ALCOOL-INFO

L'ALCOOL ET VOUS

J’ORGANISE UNE SOIRÉE, À QUOI DOIS-JE PENSER ?

Vous organisez une soirée et il y aura de l’alcool. À quoi devez-vous penser pour que la fête reste une fête et ne dégénère pas ?

CE QU’IL FAUT PRÉVOIR

- **Prévoyez de la nourriture consistante et en quantité suffisante** : vos amis pourront manger et ainsi éviter d’être trop vite alcoolisés. Ils profiteront mieux et plus longtemps de la fête. Proposez des salades, des quiches, des pizzas, des pâtes et pas seulement des chips, des gâteaux apéritifs et des bonbons.
- **Prévoyez des boissons sans alcool** : tout au long de la soirée vos invités doivent pouvoir boire autre chose que de l’alcool. Réaliser un punch désaltérant sans alcool peut être une bonne idée.
- **Anticipez le retour de fête :** à la fin de la soirée vos amis risquent d’être en état d’ivresse et c’est dangereux pour eux. Assurez leur sécurité en les retenant s’ils ont trop bu ou faites-les reconduire par un conducteur qui n’a pas bu. Et attention, même après quelques heures de sommeil sur place vos amis risquent de n’être toujours pas en état de conduire. Mettez des éthylotests à leur disposition pour qu’ils sachent s’ils peuvent conduire.

Rappel : il est interdit de conduire avec une alcoolémie supérieure ou égale à 0,5g/l dans le sang (équivalent à 0,25mg/l d’air expiré). Pour les conducteurs avec un permis probatoire ce seuil est abaissé à 0,2g/l de sang (équivalent à 0,10 mg/l d’air expiré).

Informez-vous sur le coma éthylique. Si l’un de vos invités a trop bu et perd conscience il est vital que vous sachiez comment réagir.

En tant qu’organisateur gardez la tête claire tout au long de la soirée. Si vous buvez trop vos invités seront livrés à eux-mêmes et la soirée risque de dégénérer. Pensez à manger et à boire des boissons non alcoolisées.

Si la soirée dégénère (bagarre, dégradations..) faite-vous aider par des proches (parents, voisins, amis…) non alcoolisés ou appelez la police (composez le 17).

Organiser une fête, ce n’est pas de tout repos. Mais une fête bien préparée est une fête réussie !

BINGE DRINKING ET JEUX D'ALCOOL