis pourraient durer au minimum de 4 à 8 heures et diminueraient d'intensité avec le temps.

L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) a produit une revue de la littérature à ce sujet :

www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2044_effets_cannabis_conduite_automobile.pdf (p.18).

Les délais minimaux relevés par la littérature scientifique peuvent être des indicateurs, mais ils ne représentent en rien une garantie de vos capacités. Bref, pour éviter des conséquences fâcheuses ou tragiques, lorsqu'on consomme, on ne conduit pas.

Pour en savoir plus sur les effets du cannabis, consultez le site Web encadrementcannabis.gouv.qc.ca.

Pour plus d'information en matière de drogues au volant, consultez le site de la SAAQ, à la rubrique « Drogues et médicaments » (saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/drogues-medicaments)

*** Voir les diapositives 34 à 39 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.**

3.4 Médicaments et conduite d'un véhicule routier

Il est important de consulter les professionnels de la santé (médecins, pharmaciens) afin de connaître les effets de ses médicaments sur la capacité de conduire. De plus, une lecture attentive des indications sur les contenants des médicaments, qu'ils soient prescrits par le médecin ou en vente libre, est essentielle, car l'usage d'un ou de plusieurs médicaments jumelés à une consommation de drogues ou d'alcool peut être dangereux lorsque l'on conduit

ensuite un véhicule. La synergie de ces substances nuit grandement aux facultés nécessaires à une conduite sécuritaire.

* Voir la diapositive 41 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

THÈME 4 : CONSÉQUENCES LÉGALES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES

4.0 Fiche technique

CONSÉQUENCES LÉGALES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES

But du thème :

Durée : 30 minutes

- Faire un survol des lois fédérales et provinciales en matière d'alcool et de drogues au volant
- Reconnaître les conséquences légales du fait de conduire un véhicule routier alors que la capacité de le faire est affaiblie par l'effet de l'alcool, des drogues ou des médicaments.

Sommaire du contenu

- Le *Code criminel*
- Le *Code de la sécurité routière*
- Les conséquences légales
- Références utiles

Traitement du contenu

- Mettre en évidence l'importance de se responsabiliser en adoptant des comportements préventifs en matière de conduite d'un véhicule routier.
- Mettre l'accent sur la prévention de la récidive en insistant sur les conséquences légales que peut avoir une seconde condamnation pour conduite avec les facultés affaiblies.
- Transmettre des renseignements généraux et **ne pas s'attarder à des situations particulières.**
- Préciser que votre rôle n'est pas d'agir comme une personne experte en contenu légal.
- Transmettre l'information dans des termes accessibles et concrets.
- Utiliser l'humour pour désamorcer en douceur les attitudes négatives ou sarcastiques. Ne pas alimenter les débats portant sur l'application de la loi et des mesures. Éviter la confrontation directe.
- Encourager les participants à prendre connaissance, dans leur cahier de participation, du document d'information intitulé *Références utiles*, qui contient les coordonnées des organismes en mesure de répondre à leurs différentes questions liées à certains aspects légaux ou administratifs (demande de pardon, procédures, coûts et conséquences sur la demande d'un nouveau permis, dispositif détecteur d'alcool [antidémarrateur éthylométrique], casier judiciaire, voyage outre-frontière, etc.).
- Garder le contrôle de la gestion du temps. Les participants seront tentés de discuter de leur situation particulière et, si chacun s'y met, la séance risque de ne pas se terminer à l'heure prévue ou il faudra sacrifier une partie du contenu. Ce thème est important. S'assurer de respecter le temps dédié à ce contenu.

Questions les plus souvent posées

- Les questions les plus souvent posées ont trait à des situations personnelles ou à des événements qui concernent les personnes de l'entourage. Ne pas jouer les experts et diriger les participants aux bons endroits.

Particularités relatives à l'animation du thème

- Ce thème peut réveiller des souvenirs et des émotions chez les participants, comme l'arrestation et les coûts économiques et sociaux liés à la condamnation. De plus, l'information sur les lois et les sanctions liées à la conduite d'un véhicule routier alors que la capacité de le faire est affaiblie leur est souvent inconnue. Cette situation peut indisposer les participants, les mettre dans une attitude négative ou les rendre sarcastiques par rapport à l'application des lois.
- Il est essentiel de faire preuve d'une grande prudence dans le traitement des questions d'ordre légal posées par les participants. Certaines situations sont particulières et mériteraient l'expertise d'un avocat ou des compagnies d'assurance qui ont leurs propres politiques.

