

Fiche pédagogique

NOM DE L'OUTIL : SIMULAROUTE + LUNETTES « ALCOVISION »

Thématique abordée : Alcool, perception sous influence

1. Objectifs de l'animation

Cette animation a pour but de faire prendre conscience que l'alcool a un effet sur la conduite et la perception générale de l'environnement.

Sensibiliser les participants aux dangers de la conduite sous l'influence de l'alcool en leur démontrant, par le biais de petits défis, les difficultés pour se déplacer et pour appréhender les objets et les obstacles lorsque l'on a bu. Cette activité n'est pas destinée aux enfants malgré son caractère ludique.

Pourquoi la thématique de l'alcool?

- En Wallonie, environ 85 personnes par an perdent la vie dans des accidents dus à l'alcool (+/- 27% des décès sur la route) et on compte plus de 1.800 accidents corporels par an (plus de 16% de l'ensemble des accidents) impliquant au moins un usager sous l'influence de l'alcool. L'alcool au volant est donc responsable d'un accident corporel sur 7.
- L'augmentation du risque d'accident augmente avec le taux d'alcool

Fil Rouge de l'animation :

« Pensez-vous avoir tous vos réflexes lorsque vous avez bu ? »

Message à faire passer :

L'alcool modifie le comportement du conducteur et a des effets sur ses capacités

2. Durée

La durée moyenne de l'activité est estimée à 15 minutes par groupe de participants. L'activité doit être encadrée par deux personnes qui animeront celle-ci.

3. Matériel

✓ Le kit « Simularoute » contient un parcours composé de :

3 bâches PVC de 3mX1m

16 cônes de 20 cm de haut avec bande réfléchissante

6 rehausseurs de 50 cm

2 balles en mousse

1 sac de transport

✓ Lunettes « Alcovision »



4. Besoins en termes d'infrastructure (Tables, terrain, espace, ...) :

- ✓ Espace nécessaire minimum 4 mètres sur 3 mètres pour disposer le parcours (soit 3 fois 3x1M) ;
- ✓ Prévoir du scotch pour le parcours

5. Déroulement étape par étape :

1. L'animation consiste à proposer aux participants de réaliser des défis en portant une paire de lunettes de simulation « alcool » (taux entre 0,4 et 0,8 g/l de sang). Celles-ci simulent les effets de l'alcool sur le cerveau (et non pas les effets de l'alcool sur la vision) en augmentant la distorsion visuelle:



2. Lors de l'accueil des participants, nous conseillons aux animateurs de travailler l'interaction avec ceux-ci en les informant à la manière d'un « quiz » ou d'un jeu de « questions-réponses » sur les différentes informations concernant l'alcool au volant contenues dans la fiche pédagogique « Savez-vous que... ? ». Le but étant d'ajouter une touche dynamique à cette introduction « théorique ».
3. Une fois l'apport théorique terminé, embrayer sur les effets de l'alcool en proposant au participant de faire l'activité. Demander aux participant d'effectuer les différents défis ci-dessous.

Il est intéressant de proposer aux personnes de faire préalablement ces défis sans les lunettes, afin de pouvoir comparer.

Défi 1 :

Parcours "Simularoute" : Ce défi se fait seul et consiste à effectuer le parcours « Simularoute » en portant la paire de lunettes de simulation « alcool ». Le participant doit effectuer le parcours au sol en évitant les obstacles placés sur son chemin (avancer sur le parcours entre les cônes sans les renverser, enjamber les rubans de balisage, etc.)

Défi 2 :

Le défi se fait en duo et consiste à se passer une balle en mousse ou balle de tennis. Chaque participant devra porter une paire de lunette de simulation « alcool ».

D'autres défis peuvent être proposés : mettre une clé dans une cadenas, des exercices d'équilibre (lever une jambe), etc.

7. Clôture de l'activité

En fin d'activité, les animateurs pourront faire le point avec le groupe, recueillir les réactions et remettre aux différents participants du matériel de sensibilisation (brochure, goodies, réglette alcool, etc.) en fonction de ce dont ils disposent.

