

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr



**POUR LES FÊTES,
LE PLUS BEAU DES CADEAUX
C'EST DE RENTRER EN VIE.**

TOUS LES CONSEILS SUR RENTREENVIE.FR



- 30 décembre 2010 -



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

JEAN-YVES SALAÜN

Délégué général adjoint

Association Prévention Routière



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

**L'alcool est devenue la 1^{ère} cause d'accidents mortels en France,
à l'origine en 2009 de 1 282 tués et de 9 727 blessés**

- des accidents plus graves**
- des accidents qui ont surtout lieu la nuit, en particulier le week-end**
- des accidents qui concernent les jeunes mais surtout les hommes**

Un risque particulièrement sensible à cette période de l'année

Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

Les Français, le réveillon et l'alcool

Sondage réalisé online entre le 4 et le 8 décembre 2009 auprès de 1 000 personnes de 18 ans et plus

Une consommation d'alcool importante

- 90 % des Français consommeront de l'alcool
- dont 66 % au moins trois verres

Des Français concernés par le problème de l'alcool et de la conduite

- soit parce qu'ils vont se déplacer en voiture
- soit parce que leurs invités vont le faire

Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

Des distances parcourues importantes

- ❑ 58 % des personnes se déplaçant en voiture vont parcourir plus de 10 km et 10 % plus de 50 km

Les dangers de l'alcool et de la conduite sous-estimés

- ❑ 51 % des Français répondent spontanément qu'ils n'ont pas pris de disposition particulière pour anticiper la question de l'alcool et de la conduite
- ❑ Lorsqu'on leur suggère certaines solutions, ils privilégient le fait d'attendre que l'alcool s'élimine pour reprendre le volant

Un manque d'information et des idées reçues

- ❑ seul 1 Français sur 3 connaît le temps nécessaire à l'organisme pour éliminer l'alcool
- ❑ 16 % des Français pensent pouvoir reprendre le volant après une nuit de sommeil quelle que soit la quantité d'alcool ingérée

Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

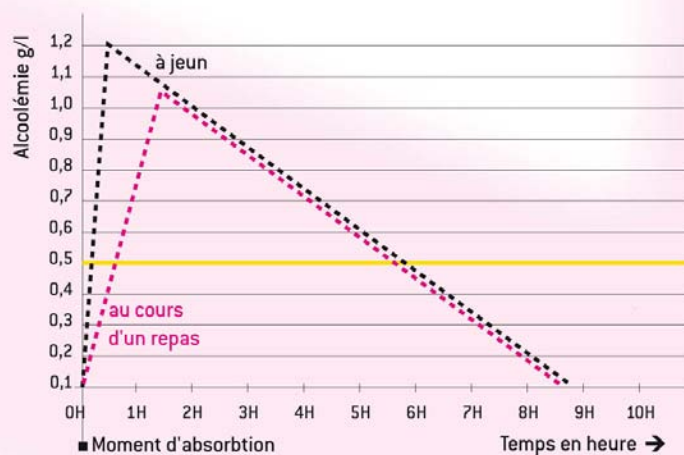
rentrerenvie.fr

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**

COURBE D'ALCOOLÉMIE :

exemple du temps minimum nécessaire à l'élimination
de 7 verres d'alcool pour un homme de 70 kg.



 =
  =
  = **0,2g/l**
 dans le sang
 1 verre de vin [12,5 cl à 11°]* 1 verre de bière [25 cl à 5°]* 1 verre de whisky ou d'apéritif anisé [4 cl à 40°]*

