

## REMERCIEMENTS

Jeff R. Maston est l'auteur du manuel initial, qui a été publié pour la première fois en 1986. Sgt. Tammy Ward (GRC) s'est occupée de la révision et de la mise à jour du manuel, en 2007.

« Tes rêves sont importants –  
dis non à l'alcool au volant. »



## INTRODUCTION

Chers adolescents et adolescentes,

*Adolescents contre l'ivresse au volant Nouveau-Brunswick* (TADD) est un regroupement de jeunes comme vous qui désirez rendre les routes plus sûres en réduisant le nombre de conducteurs en état d'ébriété. N'oubliez pas que la victime n'est pas toujours la personne en état d'ébriété; il arrive souvent que l'autre conducteur, un piéton ou un passager soit blessé ou meure dans la collision. En prenant position contre la conduite en état d'ébriété, en conscientisant le public à l'ampleur du problème et en éduquant vos pairs, vous pourriez épargner une vie – peut-être celle de votre meilleur ami, peut-être la vôtre. Vous pouvez faire une différence.

Ce n'est pas une tâche facile que de changer les attitudes de vos pairs lorsqu'il est question de s'abstenir de conduire en état d'ébriété, mais c'est certainement une tâche très louable. Vous pouvez prêcher par l'exemple et sensibiliser les gens, par l'entremise de TADD, à l'importance de dire non à l'alcool au volant. Si vous comptez prendre de l'alcool, il vous suffit de choisir d'avance l'une des nombreuses options qui s'offrent à vous afin que vous puissiez rentrer chez vous en toute sécurité.

Ce changement de comportement bien nécessaire passe par notre engagement et notre participation. Je vous remercie tous et toutes de vos efforts et de votre dévouement à cette cause.

Sgt. Tammy Ward, GRC

Présidente du conseil - Adolescents contre l'ivresse au volant N.-B. (TADD)

# TABLE DES MATIÈRES

Introduction

Alcool au volant – Que peuvent faire les adolescents?

Origines de TADD

Le programme TADD

Adhésion à TADD

Conseils pour l'organisation de réunions du groupe TADD

Ébauche du programme

Objectifs éducationnels

Objectifs liés aux attitudes

Objectifs liés au comportement

Comment planifier son programme TADD

Promotion de TADD

Le contrat TADD

Test des connaissances liées à l'alcool

Groupes TADD actifs en milieu scolaire

## L'alcool au volant - Que peuvent faire les jeunes?

Il a souvent été dit que la conduite avec facultés affaiblies était monnaie courante en Amérique du Nord. Les statistiques sur la prévalence de ce phénomène viennent appuyer cette affirmation. Selon les données de coroners recueillies par la Fondation de recherches sur les blessures de la route au Canada en 2004, l'alcool était un facteur contributif dans 30 % des collisions mortels au pays. L'alcool a aussi été cité comme un facteur contributif dans environ 17 % des collisions ayant causé des blessures graves.

**FAIT** : La principale cause de décès attribuable à un acte criminel au Canada reste la conduite avec facultés affaiblies.

Autre fait inquiétant : lorsqu'une personne de 16 à 19 ans prend le volant après avoir bu, le risque qu'elle soit impliquée dans une collision mortelle augmente davantage que pour tout autre groupe. Le risque augmente lorsque le taux d'alcoolémie est de 0,08 %, et il y a 250 fois plus de risques que la personne soit impliquée dans une collision mortelle lorsque ce taux grimpe à 0,15 %.

Le problème de la conduite en état d'ébriété concerne non seulement le conducteur en état d'ébriété, mais aussi ses passagers, sa famille, ses amis, d'autres conducteurs – bref, tout le monde. L'éradication du phénomène de la conduite avec facultés affaiblies intéresse toute la collectivité. En tant qu'adolescents membres de la collectivité, vous devez faire votre part pour endiguer cette épidémie. Voici comment vous pouvez aider :

- ◆ Ne prenez pas le volant après avoir bu, ni ne laissez une autre personne le faire.
- ◆ Ne vous laissez pas conduire par une personne qui a bu.
- ◆ Bouclez toujours votre ceinture!
- ◆ Observez la limite de vitesse.
- ◆ Connaissez vos limites et soyez conscient(e) des conditions météorologiques.
- ◆ N'OUBLIEZ PAS – vous, le conducteur, la conductrice, êtes responsable de votre sécurité et de celle de vos passagers.
- ◆ ◆ Adhérez au groupe TADD de votre localité.

