



La conduite en état d'ébriété est un problème majeur en Afrique, en particulier chez les jeunes. Saviez-vous que les accidents de la route sont l'une des principales causes de décès et d'invalidité en Afrique ?

En 2019, plus de 60 000 jeunes âgés de 15 à 29 ans sont décédés des suites d'accidents de la route dans la Région africaine (soit plus de 6 personnes toutes les heures) et nombre de ces accidents sont liés à la consommation d'alcool. Pourtant, la vérité est que tous les accidents de la route et les traumatismes imputables à l'alcool pourraient être évités.

On pourrait penser que ce n'est pas grave de conduire après avoir consommé de l'alcool, mais la vérité est que c'est extrêmement dangereux et imprudent. La moindre quantité d'alcool peut altérer la faculté de conduire en toute sécurité.

En réalité, les conducteurs qui consomment de l'alcool avant de prendre le volant courent 17 fois plus de risques de mourir que les conducteurs sobres. Un seul verre d'alcool augmente le risque d'occurrence d'accidents de la route, de traumatismes et de décès, et met également les autres usagers en danger. L'alcool affecte la conduite, avant même que des signes d'ébriété ne puissent être décelés, par soi-même ou par autrui.

Conduire en état d'ébriété peut changer la trajectoire de votre vie et de celle des autres, et ce de la pire des façons. Il suffit d'un seul verre d'alcool pour provoquer un accident mortel. Adoptons la bonne attitude: restons sobre au volant. Choisissons toujours l'option **#ArriverEnVie**



## Rétablissons les faits:

Les gens invoquent de nombreux arguments pour se convaincre qu'il est acceptable de conduire en état d'ébriété. Démêlons le vrai du faux.

**"Je ne mets que moi-même en danger. Il n'y a personne d'autre dans ma voiture ou sur ma moto."**



Conduire en état d'ébriété met en danger d'autres personnes comme les piétons, les cyclistes et les autres conducteurs. En conduisant après avoir consommé de l'alcool, on risque non seulement de faire des blessés, de provoquer des accidents de la route, des traumatismes, voire la mort, mais aussi de mettre en danger d'autres personnes. Ne soyons pas négligents, faisons preuve de considération.



**"Ce n'est qu'un verre ! Cela n'affectera pas ma conduite."**



**Fait :** On peut s'amuser sans boire d'alcool. Beaucoup de jeunes pensent qu'ils ont besoin d'alcool pour s'amuser, mais ce n'est pas vrai. Le fait de socialiser sans boire d'alcool permet d'être et de se sentir maître de la situation, de nouer des liens plus profonds avec ses amis et de réduire le risque d'occurrence des accidents de la route. Toutefois, il est important de se rappeler de ne pas prendre le volant lorsqu'on a bu de l'alcool. Il est préférable de se faire conduire par un ami sobre, ou de prendre les transports publics tels que le bus, le train ou le taxi pour rentrer chez soi en toute sécurité.



**Fait :** Un seul verre suffit à altérer le jugement. L'alcool est l'une des principales causes de mortalité sur la route, que l'on en consomme un peu ou beaucoup. L'alcool, même en quantité faible ou modérée, altère l'équilibre, la vision, le temps de réaction et le jugement : la combinaison parfaite pour provoquer des accidents de la route voire des décès. Conduire sous l'emprise de l'alcool peut mener à des comportements à risque tels que le non-respect du port de la ceinture de sécurité ou du casque et les excès de vitesse. En d'autres termes, en choisissant de prendre le volant, après ne serait-ce qu'un verre, le conducteur s'expose et expose les autres usagers, à des risques d'accidents de la route et de traumatismes.



**"Je suis un excellent conducteur ! Peu importe que je boive d'alcool ou non."**



**Fait :** La vérité est simple. Il ne faut pas prendre le volant après avoir consommé de l'alcool. Saviez-vous que tous les accidents de la route imputables à l'alcool sont évitables ? La consommation d'alcool augmente le risque d'occurrence d'accidents de la route ainsi que de traumatismes et de décès, et met également en danger de nombreuses autres personnes. Rester sobre est un excellent moyen d'assurer sa propre sécurité et celle des autres. Choisissons toujours d'arriver en vie.



