

La Gazette des Loubaters.

Mensuel gratuit de l'U.S.Castelnau en Madiranaïs

n°95 ter Nouvelle Série - Décembre 2009

Vous pouvez retrouver tous les numéros de la gazette et bien d'autres informations sur le site internet du club : www.castelnau-madiran-rugby.com



Ce site Internet est soutenu par le programme européen Leader+.



SPECIALE FETES DE FIN D'ANNEE PREVENTION & SECURITE

*Bien terminer 2009,
c'est d'abord
bien commencer 2010 !*



*BOIRE ou CONDUIRE,
il faut CHOISIR !*

Noël et le premier de l'an sont autant d'occasions de faire la fête entre amis. On a l'habitude, à ces moments de l'année de se retrouver autour de bonnes tables et de déguster des mets fins souvent accompagnés de bons vins. Mais même en buvant avec modération, quelques verres suffisent pour ne pas s'autoriser à prendre le volant. On se retrouve très rapidement hors la loi avec à la clé des conséquences qui peuvent être désastreuses sur le plan pénal et financier en hypothéquant sa vie, le reste de sa vie, la vie de son entourage et celle des autres.

Il n'est nullement question de m'interdire de faire la fête. Je peux la faire mais je prévois de ne pas avoir à prendre le volant si je souhaite arroser (même

modérément) le bon repas entre amis !

Si je n'ai personne pour me ramener, alors :

- je ne bois pas d'alcool,
- ou je prévois de rester sur place,
- ou je trouve un capitaine de soirée qui me ramènera,
- ou je laisse s'il le faut ma voiture sur place, je la récupérerai le lendemain ...

Opération Prévention Routière — Le calendrier des actions :

Mercredi 16 décembre : l'USCM a constitué une commission « Prévention & Sécurité » qui impulsera des actions au sein du club et du village.

Dimanche 20 décembre : opération « Capitaine de Soirée » menée lors de la Soirée de

Noël du Club avec l'investissement des joueurs. Chacun a pris ses responsabilités, certains s'étaient fait porter, d'autres avaient choisi de ne pas boire pour pouvoir conduire.

Vendredi 5 février à 20 heures 30 : sensibilisation par les responsables de la Prévention Routière.

Vendredi 19 février à 20 heures 30 : sensibilisation aux risques domestiques et aux premiers gestes de secours.

Ces deux animations sont évidemment ouvertes à tous les membres de l'USCM mais aussi à tous les sympathisants et à toutes les associations du village parce que certainement concernées par ces problématiques.



**2, avenue Bertrand Barrère
65000 TARBES
Tél : 05 62 93 23 99
Fax : 05 62 93 29 22**

L'alcool au volant :

Ce que dit le Code de la route : Un conducteur est en infraction si son taux d'alcool est égal ou supérieur à 0,5 g/l dans le sang ou 0,25 mg/l d'air expiré (0,2 g/l dans le sang pour les conducteurs de véhicule de transport en commun). Entre 0,5 g/l et moins de 0,8 g/l, il encourt une amende maximale de 750 € et un retrait de 6 points du permis. A partir de 0,8 g/l, il risque jusqu'à 2 ans de prison et 4 500 € d'amende, en plus du retrait de 6 points. Une suspension du permis de conduire peut également être prononcée.

Les astuces :

1. A chaque sortie, adoptez **le principe du conducteur désigné** : choisissez dans le groupe le conducteur qui s'engage à ne pas boire d'alcool pour ramener tout le monde en toute sécurité. Mais attention, cela se décide forcément avant la soirée. Celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas.
2. Lorsque vous constatez que quelqu'un ne veut pas ou plus boire, acceptez sa décision. Loin d'être un trouble-fête, il fait preuve de responsabilité et doit être encouragé.
3. En tant qu'hôte, vous avez aussi des responsabilités : veillez à ce qu'il y ait toujours des boissons sans alcool sur la table pour vos invités. Si l'un de vos amis a trop bu, hébergez-le ou appelez un taxi. S'il tient à conduire, utilisez tous les moyens pour l'en empêcher (retenue des clés, menace d'appeler la police...).
4. En cas de doute sur votre alcoolémie, testez-vous en utilisant un éthylotest NF (disponible en pharmacie et en grande surface). Pour connaître votre alcoolémie, téléchargez sur votre téléphone portable l'alcomobile au 08 99 780 266 (1,35€ puis 34 cts la minute).

A savoir :

Si l'alcoolémie peut légèrement varier en fonction de l'âge, du poids, du sexe ou selon que l'on est ou non à jeun, le temps d'élimination de l'alcool demeure en toutes circonstances d'au moins une à deux heures par verre d'alcool (dose bar). Rien ne permet d'accélérer ce processus.

Exemple :

Après une soirée bien arrosée et malgré une nuit de sommeil, le taux d'alcool résiduel peut demeurer élevé. Par exemple, une alcoolémie de 1,5 g/l dans le sang à minuit est encore de 0,6 g/l le lendemain à 9h.

Pour en savoir plus vous pouvez consulter sur internet les sites suivants :

www.preventionroutiere.asso.fr

et

www.rentrerenvie.fr pour tout savoir sur les Capitaines de soirée.

**FAIRE LA FÊTE, POURQUOI PAS,
MAIS RENTRER EN VIE !**



**CELUI QUI CONDUIT,
C'EST CELUI QUI NE BOIT PAS !**