TADD signifie TEENS AGAINST DRINKING and DRIVING (*Adolescents contre l'ivresse au volant*). Le groupe s'est fixé les trois objectifs suivants :

- ☆ contribuer à l'éradication du phénomène de la conduite avec facultés affaiblies sur nos routes;
- ☆ accroître la sensibilisation des étudiants du secondaire et des membres de la collectivité aux dangers liés à la conduite avec facultés affaiblies;
- ☆ promouvoir la sensibilisation à l'alcool au volant au moyen notamment de programmes d'éducation par les pairs.

## Origines de TADD

Au cours d'une période de six mois durant l'été et l'automne de 1985, trois adolescents de la région de Fredericton sont décédés inutilement dans des collisions d'auto où l'alcool jouait un rôle. Le problème de la consommation abusive d'alcool et de drogues ne se limite pas seulement au Nouveau-Brunswick ou aux adolescents en général. Toutefois, la conduite avec facultés affaiblies est l'une des principales causes de mortalité chez les jeunes de 16 à 24 ans. Bouleversés par le décès de leurs amis et camarades de classe et par la dure réalité des statistiques sur le phénomène, un groupe d'étudiants de la Fredericton High School ont décidé de prendre position contre l'alcool au volant.

Après s'être informés auprès de la Commission de l'alcoolisme et de la pharmacodépendance du Nouveau-Brunswick, les étudiants ont commencé à organiser des rencontres après l'école, au cours desquelles ils discutaient du problème de l'alcool au volant. Vu le décès tragique récent de leurs amis, ils ont décidé que le moment était bien choisi pour présenter leur programme dans toute l'école.

Les étudiants ont d'abord demandé l'aide d'un conseiller pédagogique, lorsqu'ils se sont rendus compte du temps et de l'engagement requis pour assumer un tel rôle. Ils se sont estimés très chanceux de pouvoir compter sur la collaboration de M<sup>me</sup> P. MacKenzie à ce titre. Ils ont alors tenu une réunion générale au cours de laquelle ils ont présenté leur programme aux quelque 70 étudiants présents. Ensuite, ils ont élu un comité exécutif composé de deux co-présidents, d'un vice-président, d'un trésorier, d'une secrétaire et d'un directeur de la publicité.

Les étudiants ont décidé d'adopter l'acronyme TADD pour leur groupe, fondé au Canada selon des lois canadiennes. Afin de poursuivre sur sa lancée, le groupe TADD a décidé d'organiser la cérémonie de remise des diplômes en juin. En février, le groupe a fait imprimer des cartes pour le dîner de remise des diplômes. Dans chaque carte se trouvait une pièce de vingt-cinq cents pour faire un appel téléphonique. La carte portait l'inscription suivante :

*De la promotion de 1986*  
*Une pièce de vingt-cinq sous, qui montre que nous tenons à vous*  
*Utilisez-la si vous en avez besoin, mais n'en abusez pas*  
*Un ami ne laisse pas un ami conduire quand il a trop bu*

Le groupe TADD a apporté son soutien au programme « Finissants sans accident », qui met en valeur l'organisation de fêtes sans alcool ni drogues à l'occasion de la remise des diplômes.

Après le lancement réussi de leur programme à la Fredericton High School, des représentants de TADD se sont déplacés dans la province afin d'encourager d'autres étudiants à se joindre à eux pour lutter contre la conduite en état d'ébriété. Grâce à ses efforts et à sa participation à des activités connexes, TADD espère réaliser son but ultime

— aucun décès d'adolescent attribuable à l'alcool sur nos routes. Le groupe adresse le message suivant à chaque adolescent : « Tes rêves sont importants, dis non à l'alcool au volant! »

## **LE PROGRAMME TADD**

L'acte qui consiste à conduire en état d'ébriété peut se diviser en trois composantes : la prédisposition à agir ou l'« attitude », l'acte même et les conséquences de l'acte. Le programme TADD mise sur l'hypothèse selon laquelle un adolescent qui est sensibilisé aux trois composantes susmentionnées sera mieux outillé pour faire face à des situations impliquant l'alcool au volant ou à éviter ce genre de situations. Ainsi, ils pourront peut-être réduire leur risque d'être pris dans une telle situation.

Le programme TADD offre une trousse éducative, brève mais exhaustive, qui fournit aux adolescents :

- une occasion d'examiner leurs sentiments et attitudes à l'égard de l'alcool au volant, d'échanger sur le sujet et de discuter de leurs préoccupations avec d'autres;
- des renseignements sur l'alcool et ses effets, tant physiques que psychologiques;
- des renseignements sur les conséquences potentiellement néfastes et graves de l'alcool au volant, y compris sur les plans juridique et social;
- des renseignements sur la façon dont l'alcool affecte la capacité de conduire;
- des solutions de rechange à la conduite en état d'ébriété, y compris une multitude de connaissances de base pour les aider à composer avec des situations impliquant l'alcool au volant ou à éviter ces situations.