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

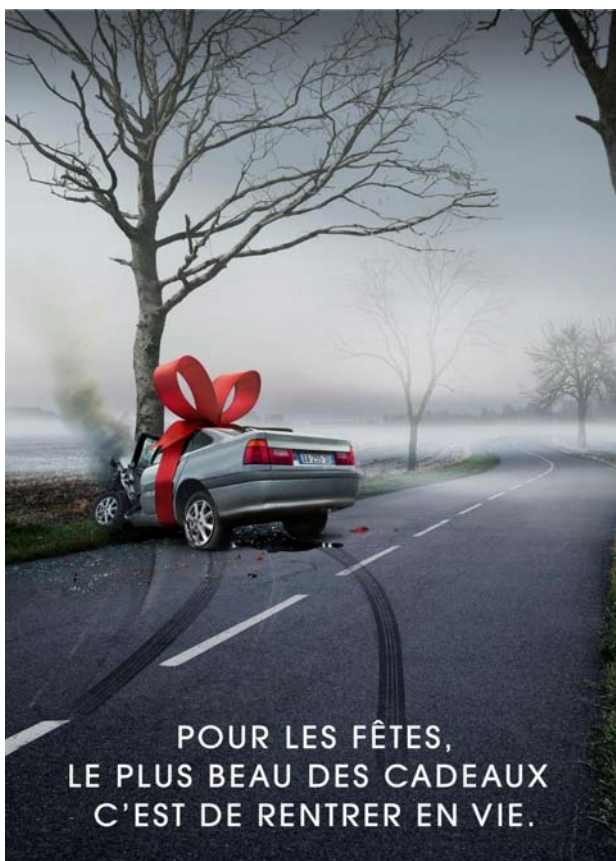
**Nouvelle campagne des associations
Prévention Routière et Assureurs Prévention**

- ❑ Lancée le 11 décembre 2010 dans 70 villes de province



- ❑ Campagne d'affichage relayée dans 52 villes durant la deuxième quinzaine de décembre





POUR LES FÊTES,
LE PLUS BEAU DES CADEAUX
C'EST DE RENTRER EN VIE.



TOUS LES CONSEILS SUR RENTREENVIE.FR





POUR LES FÊTES,
LE PLUS BEAU DES CADEAUX
C'EST DE RENTRER EN VIE.



TOUS LES CONSEILS SUR RENTREENVIE.FR



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

STEPHANE PENET

Directeur des assurances de biens et responsabilité

ASSUREURS PREVENTION



Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

www.rentreenvie.fr

*Des solutions concrètes pour éviter que les
retours de réveillon ne se terminent en drame*



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentrenvie.fr

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

édition 2010



ACCIDENT | LES CONSEILS QUI SAUVENT DES VIES | LES IDÉES REÇUES | L'ÉTHYLOTTEST | ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE ROMAIN TISCHENKO | LA CAMPAGNE



ROMAIN TISCHENKO
MES RECETTES POUR RENTRE EN VIE

[Info & Suivre](#)

[f](#) [e](#)

EDITO

Alors que se profilent les fêtes de fin d'année et que l'alcool demeure la première cause d'accidents mortels sur les routes, vous trouverez sur ce site des solutions pour des retours de soirée sans alcool. Avec le jeune chef Romain Tischenko, nous vous proposons notamment des idées de boissons sans alcool, raffinées et originales, à associer à vos menus de Noël et du Jour de l'An. Bonnes fêtes et bonne route !

LES RECETTES



LA CAMPAGNE 2010



LES CONSEILS QUI SAUVENT DES VIES

<p>EN SOIRÉE Consultez tous nos conseils à respecter lorsqu'on prévoit de sortir pour les fêtes.</p> <p>lire la suite</p>	<p>IDÉE REÇUES Quelques idées reçues à bannir absolument, que l'on soit ou non conducteur :</p> <p>lire la suite</p>
<p>EN DERNIER RECOURS Que dois-je faire pour empêcher quelqu'un de prendre le volant ?</p> <p>lire la suite</p>	<p>LE JEU DU CAPITAINE Vous avez du mal à vous décider pour désigner votre capitaine de soirée ?</p> <p>lire la suite</p>
<p>A GARDER EN TÊTE Quelles sont les infos à garder en tête en toute circonstance ?</p> <p>lire la suite</p>	<p>L'ÉTHYLOTTEST Plus que jamais, le souffle, c'est la vie. Un doute ? Alors un conseil : avant de prendre le volant, prenez le ballon ! Pour vous auto-évaluer, rien ne remplace le fameux éthylotest.</p> <p>lire la suite</p>



Les partenaires | Crédits | Partager sur facebook

Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentrenvie.fr

Les conseils qui sauvent : tous les conseils pour que les soirées ne laissent que de bons souvenirs, que l'on sorte ou que l'on reçoive

RENTRE EN VIE
CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

ACCUEIL | LES CONSEILS QUI SAUVENT | ENES REQUÊTES | L'EMPLOYEUR | ÊTRE CHIFFRE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE S. TROCHERIE | LA CAMPAGNE

ACCUEIL • LES CONSEILS QUI SAUVENT DES VIES • EN SOIRÉE

LES CONSEILS QUI SAUVENT DES VIES

EN SOIRÉE



Les soirées, c'est souvent l'un des bons côtés de la vie. Raison de plus pour ne pas y perdre !
Voici quelques conseils faciles à mettre en œuvre pour que vos soirées ne vous laissent que de bons souvenirs.