Ne pas jouer le rôle d'un expert sur les questions légales!

Outils pour l'animation

- Présentation PowerPoint
- Cahier de participation
- Brochures ou dépliants

* Voir les diapositives 42 à 44 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

Les gouvernements canadien et québécois ont adopté des lois sévères et des mesures vigoureuses en vue de prévenir la conduite avec les facultés affaiblies. Toute personne fautive s'expose à des sanctions en vertu du *Code criminel* et du *Code de la sécurité routière*.

4.1 Code criminel (fédéral)

Le *Code criminel* est une loi fédérale qui s'applique dans toutes les provinces et tous les territoires canadiens. Il détermine les règles et les sanctions qui découlent d'une infraction liée à l'alcool ou aux drogues au volant (y compris les médicaments) : peine d'emprisonnement, amende, périodes d'interdiction de conduire, etc.

4.1.1 Conduite, garde ou contrôle d'un véhicule routier avec un taux égal ou supérieur à 80 mg par 100 ml de sang

Si un policier soupçonne que vous avez de l'alcool dans l'organisme, il peut vous faire souffler dans un appareil de détection d'alcool ou vous soumettre à des épreuves de coordination des mouvements sur le bord de la route. En fonction du résultat obtenu, il peut vous mettre en état d'arrestation et vous amener au poste de police afin de mesurer votre taux d'alcool avec un éthylomètre. Si votre taux d'alcool est égal ou supérieur à 80 mg par 100 ml de sang (0,08), vous pourriez être accusé en vertu du *Code criminel*.

4.1.2 Conduite, garde ou contrôle avec les capacités affaiblies par l'alcool, les drogues ou les médicaments

Si un policier soupçonne que vous avez de l'alcool, des drogues ou des médicaments dans l'organisme, il peut vous soumettre à des épreuves de coordination des mouvements, vous demander de souffler dans un appareil de détection d'alcool ou vous demander un échantillon

salivaire. Ces tests sont suffisants pour vous mettre en état d'arrestation et vous amener au poste de police afin que vous passiez une autre série de tests menés par un agent évaluateur. Ce dernier peut aussi mesurer votre taux d'alcool à l'aide d'un éthylomètre s'il croit que vous avez consommé de l'alcool. Si l'agent évaluateur conclut que votre capacité de conduire est affaiblie, vous pourriez être accusé en vertu du *Code criminel*.

Depuis le 18 décembre 2018, le *Code criminel* spécifie qu'un individu peut être accusé s'il dépasse le taux légal dans les deux heures suivant le moment où il cesse de conduire. La même chose s'applique concernant les drogues.

4.1.3 Interception ou arrestation avec des drogues (y compris certains médicaments) dans le sang

Si un policier soupçonne que vous avez des drogues ou des médicaments dans l'organisme, il peut vous soumettre à des épreuves de coordination des mouvements. Ces tests sont suffisants pour vous faire mettre en état d'arrestation et demander un prélèvement sanguin.

Par exemple, si les résultats sanguins indiquent que vous avez un taux de cannabis (THC) supérieur aux taux déterminés par règlement fédéral, vous pourriez être accusé en vertu du *Code criminel*. Les taux de THC déterminés sont les suivants :

- 2 nanogrammes de THC par millilitre de sang (infraction sommaire avec amende seulement)
- 5 nanogrammes de THC par millilitre de sang (infraction criminelle avec amende et peine d'emprisonnement)
- 2,5 nanogrammes de THC par millilitre de sang, combiné à un taux d'alcool égal ou supérieur à 50 milligrammes d'alcool par 100 millilitres de sang

Pour les autres types de drogues prévus par règlement fédéral, à l'exception du GHB, toute trace détectable suffit pour qu'un conducteur soit accusé.

4.1.4 Omission ou refus d'obéir à un agent de la paix

Omettre ou refuser de se soumettre aux tests d'un policier est une infraction criminelle qui entraîne automatiquement les sanctions les plus sévères.