L'ébauche du programme TADD figure dans le tableau ci-après. Chaque groupe TADD est encouragé à concevoir son propre programme à l'aide de cette ébauche. De cette manière, il peut adapter le programme à ses besoins actuels. Comme les besoins peuvent changer d'une année à l'autre, le groupe TADD pourra trouver utile de mettre l'accent sur certains aspects plutôt que sur d'autres.

Le programme qui sera conçu devra fournir de l'information contribuant à satisfaire chacune des trois catégories d'objectifs, soit les objectifs éducationnels, les objectifs liés aux attitudes et les objectifs liés au comportement.

## **ADHÉSION À TADD**

Il y a deux façons d'adhérer au groupe TADD. S'il existe déjà une section locale de TADD à votre école, n'hésitez pas à communiquer avec un membre du groupe ou avec le conseiller pédagogique pour obtenir de l'information. TADD est ouvert à tous les étudiants de votre école et il est toujours à la recherche de nouveaux membres.

S'il n'y a pas de groupe TADD à votre école, vous voudrez peut-être en créer un. Pour ce

faire, il suffit de suivre les étapes énoncées ci-après :

1. Réunissez-vous avec des étudiants que la chose intéresse et discutez de TADD et de la possibilité de mettre un tel groupe sur pied dans votre école. Amenez certains étudiants à s'engager à lancer un tel groupe.

2. Informez le directeur ou la directrice de votre école de vos intentions. Vérifiez si quelqu'un parmi les administrateurs de l'école ou le personnel enseignant est intéressé à devenir votre conseiller pédagogique.

3. Communiquez avec la directrice exécutive de TADD, Tania LeBlanc, par téléphone, au numéro (506) 851-9884, ou par courriel, à l'adresse [contact@taddnb.ca](mailto:contact@taddnb.ca).

4. Répartissez les rôles au sein de votre groupe — président, vice-président, secrétaire, trésorier, agent des relations publiques. Vous trouverez peut-être que d'autres postes faciliteront le fonctionnement de votre groupe, suivant le nombre de vos membres. Rappelez-vous que ces personnes constituent votre bureau de direction et qu'il leur incombe de planifier les réunions et les activités du groupe. Il faut qu'elles soient bien organisées pour que le groupe fonctionne efficacement. Il est aussi conseillé que le bureau de direction se réunisse avant les réunions du groupe afin de planifier l'ordre du jour et d'autres détails. Ainsi, vos réunions seront brèves et pertinentes.

5. Organisez une journée TADD pour lancer votre nouveau groupe. Réunissez toute l'école, qui écouterait des conférenciers invités, des présentations audiovisuelles, etc. Invitez également les médias et les parents. Veillez à ce qu'il y ait sur place suffisamment de documentation sur TADD et ses objectifs et faites circuler une feuille d'inscription. N'oubliez pas, TADD s'adresse à tous les étudiants de votre école et il recherche activement de nouveaux membres.

6. La première réunion devrait être informelle. Elle doit aussi servir d'activité brise-glace et de séance de remue-méninges. Faites en sorte que les gens portent un insigne d'identité et donnez-leur le temps de se rencontrer. Remerciez les gens de s'être déplacés et expliquez-leur que l'objectif du groupe est de sensibiliser encore davantage les étudiants aux dangers de la conduite en état d'ébriété.

**Les gens aiment bien qu'on les sollicite. La meilleure publicité se fait de bouche à oreille. Parlez-en!!**

7. Organisez des rencontres TADD pour mener les affaires et les activités du groupe. Demandez l'opinion des membres du groupe. Certains membres peuvent connaître des personnes susceptibles d'aider le groupe, par exemple des médecins, des avocats, des agents de police ou des techniciens ambulanciers. Ces personnes font d'excellents conférenciers. Utilisez toutes les ressources à votre disposition pour faire avancer la cause.

À l'instar du conseil étudiant, le groupe TADD sera composé de diverses personnes ayant

des besoins particuliers. Ce ne sont pas tous les gens qui tiennent à faire partie du bureau de direction et tous ne souhaitent pas nécessairement participer à toutes les activités. Il y aura probablement des membres qui préféreront simplement assister aux réunions sans jamais rien dire ou presque. Ne vous inquiétez pas à ce sujet, ni du faible nombre d'adolescents qui assistent aux réunions. L'important, c'est d'offrir à tous de participer. Certaines personnes aiment qu'on leur confie des tâches. Quand vous planifiez une activité, ayez soin de répartir les responsabilités. Le président ou le bureau de direction ne peut pas tout faire seul. Faites participer tous les membres du groupe, dans la mesure du possible, et cherchez à obtenir leur rétroaction et leur avis.