AVANT DE SORTIR :

- Décidez avec qui et comment vous allez à votre soirée.
- Anticiper : avant même de partir, sachez comment vous allez revenir. Voitures, transports en commun, taxi... Les moyens ne manquent pas. Si c'est en voiture, désignez un **conducteur de soirée** : celui qui ne boit pas.
- Prévoyez de l'argent pour un taxi ou les transports en commun, au cas où...

LA SOIRÉE A LIEU CHEZ VOUS ? LA AUSSI, VOUS POUVEZ AGIR !

- Demandez à vos invités comment le comptant vient et repart de chez vous.
- Prévoyez des **drinks** (disponibles en grandes surfaces et pharmacies), c'est

LA CAMPAGNE 2010



POUR LES FÊTES,
LE PLUS BEAU DES CADEAUX,
C'EST DE RENTRE EN VIE.

LES RECETTES



Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

Les conseils qui sauvent : tous les conseils pour que les soirées ne laissent que de bons souvenirs, que l'on sorte ou que l'on reçoive

Avant de sortir :

- Anticipez : avant même de partir, sachez comment vous allez revenir. Voiture, transports en commun, taxi...
- Si c'est en voiture, désignez un capitaine de soirée, « celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas »

La soirée a lieu chez vous ?

Demandez à vos invités comment ils comptent venir et repartir de chez vous

- Prévoyez des éthylo-tests
- Proposez des boissons sans alcool pendant la soirée.
- Conservez les numéros de taxis et les horaires de transports en commun sous la main.
Anticipez : proposez à certaines personnes de dormir chez vous, si elles n'ont personne pour les raccompagner.

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

Les conseils qui sauvent : tous les conseils pour que les soirées ne laissent que de bons souvenirs, que l'on sorte ou que l'on reçoive

Pendant la soirée :

- Vous êtes conducteur ? C'est simple : ni alcool, ni drogue.**
- Vous êtes passager ? Veillez à ce que votre conducteur reste sobre. Après tout, il y va de votre propre vie aussi.**

La soirée a lieu chez vous ?

- N'incitez pas vos invités à boire, surtout les conducteurs !**

Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

Les conseils qui sauvent : tous les conseils pour que les soirées ne laissent que de bons souvenirs, que l'on sorte ou que l'on reçoive

En fin de soirée :

- Vous devez conduire mais vous avez bu ? Testez-vous avec un éthylotest
- Vous avez dépassé la limite légale d'alcoolémie ? Vous n'avez que l'embaras du choix :
 - faites-vous raccompagner par un conducteur sobre.
 - prenez un taxi ou les transports en commun.
 - appelez à l'aide ! Vous avez bien un ami ou un parent qui pourra venir vous chercher.
 - dormez sur place.
- Votre conducteur a bu ? Faites le souffler dans un éthylotest.

La soirée a lieu chez vous ?

- Si l'un de vos invités a trop bu, insistez pour le faire raccompagner par un conducteur sobre. Sinon, appelez-lui un taxi. Autre solution : hébergez-le pour la nuit.
- Cet invité tient absolument à repartir avec sa voiture ? C'est le moment de sortir les solutions de dernier recours : (jouer sur la corde sensible ou la peur du gendarme, lui commander un taxi...)

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentrenvief.fr

Les idées reçues : toutes les réponses avec l'avis d'un expert aux idées reçues les plus fréquentes

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

édition 2010

ASSUREURS PRÉVENTION ROUTIÈRE ASSUREURS PRÉVENTION

ACCUEIL | LES CONSEILS QU'ILS VEULENT | IDÉES REÇUES | L'ÉTHYLOLOGIE | ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE R. TROCHENKO | LA CAMPAGNE

ACCUEIL > LES IDÉES REÇUES

HALTE AUX IDÉES REÇUES !