**"Si je ne bois pas d'alcool, je ne m'amuserai pas !"**



# 4

**règles d'or  
#ArriverEnVie**

**Il est possible de prévenir les accidents de la route dus à l'alcool en appliquant les conseils suivants :**

**1**

Ne pas boire d'alcool si l'on doit prendre le volant.

**2**

Ne pas prendre le volant si l'on a bu de l'alcool. Il est préférable de se faire conduire par un ami sobre, ou de prendre les transports publics tels que le bus, le train ou le taxi pour rentrer chez soi en toute sécurité.

**3**

Lorsqu'on prend un véhicule ou une moto, s'assurer que le conducteur est sobre. Conduire sous l'emprise de l'alcool peut donner lieu à des comportements à risque tels que le non-respect du port de la ceinture de sécurité ou du casque et les excès de vitesse.

**4**

Dissuader tout ami qui tiendrait à prendre le volant après avoir bu de l'alcool, en lui parlant des risques liés à la conduite en état d'ébriété. Proposer d'autres options, comme prendre les transports publics ou se faire conduire par un membre de la famille ou un ami sobre.

## Quelques exemples pouvant aider les pays africains à réduire le nombre d'accidents de la route et de traumatismes imputables à l'alcool

L'OMS recommande aux pays de fixer des seuils d'alcoolémie conformes aux meilleures pratiques, qui sont de 0,05 % ou moins pour la population générale et 0,02 % ou moins pour les conducteurs novices et professionnels.

Le seuil d'alcoolémie correspond à la quantité d'alcool pouvant être présente dans le sang. Il s'agit d'une mesure efficace pour réduire le risque de conduite en état d'ébriété et les décès dus aux accidents de la route.

Les gouvernements africains devraient suivre les recommandations de l'OMS et modifier leur politique afin de réduire les cas de conduite en état d'ébriété dans leur pays.

Pour plus d'information, contactez **SAFER**



Parmi les autres mesures que les pays peuvent adopter, citons les contrôles aléatoires de l'alcoolémie par la police. Les politiques visant à réduire la disponibilité et l'accessibilité de l'alcool sont également importantes pour réduire les blessures liées à l'alcool et les accidents de la route. Le plus important est que les gouvernements fassent respecter les politiques mises en place !



Organisation mondiale de la Santé

Région africaine



## Voici comment participer à l'effort

**Être soi-même un conducteur responsable :** Montrer l'exemple en conduisant toujours en état de sobriété. Il convient de désigner un conducteur attitré ou d'emprunter les transports publics lorsqu'on a l'intention de boire. En étant responsable, non seulement le conducteur se protège et protège les autres, mais il envoie également un message indiquant que la conduite en état d'ébriété est inacceptable.

**Sensibiliser aux dangers de l'alcool au volant :** Partager des statistiques et des histoires sur l'impact négatif de l'alcool au volant, comme le risque d'accidents, de traumatismes et de décès. Cela peut se faire par le biais des réseaux sociaux, d'une intervention publique ou tout simplement en parlant à ses amis et à sa famille.

**Soutenir les organisations et les initiatives qui promeuvent la sécurité au volant :** Il est possible de soutenir ces groupes en donnant de son temps, en faisant un don ou en sensibilisant le public à leur mission.

**Plaider pour un changement de politique dans son pays :** Si les seuils d'alcoolémie recommandés par l'OMS ne sont pas en vigueur dans votre pays, plaider pour un changement de politique peut être un moyen efficace de s'attaquer au problème de l'alcool au volant. Il est possible de s'engager auprès des décideurs politiques locaux et nationaux par le biais de lettres, d'appels téléphoniques et de réunions avec ces derniers pour leur faire part des préoccupations concernant la conduite en état d'ébriété. Il faut être prêt à présenter des arguments convaincants en faveur du changement.