S'il manque des personnes pour vous aider, n'hésitez pas à demander à des non-membres de mettre la main à la pâte. Certaines personnes adhéreront au groupe après la tenue de l'activité. Sinon, ils auront au moins entendu le message de TADD. Ce message s'imprimera peut-être dans leur esprit, et ils le transmettront à leurs amis. La tâche d'éradiquer le problème de la conduite en état d'ébriété ne revient pas seulement à la police ou au groupe TADD — c'est l'affaire de tout le monde.

## **CONSEILS POUR L'ORGANISATION DE RÉUNIONS DU GROUPE TADD**

Le point de ralliement de toute section locale de TADD est la réunion de groupe. Une réunion courte et bien structurée est souvent synonyme de réunion réussie. Comme votre groupe se réunira généralement après l'école ou le midi, vous n'aurez pas de temps à perdre. Lorsqu'un dirigeant du groupe manque une réunion du comité de direction, veillez à l'informer des décisions prises avant le reste des membres. Essayez également de bien renseigner vos membres. Il importe que tous sachent qu'ils ont un rôle important à jouer au sein du groupe. Voici quelques conseils qui vous aideront à organiser des réunions fructueuses.

- ⇒ Commencez et terminez toujours vos réunions à l'heure dite. N'attendez pas les retardataires. Le fait de toujours commencer à temps incitera les membres à être ponctuels. Mettez toujours fin à la réunion à l'heure convenue. N'éternisez pas la réunion. Établissez d'avance l'ordre du jour de la réunion. Il est essentiel d'avoir un programme.
- ⇒ Menez convenablement la réunion, dans le bon ordre et la discipline. Inscrivez toutes les idées proposées.
- ⇒ Tâchez d'inclure tout le monde. Faites en sorte que chaque membre de TADD se sente important. Exprimez vos idées, même si elles vous semblent un peu bizarres.
- ⇒ Créez une atmosphère de travail amicale. Ne critiquez pas, ni ne dénigrez les idées des autres.
- ⇒ Essayez de répartir le travail et les responsabilités entre les membres. Le mot-clé : Délégués.



⇒ Tenez une réunion publique tous les mois environ et annoncez que TADD cherche activement de nouveaux membres. Tous sont les bienvenus et peuvent adhérer au groupe en tout temps.

⇒ Organisez des activités mixtes avec d'autres groupes scolaires ou sections locales de TADD. Veillez à bien renseigner vos membres et à maintenir leur intérêt.

⇒ Tenez vos réunions dans des locaux appropriés — assurez-vous que la pièce est bien éclairée, bien aérée et bien chauffée, qu'elle est assez grande et qu'il y a suffisamment de chaises.

⇒ Si vos réunions sont brèves et pertinentes, vous y attirerez probablement plus d'adolescents. Il est peut-être préférable de tenir des réunions plus fréquentes pour discuter d'affaires en cours, au lieu d'en tenir seulement aux quatre ou six semaines et de se retrouver avec un ordre du jour excessivement long. Il vous sera ainsi plus facile de bien renseigner vos membres et de maintenir leur intérêt.

## **ÉBAUCHE DU PROGRAMME**

L'ébauche suivante vous aidera à concevoir votre programme, qui comporte quatre volets. Chaque volet peut renfermer une séance ou plus.

**A. L'ATTITUDE** - les attitudes au sujet de la consommation/de l'usage abusif d'alcool et de drogues

1. Le rôle des drogues et de l'alcool dans la société
2. Motifs/raisons justifiant la consommation d'alcool
3. Faits relatifs à l'alcool :

**B. L'ACTE** - conduite en état d'ébriété

1. La consommation d'alcool - les effets de l'alcool sur l'organisme
2. La conduite en état d'ébriété - les effets de l'alcool sur la capacité de conduire
  - a. effets de l'alcool sur les conducteurs adolescents
  - b. définition de facultés affaiblies sur le plan juridique/médical
  - c. effets sur la coordination
  - d. permis de conduire progressifs

**C. LES CONSÉQUENCES** - Conséquences socio-juridiques de la conduite avec facultés affaiblies

1. Sur le plan social
  - a. collisions/décès
  - b. la consommation abusive d'alcool a des répercussions sur tout le monde
  - c. coûts - installations, programmes gouvernementaux
2. Sur le plan juridique
  - a. infractions à la loi
  - b. hausse des taux d'assurance et incapacité de se faire assurer