4.1.5 Garde ou contrôle d'un véhicule

Dans le cas où les facultés sont affaiblies, la loi n'interdit pas seulement de conduire un véhicule, mais également d'en avoir la garde ou le contrôle. Voici quelques situations où les conséquences sont les mêmes que pour la conduite avec les facultés affaiblies :

- Être assis à la place du conducteur, même si le véhicule est arrêté ou en panne;
- Se trouver dans son véhicule – même endormi sur la banquette arrière – et avoir la possibilité de le mettre en marche;
- Se trouver à proximité de son véhicule, par exemple pour le déneiger ou mettre des choses dans le coffre.

Note

Ces dernières situations seront analysées par le policier. Celui-ci déterminera si la personne pouvait conduire son véhicule (intention de conduire de la personne). Dans le doute, **vaut mieux rester loin de son véhicule.**

4.2 Code de la sécurité routière (provincial)

4.2.1 Mesures administratives dès la commission d'infraction

4.2.1.1 Conducteurs de moins de 22 ans, apprentis conducteurs et titulaires d'un permis probatoire

La règle du zéro alcool doit être suivie. Si de l'alcool est détecté dans l'organisme de ces personnes, les pénalités suivantes s'appliquent :

- Suspension immédiate du permis pour 90 jours
- 4 points d'inaptitude
- Amende de 300 \$ à 600 \$

4.2.1.2 Conducteurs d'autobus, de minibus ou de taxi

La règle du zéro alcool doit être suivie. Si de l'alcool est détecté dans leur organisme, la pénalité suivante s'applique :

- Interdiction de conduire ces véhicules pour 24 heures

4.2.1.3 Conducteurs d'un véhicule lourd

Si la quantité d'alcool détectée dans leur sang est égale ou supérieure à 50 mg par 100 ml de sang, la pénalité suivante s'applique :

- Interdiction de conduire ces véhicules pour 24 heures

Note

L'application de ces sanctions administratives n'empêche pas un policier de poursuivre son enquête criminelle. Il n'est donc pas impossible pour un conducteur de subir ces sanctions administratives et d'être accusé en vertu du *Code criminel* pour l'une ou l'autre des infractions citées plus haut, à la section *Code criminel*.

4.2.1.4 Tous conducteurs

Si l'alcoolémie est égale ou supérieure à 80 mg par 100 ml de sang à l'éthylomètre, les pénalités suivantes s'appliquent :

- Suspension immédiate du permis pour 90 jours
- Saisie immédiate du véhicule pour 90 jours, si récidive
- Programme d'évaluation de réduction du risque de conduite avec les capacités affaiblies (PERRCCA), selon le cas

Si l'alcoolémie est égale ou supérieure à 160 mg par 100 ml de sang ou si le conducteur omet ou refuse d'obéir à un agent de la paix, les pénalités suivantes s'appliquent :

- Suspension immédiate du permis pour 90 jours
- Saisie immédiate du véhicule pour 30 jours (90 jours si récidive)
- Évaluation PERRCCA, selon le cas

Note

Les sanctions administratives appliquées sur-le-champ sont indépendantes de l'issue des procédures criminelles.

4.2.2 Conditions d'obtention après la déclaration de culpabilité (récidive)

4.2.2.1 Interdiction de conduire absolue

Depuis le 18 décembre 2018, les durées d'interdiction absolue de conduire prévue au *Code criminel* ont été modifiées.

- | | |
|--|-------------------|
| - 1 ^{re} déclaration de culpabilité | Aucun minimum |
| - 2 ^e déclaration de culpabilité | Minimum de 3 mois |
| - 3 ^e déclaration de culpabilité | Minimum de 6 mois |

Cette durée peut être établie ou prolongée si le Tribunal l'indique. La SAAQ appliquera cette durée.

Durant cette période, il est **INTERDIT** de conduire un véhicule routier.

4.2.2.2 Interdiction de mettre en circulation, d'acquérir, de louer, d'immatriculer et de remiser un véhicule routier (ICA)

Depuis le 30 juin 2012, le *Code de la sécurité routière* prévoit une sanction pour certains récidivistes et multirécidivistes en matière d'alcool au volant et de délit de fuite.

Cette sanction consiste en l'interdiction de la mise en circulation de tous les véhicules routiers du contrevenant, excluant les remorques. Elle comporte aussi l'interdiction d'acquérir, de louer, d'immatriculer et de remiser un véhicule routier. De plus, si le contrevenant commet, durant la sanction ou dans les 10 années suivant la fin de celle-ci, une infraction donnant lieu à une saisie de véhicule, le véhicule qu'il conduit est automatiquement saisi pour 90 jours.

