

Check list

des bons réflexes pour les fêtes !

association
**PRÉVENTION
ROUTIÈRE**

Je reçois

AVANT LA SOIRÉE

Je teste des recettes de cocktails sans alcool et je fais le plein de jus de fruits, d'eau pétillante ou aromatisée
Je me procure des éthylotests homologués NF
J'informe mes invités que je prévois des moyens de couchage supplémentaires

PENDANT

En dressant la table, j'ajoute un verre à eau pour chaque convive puis j'évite de resservir systématiquement de l'alcool ou de remplir les verres à ras-bord
Je choisis de ne pas proposer d'alcool en toute fin de soirée

EN FIN DE SOIRÉE

Je ne laisse pas repartir quelqu'un qui a trop bu et qui prévoit de conduire !

Je sors

AVANT

Je prévois mon retour : je peux prendre les transports en commun, réserver un taxi ou un VTC, covoiturer après avoir désigné un Sam, dormir sur place
J'encourage aussi mes amis à organiser leur retour

PENDANT

Je ne bois pas d'alcool parce que j'ai choisi d'être « Sam, le capitaine de soirée »
Je profite de la fête, car je me suis débrouillé pour ne pas mélanger alcool et conduite

EN FIN DE SOIRÉE

Je teste mon alcoolémie, quand j'ai bu 1 ou 2 verres d'alcool, alors que je dois conduire
Une fois chez moi, je signale à mes hôtes, mes amis... que je suis bien rentré

LES SOLUTIONS POUR RENTRER EN SÉCURITÉ

- ★ Choisir un « Sam capitaine de soirée », pourquoi pas vous ?
- ★ Emprunter les transports en commu
- ★ Commander un taxi ou un VTC
- ★ Souffler dans un éthylotest
- ★ Dormir sur place