**D. LES SOLUTIONS DE RECHANGE** - Conduite avec facultés affaiblies - mesures de prévention et solutions de rechange

1. Sur le plan communautaire
  - a. groupes d'action sociale
  - b. groupes d'entraide
2. Choix personnels et compétences sociales
  - a. prise de décisions et alcool
  - b. stress et faculté d'adaptation

## **1. OBJECTIFS ÉDUCATIONNELS**

Les adolescents qui participent au programme seront mieux renseignés sur :

- a) les effets de l'alcool sur le plan physiologique (organisme) et psychologique (esprit);
- b) les effets de l'alcool sur la capacité de conduire;
- c) les effets de l'alcool sur la personne, la façon dont ils se manifestent différemment d'une personne à l'autre;
- d) le taux d'alcoolémie et la façon de le déterminer;
- e) les effets combinés de l'alcool et de la drogue;
- f) la teneur en alcool de diverses boissons courantes;
- g) les faits qui réfutent divers mythes au sujet de l'alcool;
- h) la définition de facultés affaiblies sur le plan juridique/médical;
- i) les conséquences potentiellement dangereuses de la conduite avec facultés affaiblies;
- j) les techniques pour faire face à la pression des pairs;
- k) le rôle de l'alcool dans les collisions mortels;
- l) le rôle de l'alcool et de la drogue dans notre société;
- m) les habitudes de consommation acceptables et inacceptables;
- n) les raisons qui expliquent la consommation d'alcool et de drogues chez les jeunes;
- o) les mesures à prendre pour éviter de conduire avec des facultés affaiblies et la justification de ces mesures.

## **2. OBJECTIFS LIÉS AUX ATTITUDES**

Les adolescents devraient adopter les attitudes suivantes :

- a) S'abstenir de conduire après avoir consommé de l'alcool est le moyen le plus sûr et le plus simple de demeurer en vie.
- b) L'alcool au volant est l'affaire de tout le monde.
- c) Les gens ont le droit de ne pas consommer d'alcool et ce droit devrait être respecté.

## **3. OBJECTIFS LIÉS AU COMPORTEMENT**

Les adolescents s'engagent à :

- a) ne pas conduire en état d'ébriété;
- b) ne pas se faire conduire par une personne qui a consommé de l'alcool, même un parent;
- c) tenter de dissuader les autres de conduire en état d'ébriété;
- d) tenter de dissuader les autres de se faire conduire par une personne qui a consommé de l'alcool.

Le programme TADD doit servir à éduquer les membres du groupe et les étudiants en général. Une fois qu'ils ont suivi le programme, les membres de TADD voudront peut-être établir le programme dans d'autres écoles, intermédiaires et secondaires, dans le but de sensibiliser d'autres adolescents et d'obtenir leur aide afin d'atteindre les objectifs du

groupe.

Le programme vise à couvrir une multitude de sujets sur une courte période. Afin d'obtenir plus d'information sur un sujet particulier, le groupe TADD pourra s'assurer le concours de professionnels de la collectivité. Le fait que des médecins, des avocats, des conseillers en chimiodépendance ou des agents de police viennent s'adresser à votre groupe permet d'accroître et d'approfondir vos connaissances.

## **COMMENT PLANIFIER SON PROGRAMME TADD**

**1.** Constituez un comité chargé de la conception du programme. Il vous incombe de concevoir et d'établir un programme TADD crédible et utile pour votre école. Vous vous souvenez du vieux dicton selon lequel celui qui néglige de planifier est promis à l'échec. La planification de votre programme est tout aussi importante que sa présentation.

**2.** Passez les objectifs soigneusement en revue. Discutez de l'importance de chacun et cherchez à découvrir des moyens de répondre aux objectifs. Quelles ressources sont les plus susceptibles de satisfaire aux exigences de tel objectif? Ces ressources sont-elles accessibles? Par exemple, vous voudrez peut-être aussi recourir aux ressources qu'offre une université s'il s'en trouve une près de votre école.

L'un des aspects les plus importants du programme TADD est son volet « discussion ». Invitez les membres du groupe à poser des questions et à discuter du matériel. Une excellente façon de faire participer les adolescents consiste à les répartir en petits groupes de discussion ou à tenir une période de questions après la présentation d'une séance. Encouragez-les à analyser leurs propres sentiments et à en discuter avec les autres. Vous voudrez peut-être organiser une sortie éducative pendant l'une de vos séances.