La sanction ICA est à durée indéterminée, elle se termine lorsque le contrevenant obtient un permis de conduire ou un permis probatoire qui n'est pas assorti de la condition de conduire uniquement un véhicule muni d'un antidémarrreur éthylométrique. Selon le dossier du conducteur, il est possible que cette sanction soit imposée à vie.

SITUATION 1

Le contrevenant a été déclaré coupable d'une infraction reliée à l'alcool et, au cours des 10 années précédentes, il a été reconnu coupable :

- de deux infractions reliées à l'alcool
ou
- d'une infraction reliée à une alcoolémie élevée (égale ou supérieure à 160 mg %)
ou
- d'une infraction pour refus ou omission d'obtempérer
ou
- d'une infraction pour délit de fuite.

SITUATION 2

Le contrevenant a été déclaré coupable d'une infraction reliée à une alcoolémie élevée, ou au refus ou à l'omission d'obtempérer, ou à un délit de fuite et, au cours des 10 années précédentes, il a été reconnu coupable :

- d'une infraction reliée à l'alcool
ou
- d'une infraction reliée à une alcoolémie élevée (égale ou supérieure à 160 mg %)
ou
- d'une infraction pour refus ou omission d'obtempérer
ou
- d'une infraction pour délit de fuite

4.2.2.3 Évaluation PERRCCA

Depuis le 25 novembre 2019, après la deuxième déclaration de culpabilité, le *Code de la sécurité routière* ne prévoit plus d'évaluation PERRCCA pour les événements commis après cette date.

4.2.2.4 Antidémarrreur éthylométrique à vie

Dorénavant, le *Code de la sécurité routière* prévoit que le nouveau permis et tout permis subséquent délivré au cours de la vie de la personne récidiviste (2^e déclaration de culpabilité) sont assortis de la condition de conduire un véhicule routier muni d'un antidémarrreur éthylométrique agréé par la SAAQ.

Pour faire lever cette condition, le *Code de la sécurité routière* prévoit que les personnes récidivistes pourront s'adresser à la Cour après une période minimale de dix ans avec un antidémarrreur. Elles devront alors démontrer que leur rapport à l'alcool ou aux drogues ne compromet pas la conduite d'un véhicule routier.

En ce qui concerne les personnes multirécidivistes, la levée de la condition ne sera toutefois pas possible. Ainsi, à partir d'une troisième déclaration de culpabilité, la condition de l'utilisation d'un antidémarrreur éthylométrique est imposée à vie.

THÈME 5 : CONSÉQUENCES FINANCIÈRES, SOCIALES ET PERSONNELLES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES

5.0 Fiche technique

CONSÉQUENCES FINANCIÈRES, SOCIALES ET PERSONNELLES DE LA CONDUITE AVEC LES FACULTÉS AFFAIBLIES	
But du thème	Durée :40 minutes
<ul style="list-style-type: none">• Connaître les conséquences financières de la conduite avec les facultés affaiblies.• Reconnaître les conséquences sociales et personnelles liées à la capacité de conduire affaiblie par l'alcool, les drogues ou les médicaments.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Conséquences financières• Conséquences pour la société• Conséquences pour les victimes et les proches des victimes• Conséquences pour le contrevenant et sa famille	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Échanger des réflexions sur les conséquences sociales et personnelles de la conduite avec les facultés affaiblies.• Démontrer l'étendue des conséquences pour la société, les victimes et leurs proches, le contrevenant et sa famille.• Travailler en petits groupes, si l'organisation physique le permet.• Garder en tête que le message qui doit être retenu est que chaque personne est responsable de ses décisions et des risques encourus.• Fournir de l'information sur les conséquences financières possibles à la suite d'une infraction criminelle liée à l'alcool ou aux drogues au volant.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• C'est le moment de faire appel au sens des responsabilités des participants.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Présentation PowerPoint• Cahier de participation• Brochures ou dépliants• Vidéo du témoignage de M^{me} Boulanger• Vidéo <i>Pas de seconde chance</i> de MADD	

* Voir les diapositives 45 à 48 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

5.1 Conséquences sociales et personnelles d'une infraction

Derrière les statistiques se cache de la souffrance : deuils, douleurs physiques et psychologiques et sentiment de culpabilité.