**3.** Il pourrait être utile de faire des fiches lorsque vous examinez chacun des objectifs. Divisez chaque fiche en quatre colonnes ou inscrivez les quatre rubriques suivantes sur le côté de la fiche:

**OBJECTIF :** Par exemple, le rôle de l'alcool dans les collisions mortels.

**CONSÉQUENCES :** Inscrivez tout ce qui vous vient à l'esprit.

**DESCRIPTION :** Le pourcentage de collisions où l'alcool est en cause; les risques de pertes de vie lorsque le conducteur est en état d'ébriété par opposition à lorsqu'il ne l'est pas.

**RESSOURCES POSSIBLES :** Ministère des Transports, Conseil de sécurité du Nouveau-Brunswick, service de police local, GRC, DVD sur la conduite avec facultés affaiblies.

**4.** Répartissez les fiches en blocs appropriés. Si vous décidez de faire plus d'une séance avec un bloc, répartissez les fiches en séances. Lorsque cela sera fait, il serait peut-être utile de préparer une feuille de papier un peu comme vous l'avez fait avec les fiches, en y inscrivant les rubriques suivantes portant sur la séance en particulier, par exemple.

5. Communiquez avec les personnes-ressources pour obtenir le matériel et les DVD. Dites-leur exactement ce dont vous avez besoin. Ayez soin de confirmer par la suite les dispositions prises.
6. Donnez la séance. N'oubliez pas de prévoir suffisamment de temps pour la discussion et les questions à la fin de la séance.
7. Une fois le programme terminé, demandez aux adolescents présents de l'évaluer. Le programme fournit-il assez d'information? Trop d'information? Qu'est-ce qui pourrait être ajouté, supprimé ou modifié? Pourquoi? Des questions comme celles-la vous aideront à mieux évaluer vos besoins et à concevoir un meilleur programme.

## **PROMOTION DE TADD**

Il faudra jouir d'une grande visibilité pour diffuser le message et les objectifs de TADD. Voici quelques idées qui vous aideront à lancer avec succès un groupe TADD :

1. Choisissez un président ou une présidente honoraire pour le groupe. Le maire de votre localité, un conseiller municipal, un député ou un leader communautaire engagé et respecté sont tous de bons choix.

Il importe que TADD ait une voix forte dans votre collectivité. \*Offrez à cette personne un certificat la désignant comme président ou présidente d'honneur du groupe. Invitez les médias pour l'occasion.

2. Annoncez les activités du groupe à l'école. Affichez des avis sur les babillards, créez des affiches, faites des annonces au moyen du système de sonorisation, diffusez de l'information par l'entremise du bureau du conseiller en orientation et du journal de l'école. Invitez d'autres étudiants et d'autres écoles à se joindre à vous.
3. Dans votre collectivité, vous pouvez diffuser votre message au moyen d'annonces dans les journaux et à la radio locale, d'affiches, de la campagne des cartes de Noël et du bouche à oreille. Encouragez les membres à discuter de TADD et de ses activités avec d'autres personnes.
4. Menez des programmes de sensibilisation dans votre école. Invitez des conférenciers. Vous pouvez même adopter l'approche de l'« éducation par les pairs », c'est-à-dire par des contacts avec des étudiants d'autres écoles secondaires ou même d'écoles intermédiaires (neuvième année). Vous pourriez utiliser une version abrégée du programme TADD dans ces écoles.
5. Lancez un bulletin TADD dans votre école ou votre région.
6. Tenez un album de coupures sur le TADD. La meilleure façon de s'y prendre consiste

à inviter les médias à toutes les activités. De cette manière, vous obtenez des coupures de presse.

7. Au nombre d'autres activités à retenir, mentionnons les kiosques d'information dans les centres commerciaux et à l'école, l'organisation d'activités scolaires comme le banquet ou le bal des finissants, et le programme « Finissants sans accident ». Vous voudrez peut-être faire installer un panneau routier pour souhaiter la bienvenue aux automobilistes dans votre ville, les invitant à bannir l'alcool au volant. Vous pourriez même planifier un procès fictif.

8. Des coûts seront rattachés à certaines de vos activités de promotion. Par exemple, si vous désirez faire la distribution de t-shirts ou de macarons portant le logo TADD, vous aurez des frais d'imprimerie et de production à payer. Il arrive parfois que des entreprises vous offrent gratuitement leurs services, mais vous devrez la plupart du temps recueillir l'argent vous-même. Voici des exemples d'activités de levée de fonds : lave-autos, cantines et service d'emballage de cadeaux. Faites preuve de créativité. N'oubliez pas de consulter les membres du groupe au sujet de méthodes de cueillette de fonds. Parfois, les groupes perdent de vue leurs objectifs initiaux. Les activités du groupe deviennent une fin en soi plutôt qu'un moyen de parvenir à une fin. Essayez de garder à l'esprit les trois objectifs de TADD quelle que soit l'activité que votre groupe organise :

- ◆ aider à éliminer des routes les conducteurs en état d'ébriété;
- ◆ sensibiliser davantage les étudiants du secondaire aux dangers de l'alcool au volant;
- ◆ sensibiliser aux dangers de l'alcool par l'éducation et les programmes d'éducation par les pairs.