Selon les témoignages recueillis auprès des proches des victimes, le plus difficile à accepter, après un accident où l'alcool ou les drogues étaient en cause, est le fait que cette tragédie aurait pu être évitée si le conducteur fautif avait été plus responsable. Pour l'entourage des victimes, savoir que la personne qui a causé la mort de leur proche conduisait alors que ses facultés étaient affaiblies par l'alcool ou les drogues est extrêmement douloureux. Un sentiment de colère, voire de rage, à l'égard de la personne contrevenante est souvent éprouvé par les membres de l'entourage.

Les conséquences pour les victimes grièvement blessées, comme pour leur entourage, sont lourdes :

- Douleurs physiques et psychologiques au quotidien
- Réadaptation longue et pénible
- Perte d'emploi
- Perte de mobilité
- Perte d'autonomie
- Dépression
- Projets d'avenir compromis
- Etc.

Pour les proches des victimes décédées, les conséquences liées à la perte d'un être cher peuvent être :

- Souffrance psychologique liée au deuil
- Sentiments d'injustice, de colère et de révolte
- Pertes financières
- Familles brisées
- Réorganisation de la vie familiale
- Etc.

En parallèle, pour le contrevenant, les conséquences d'ordre personnel et familial liées à une première condamnation pour conduite avec les facultés affaiblies sont nombreuses et lourdes à assumer :

- Conséquences de l'interdiction de conduire sur la vie professionnelle et familiale;
- Contraintes quotidiennes liées à l'utilisation d'un dispositif détecteur d'alcool (antidémarrreur éthylométrique).

De plus, certaines personnes devront vivre avec le fait d'avoir blessé ou tué quelqu'un :

- Conséquences judiciaires (peine d'emprisonnement);
- Fort sentiment de culpabilité.

On peut aisément imaginer l'escalade des conséquences de cette situation dans leur vie personnelle et dans celle de leurs proches.

5.2 Conséquences financières d'une infraction

À la suite d'une infraction criminelle liée à l'alcool ou aux drogues au volant, les conséquences financières peuvent être importantes et s'étaler sur une longue période.

L'alcool au volant : combien ça coûte?

Les frais peuvent varier selon la situation :

Amende minimale (<i>Code criminel</i>)	1 000 \$
Programme d'évaluation de réduction du risque de conduite avec les capacités affaiblies (PERRCCA) – Évaluation sommaire	300 \$ plus taxes
Programme Alcofrein (<i>Si réussite de l'évaluation sommaire</i>)	150 \$
PERRCCA – Évaluation complète (<i>Si échec à l'évaluation sommaire</i>)	710 \$ plus taxes
Antidémarrreur éthylométrique – Frais d'installation	50 \$ plus taxes
Antidémarrreur éthylométrique – Frais mensuel de location	61 \$ plus taxes
Antidémarrreur éthylométrique – Retrait de l'appareil et fermeture du dossier	Sans frais
Obtention d'un nouveau permis de conduire (<i>selon qu'il s'agisse d'une première, d'une deuxième ou d'une troisième infraction ou plus en dix ans</i>)	300 \$ à 400 \$
Amende pour avoir conduit durant une sanction imposée en vertu du <i>Code de la sécurité routière</i>	1 500 \$ à 3 000 \$, plus des frais de saisie du véhicule pour 30 à 90 jours, selon la situation

D'autres frais peuvent s'ajouter : frais de greffe, contribution au régime d'indemnisation des victimes d'actes criminels, etc.

Total pour une première infraction : 1 750 \$ au minimum, en plus des inconvénients non chiffrables et des frais variables suivants :

- Casier judiciaire
- Frais d'avocat
- Augmentation de la prime d'assurance automobile privée

THÈME 6 : RETOUR SUR LES MYTHES ET CROYANCES

6.0 Fiche technique

RETOUR SUR LES MYTHES ET CROYANCES	
But du thème	Durée :15 minutes
<ul style="list-style-type: none">• Donner l'occasion aux participants de faire le point sur les connaissances acquises pendant la séance.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Retour au questionnaire sur les mythes et les croyances intitulé <i>Évaluez vos connaissances</i>.	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Reprendre le questionnaire <i>Évaluez vos connaissances</i> rempli par les participants lors de l'étude du thème intitulé « Mythes et croyances ».• Donner, en groupe, les réponses au questionnaire.• Demander aux participants de comparer leurs réponses avec le corrigé.• Amener les participants à apprécier les connaissances acquises pendant la séance.	
Questions les plus souvent posées	
<ul style="list-style-type: none">• Des participants peuvent poser des questions afin d'obtenir plus de précisions à propos des réponses fournies.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• Inviter les participants à échanger leurs vues sur d'autres croyances que l'on peut entretenir à propos des effets de l'alcool ou de la drogue et de la conduite avec les facultés affaiblies.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Présentation PowerPoint• Cahier de participation• Brochures ou dépliants	