## **LE CONTRAT TADD**

Le contrat TADD pourra s'avérer utile pour amorcer la discussion. Il a pour but de favoriser le dialogue entre le parent et l'adolescent et d'empêcher les deux parties de risquer inutilement leur vie. Le contrat ne vise pas à fermer les yeux sur le problème de la consommation d'alcool chez les mineurs ni à encourager l'adolescent à agir à sa guise. Veuillez lire attentivement le contrat. Même si vous n'avez pas l'intention de l'utiliser, le contrat pourra servir à sensibiliser et à favoriser la compréhension entre parent et adolescent, ne serait-ce que pour discuter du concept.

Le problème de l'alcool au volant touche aussi bien les adolescents que les adultes. Le présent contrat a pour but de protéger l'adolescent, de l'empêcher de conduire en état d'ébriété. La deuxième partie du contrat vise à faire de même pour l'adulte.



## ADOLESCENTS CONTRE L'IVRESSE AU VOLANT CONTRAT

### ENTENTE À VIE ENTRE LE PARENT ET L'ADOLESCENT

Je, \_\_\_\_\_, TON (TA) \_\_\_\_\_,  
(Lien, fils/fille)

accepte par la présente de t'appeler pour te demander conseil ou pour obtenir un moyen de transport, à toute heure et quel que soit l'endroit, si jamais je soupçonne que les facultés de la personne responsable de me reconduire sont affaiblies.

Je, \_\_\_\_\_, TON (TA) \_\_\_\_\_,  
(Lien, père/mère)

accepte par la présente de répondre à ton appel et de veiller à ce que tu sois ramené(e) à la maison en toute sécurité, à toute heure, sans poser de questions. Je m'attends toutefois à ce que nous discutons de la question plus tard. Je m'engage également à trouver un moyen de transport sûr si jamais je soupçonne que les facultés de la personne chargée de me reconduire sont affaiblies.

SIGNATURES \_\_\_\_\_  
(ADOLESCENT)

\_\_\_\_\_  
(PARENT)

## TEST DES CONNAISSANCES LIÉES À L'ALCOOL

1. Vrai ou faux L'alcool a un effet stimulant sur l'organisme.
2. Vrai ou faux L'alcool accroît les capacités mentales et physiques.
3. Vrai ou faux Une quantité donnée d'alcool affecte une même personne différemment, à des moments différents.
4. Vrai ou faux Il existe des façons rapides de se dégriser.
5. Vrai ou faux Un estomac plein ralentit l'absorption de l'alcool dans le sang.
6. Vrai ou faux Le niveau d'alcool dans le sang peut continuer à augmenter même après qu'une personne a cessé de consommer.
7. Vrai ou faux Le fait de combiner alcool et médicaments sur ordonnance peut multiplier par deux les effets sur l'organisme.
8. Vrai ou faux Un buveur expérimenté a appris à paraître sobre lorsqu'il exécute des tâches comme conduire un véhicule.
9. Vrai ou faux La limite légale pour les conducteurs est un taux d'alcoolémie de 0,01 %.
10. Vrai ou faux Les buveurs compulsifs ne peuvent pas s'empêcher de boire même lorsqu'ils ne veulent sincèrement pas boire.
11. Vrai ou faux La façon dont une personne perçoit sa performance peut être altérée par l'alcool.