* Voir les diapositives 49 à 51 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

6.1 Retour sur le questionnaire sur les mythes et croyances

Évaluez vos connaissances (corrigé). Les réponses sont en caractères gras.

1. Une personne a moins de risques de voir sa capacité de conduire affaiblie si elle consomme :
 - a) De la bière
 - b) Du vin
 - c) De l'alcool « fort »
 - d) Une boisson de type *cooler* à faible pourcentage d'alcool
 - e) Aucune de ces réponses**
2. Une bonne façon de réduire le taux d'alcool dans le sang consiste à :
 - a) Boire du café
 - b) Prendre un bon repas
 - c) Attendre que le foie fasse son travail**
 - d) Prendre une douche froide
 - e) Danser, faire du sport, transpirer
3. La capacité de conduire peut être affaiblie à partir d'un taux d'alcoolémie de :
 - a) 20 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,02)**
 - b) 50 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,05)
 - c) 80 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,08)
4. Lesquels des effets suivants sont attribuables à la consommation de cannabis?
 - a) Difficulté à se concentrer, à rester attentif à l'environnement routier**
 - b) Temps de réaction plus lent, réflexes ralentis et conduite hésitante**
 - c) Difficulté à maintenir une trajectoire en ligne droite**
 - d) Adoption de comportements à haut risque, comme celui de conduire trop vite
 - e) Risque de ne pas pouvoir faire face à l'imprévu**

Vrai ou Faux?

5. Les policiers ne sont pas en mesure de dépister les conducteurs sous l'effet de la drogue.
 - a) Vrai
 - b) Faux**
6. Je peux déjouer les tests des policiers si je suis gelé.
 - a) Vrai
 - b) Faux**
7. Je suis meilleur conducteur lorsque je fume un joint.
 - a) Vrai
 - b) Faux**
8. Annuellement, combien de décès sont attribuables à l'alcool au volant sur les routes du Québec?
 - a) 50
 - b) 100**
 - c) 400
9. Combien peut coûter une première infraction pour conduite avec les facultés affaiblies?
 - a) Environ 500 \$
 - b) Environ 1 750 \$**
 - c) Environ 3 000 \$

10. Dans quelles circonstances une personne qui conduit peut-elle être reconnue coupable de conduite avec les facultés affaiblies?

- a) Lorsque son taux d'alcoolémie est égal ou supérieur à 80 mg d'alcool par 100 ml de sang (0,08)
- b) Lorsque sa capacité de conduire est affaiblie par l'alcool, la drogue ou les médicaments
- c) Si elle refuse de fournir un échantillon d'haleine à un policier qui le lui ordonne
- d) Toutes ces réponses sont bonnes**

11. Les récidivistes de l'alcool au volant représentent quelle proportion des conducteurs condamnés?

- a) 20 %
- b) 70 %
- c) 15 %**

12. Nommez deux solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies.

1) Conducteur désigné, taxi ou service de raccompagnement

2) Dormir sur place

Passer au thème 7 pour répondre à cette question.