## RÉPONSES AU TEST DES CONNAISSANCES

1. **FAUX.** L'alcool est un neurodéresseur. La sensation de stimulation que connaît le buveur est causée initialement par une perte d'inhibitions qui se manifeste lorsque les principaux centres de l'apprentissage du cerveau sont touchés. Comme c'est le cas pour tout neurodéresseur, l'effet déresseur sur le cerveau et le système nerveux central augmente en fonction de la dose. La prise de boisson massive atteint des niveaux dangereux lorsque la personne peut difficilement évaluer les effets de sa consommation d'alcool. À la longue, si la consommation abusive se poursuit, l'effet déresseur provoquera le sommeil. Dans certains cas, l'alcool ralentit le système nerveux central à un point tel que les fonctions vitales comme la respiration et le rythme cardiaque sont mis en péril, ce qui entraîne le coma et la mort.
2. **FAUX.** L'effet déresseur de l'alcool ralentit les fonctions mentales et physiques du cerveau et le système nerveux central. Par conséquent, la capacité d'une personne à exécuter des tâches complexes, comme conduire un véhicule, se détériore à mesure qu'augmente sa consommation d'alcool.
3. **VRAI.** Les réactions à l'alcool varient considérablement. La réaction d'une personne en particulier dépend de nombreux facteurs complexes, tant physiques (quantité d'alcool consommée pendant une période donnée, estomac vide ou plein, le genre de boisson, le poids de la personne et son métabolisme) que psychologiques (humeur, tolérance, expérience, fatigue).
4. **FAUX.** L'organisme assimile l'alcool à un rythme constant et rien ne peut accélérer le processus. Le foie d'une personne normale assimile environ un verre par heure. La seule chose qui peut dégriser une personne, c'est le temps.
5. **VRAI.** Contrairement à la nourriture, l'alcool est absorbé rapidement dans le sang sans passer par les étapes normales de la digestion. Une petite quantité d'alcool passera directement de l'estomac dans le sang, tandis qu'une plus grande quantité d'alcool sera absorbée au niveau de l'intestin grêle. Un estomac plein retarde le passage de l'alcool dans l'intestin grêle et la nourriture dilue également la concentration d'alcool, ce qui réduit le taux d'absorption. Cependant, lorsqu'une personne consomme une quantité assez importante d'alcool, elle peut quand même devenir intoxiquée, car l'alcool passera dans son système sanguin par l'estomac ou sera transporté dans l'intestin grêle en même temps que la nourriture digérée.
6. **VRAI.** Il faut de 20 à 40 minutes pour que l'alcool contenu dans une boisson soit absorbé par le système sanguin. Comme l'organisme assimile l'alcool à un rythme fixe, le niveau ou la concentration d'alcool dans le sang peut continuer à monter même après que la personne cesse de boire.
7. **VRAI.** Lorsque l'on mélange alcool et médicaments sur ordonnance, il peut se produire des interactions et des effets indésirables et dangereux. Les effets varient d'une personne à l'autre, compte tenu de la quantité d'alcool prise, du genre de médicament et

des antécédents de la personne. L'effet combiné peut être deux fois plus grand que l'un ou l'autre pris séparément.

8. **VRAI.** Le buveur d'expérience apprend à reconnaître, dans une certaine mesure, ce à quoi il doit s'attendre. Il apprend à compenser les effets de l'alcool. Toutefois, lorsque le taux d'alcool dans le sang atteint 50 mg, certaines capacités sont affaiblies. Il devient plus difficile de prendre des décisions importantes. Un conducteur peut parcourir des milliers de kilomètres sans aucun incident. Mais, s'il devrait soudainement faire face à une situation critique, il serait beaucoup plus susceptible d'avoir de sérieux problèmes.

9. **FAUX.** Au Nouveau-Brunswick, la limite légale est de 80 mg ou de 0,08 % d'alcool dans le sang. Toutefois, lorsque votre taux d'alcoolémie se situe entre 0,05 et 0,08 %, votre permis de conduire peut être automatiquement suspendu par un agent de police pendant 7 jours. Vous pouvez être accusé de conduite avec facultés affaiblies même si votre taux d'alcoolémie est inférieur à 0,08 % si l'agent de police juge que vous êtes incapable de conduire votre véhicule sans danger. Dans le cas des permis progressifs, on adopte la politique de tolérance 0.

10. **VRAI.** Certaines personnes limitent leur consommation d'alcool aux heures des repas ou à des occasions spéciales. D'autres consomment occasionnellement, mais se limitent à un ou deux verres par soir. Cependant, certaines personnes refusent ou sont incapables de limiter leur consommation d'alcool une fois qu'ils ont pris un premier verre. Ces personnes sont réputées avoir un problème d'alcool.

11. **VRAI.** L'alcool affecte les fonctions cérébrales. Les principaux centres de l'apprentissage sont les premiers affectés. Ils contrôlent le jugement de même que la capacité de prendre des décisions et de prévoir certaines actions. En conséquence, la personne éprouve de la difficulté à évaluer sa performance lorsqu'elle boit. Elle peut se croire suffisamment sobre pour conduire un véhicule tout en étant bien incapable de le faire en toute sécurité.

Tiré de l'*Alcohol and Drug Education Program for Teens (ADEPT)*, élaboré par J.A. DeCoursey, Commission de l'alcoolisme et de la pharmacodépendance du Nouveau-Brunswick, septembre 1985.