THÈME 7 : SOLUTIONS DE RECHANGE ET RESPONSABILITÉS INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

7.0 Fiche technique

SOLUTIONS DE RECHANGE ET RESPONSABILITÉS INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE	
But du thème	Durée :10 minutes
<ul style="list-style-type: none">• Envisager des solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies bien avant de commencer à consommer.	
Sommaire du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Solutions de rechange pour soi et pour autrui• <i>Besoin d'aide? Quelques ressources et références</i>	
Traitement du contenu	
<ul style="list-style-type: none">• Encourager les personnes à nommer des solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies pouvant être utilisées pour soi et pour autrui.• Alimenter les échanges en proposant des solutions simples pour éviter de conduire avec les facultés affaiblies. Pour ce faire, utiliser le contenu du tableau intitulé <i>Solutions de rechange pour soi et pour autrui</i> comme outils pour l'animation.• Susciter l'ajout de nouvelles solutions de rechange ou de nouvelles ressources présentes dans le milieu.• Présenter le document intitulé : <i>Besoin d'aide? Quelques ressources et références</i>, qui contient la description ainsi que les coordonnées des ressources qui viennent en aide aux personnes aux prises avec des problèmes de consommation d'alcool, de drogues et de médicaments.• Garder en tête le message à transmettre : <i>Lorsqu'on consomme, on ne conduit pas.</i> <p style="text-align: center;"><i>Prévoyez le coup!</i></p>	
Questions les plus souvent posées	
<ul style="list-style-type: none">• Les questions soulevées varieront selon le contenu.	
Particularités relatives à l'animation du thème	
<ul style="list-style-type: none">• Ce thème favorise la prise de parole par les participants. Il convient donc d'amener les personnes à s'exprimer.	
Outils pour l'animation	
<ul style="list-style-type: none">• Présentation PowerPoint• Cahier de participation• Brochures ou dépliants	

* Voir les diapositives 52 à 55 de la présentation PowerPoint du programme Alcofrein.

7.1 Solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies

Tout au long de cette séance, il a été démontré que la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments n'est pas compatible avec la conduite d'un véhicule routier. Rappelons aussi que notre jugement peut être altéré bien avant que nous ayons atteint la limite légale.

On a le droit de prendre de l'alcool ou du cannabis. On a le droit de fêter et d'avoir du plaisir. Mais il est important de se rappeler que si on consomme, on ne prend pas le volant. Comme on l'a vu au cours de cette séance, les risques pour vous et pour les autres sont trop grands.

L'action préventive consiste principalement à prendre conscience des risques inhérents au fait de conduire avec les facultés affaiblies et de développer le réflexe de **planifier ses déplacements bien avant le moment de conduire**.

Comme on le sait, chaque citoyen a le devoir moral d'intervenir auprès des personnes qui ont trop bu afin de les empêcher de prendre le volant. Cependant, lorsque l'on fait face à la résistance d'une autre personne qui croit être en mesure de conduire, la convaincre du contraire est parfois difficile.

Le tableau qui suit propose des réponses aux questions relatives aux solutions de rechange pour soi et pour autrui lorsque la capacité de conduire est affaiblie par l'alcool, la drogue et les médicaments.

Solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies

Solutions de rechange pour soi	Solutions de rechange pour autrui
<ul style="list-style-type: none"> • S'abstenir de consommer de l'alcool, des drogues et des médicaments. • Prendre des boissons non alcoolisées. • Ne jamais consommer lorsqu'on prend des médicaments. • Utiliser les transports en commun. • Prendre un taxi. • Faire appel aux services de raccompagnement comme Opération Nez rouge. • Avoir recours à un conducteur désigné. • Demander à quelqu'un de venir nous chercher. • Ne jamais monter avec un conducteur dont les facultés sont affaiblies (alcool ou drogues). • Dormir sur place • Laisser passer le temps nécessaire pour éliminer l'alcool avant de conduire son véhicule. <u>Le corps élimine lentement l'alcool de l'organisme.</u> 	<p>Quand vous recevez à la maison ou que vous préparez une activité (anniversaire, fête, 5 à 7, party de bureau, autres) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avant de commencer à consommer, inciter les invités à choisir un conducteur désigné et voir à ce que des boissons non alcoolisées soient offertes à cette personne. • Avoir toujours de l'eau à table afin que les invités puissent alterner avec leur consommation d'alcool. • Pendant la soirée, contrôler le service des boissons alcoolisées au lieu de laisser les invités se servir eux-mêmes. • Refuser de servir de l'alcool à toute personne dont les facultés sont affaiblies. • Limiter votre propre consommation pour être en mesure de juger de l'état des invités. • Être vigilant et s'assurer que ceux qui souhaitent boire des boissons non alcoolisées puissent le faire à tout moment sans difficulté.

Solutions de rechange pour soi	Solutions de rechange pour autrui
	<ul style="list-style-type: none"> • Arrêter de servir des boissons alcoolisées au moins une heure avant la fin de la soirée et offrir de l'eau, du café, du thé ou des jus de fruits. • Se rappeler que certains invités ont besoin de plus de temps pour éliminer l'alcool. • Si possible, raccompagner un invité qui a trop bu ou lui offrir l'hospitalité. Ou encore, lui payer le retour à la maison en taxi. <p>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.</p> <p>Dans les endroits publics :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proposer une solution de rechange à la conduite du véhicule : taxi, transport en commun, service de raccompagnement, conducteur désigné. • Conserver les clés du véhicule de la personne dont les facultés sont affaiblies. • Demeurer sur place le temps que la personne élimine l'alcool consommé. Le corps élimine lentement l'alcool de l'organisme. <p>En dernière instance, s'adresser à la Sûreté du Québec en composant *4141, si vous utilisez un téléphone cellulaire, ou le 310-4141 (sans frais) pour tout le Québec. Vous pouvez également composer le 911.</p>

ANNEXE : BESOIN D'AIDE?

Quelques ressources

Vous vous interrogez sur la place que l'alcool, la drogue ou certains médicaments occupent dans votre vie?

Vous craignez de perdre ou d'avoir perdu le contrôle de votre consommation?

Vous voulez éviter que vos habitudes de consommation ne vous amènent à conduire de nouveau alors que vos facultés sont affaiblies?

1. Programme antidémarrreur éthylométrique - participation volontaire

La SAAQ permet maintenant à quiconque souhaite participer au Programme antidémarrreur éthylométrique de faire installer dans son véhicule un appareil éthylométrique agréé par elle. La participation à ce programme est assujettie à des conditions précises. Par exemple, un participant est autorisé à conduire uniquement des véhicules routiers munis d'un antidémarrreur éthylométrique agréé par la SAAQ. De plus, si la personne souhaite se retirer du programme, elle ne pourra le faire que lorsqu'elle aura démontré, au terme d'une évaluation auprès du partenaire, qu'elle peut dissocier la consommation d'alcool et de drogue et de la conduite d'un véhicule routier.

2. Le point de départ d'une demande d'aide

- La ligne téléphonique Drogue (alcool, drogues et médicaments) : aide et référence

C'est un service téléphonique confidentiel et offert 24 heures par jour 7 jours sur 7. Il vous permet de connaître les ressources disponibles dans votre région et d'obtenir des renseignements appropriés pour avoir de l'aide.

Montréal et environs : 514 527-2626

Partout au Québec : 1 800 265-2626

3. Les ressources spécialisées en dépendances

- Les centres hospitaliers spécialisés

Pour intoxications aiguës et désintoxication

- Les CISSS, CIUSSS et CRSSS exploitant une mission de centre de réadaptation.

Accueil, évaluation, orientation, désintoxication, psychothérapie, intégration sociale, services destinés à l'entourage, services à la communauté. Tous ces services sont gratuits.

Pour obtenir les coordonnées des établissements qui desservent votre région :

- msss.gouv.qc.ca/repertoires/dependances/organismes_certifier.php

Les groupes d'entraide

- Alcooliques Anonymes du Québec : aa-quebec.org/aaqc_wp
- Cocaïnomanes Anonymes : cocainomanes-anonymes.org ou composez sans frais le 1 877 806-0581
- Narcotiques Anonymes : naquebec.org ou composez sans frais le 1 855 544-6362

RÉFÉRENCES UTILES

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

Pour toute question à propos :

- de votre dossier de conduite;
- des mesures exigées pour réobtenir votre permis de conduire;
- de la demande d'évaluation (sommaire, complète ou autre) de la part de la SAAQ;
- du Programme antidémarrreur éthylométrique.

Pour toute autre information, communiquez avec le Service de l'information à la clientèle de la SAAQ :

Composez :

À Québec : 418 643-7620

À Montréal : 514 873-7620

Personnes malentendantes : 514 954-7763

Ailleurs au Québec : 1 800 361-7620

Personnes malentendantes : 1 800 565-7763

Site Web : saaq.gouv.qc.ca

AUTRES RÉFÉRENCES

Commission nationale des libérations conditionnelles

Demande de réhabilitation (pardon)

Tél. : 1 800 874-2652

Site Web : www.canada.ca/fr/commission-liberations-conditionnelles

Gendarmerie royale du Canada

Pour obtenir une attestation de son casier judiciaire

Tél. : 1 800 771-5401 (Quartier général – Montréal)

Site Web : www.rcmp.qc.ca

Bureau d'assurance du Canada

Tél. : 1 877 288-4321

Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes

Tél. : 1 888 295-8112