On a tous des idées reçues. Hélas, on les applique aussi beaucoup à soi-même. Et quand il s'agit de sa sécurité sur la route, les idées reçues peuvent s'avérer dangereuses. Partez forlège de ce qui ne fait plus croire...

« J'AI L'HABITUDE DE BORG, ÇA NE ME FAIT RIEN D'ÊTRE »

Alors pourquoi continuer à boire? Si l'habitude de consommer de l'alcool peut faire qu'on en ressent moins les effets, on aura d'autant plus tendance à augmenter les doses. Pourquoi? Justement pour retrouver ces fameux effets! Et même avec une faible alcoolémie, le temps de réaction est plus long et la vision moins nette. Et ça, on ne s'en rend pas forcément compte.

« JE CONNAIS UN TRUC POUR FAIRE BAISSER MON ALCOOLÉMIÉ »

Ah oui? C'est ce que vous a raconté votre pote Jérémie l'autre soir, autour d'un verre? Hélas, comme nous l'explique Sylvain Dally, professeur de toxicologie et de médecine légale, c'est faux. Il n'y a que le temps qui agit sur l'alcoolémie.

Peut-on accélérer l'élimination de l'alcool dans...



À savoir : L'alcoolémie atteint son pic une heure après le dernier verre. Elle diminue ensuite en moyenne de 0.15 g/l par heure.

LA CAMPAGNE 2010



LES RECETTES



Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentrenvie.fr

Ethylotest, mode d'emploi

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

ACCIDENTS / LES CONSEILS QUI SAUVENT / LES VEHICULES / ÉTHYLOTEST / PLUS CAPITAINE DE SOIRÉE / RECETTES DE LA TOURNÉE / LES CARRÉS

L'ÉTHYLOTEST PLUS QUE JAMAIS, LE SOUFFLE, C'EST LA VIE.

Un flacon ? Alors un conseil : avant de prendre le volant, pensez à vous auto-évaluer avec un ethylotest.



Ce test, à usage unique, indique si l'alcoolémie est positive, c'est-à-dire supérieure ou égale à 0,05 mg par litre d'air expiré (équivalent à 0,2 g par litre de sang). Un conseil : que vous sortiez du restaurant, avec ou toujours à proximité. Après tout, mieux vaut faire le test maintenant que de devoir le passer à la demande des forces de l'ordre, non ?

COMMENT CE MODEME PLUS ÉCARTÉ EMPLOIE EN IMAGES :



Où l'acheter ?

- Attention : pensez bien à vérifier la date de péremption et la certification (norme NF) indiquées sur l'emballage.
- Où le trouver ?
- En pharmacie et dans les grandes surfaces.

à VOIR AUSSI

ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE

EN SOIRÉE

LA CAMPAGNE 2010



LES RECETTES



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentrenrenvie.fr

Etre Capitaine de soirée

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

Novembre 2010

ASSOCIATION PRÉVENTION ROUTIÈRE ASSUREURS PRÉVENTION

ACCUEIL | LES CONSEILS QUI SAUVENT | BRES REQUIS | OPTIMISER | ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE R. TISSOCHANI | LA CAMARADE

ACCUEIL > ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE

ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE

LEQUEL D'ENTRE VOUS SERA LE PLUS RESPONSABLE CE SOIR ?

Un capitaine de soirée, c'est quoi, au juste ?
Il s'agit tout simplement du conducteur. C'est-à-dire de la personne qui saura rester sobre afin de s'accompagner ses amis, sa famille, en toute sécurité.
Seul mot d'ordre : celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas.

ET POUR CHOISIR SON CAPITAINE, ON FAIT COMMENT ?

Alors là, ce ne sont pas les méthodes qui manquent.
En fait, soit quelqu'un dans le groupe se porte volontaire, soit...

- Vous le tirez à la courte paille : simple, net, et sans bavure.
- Vous le jouez aux dés : clair, précis et indiscutable.
- Vous le faites au bras de fer : quelque peu rigide pour les moins baraqués, non ?
- Vous faites confiance au moteur de sélection ci-dessous.

VOUS AVEZ VRAIMENT DU MAL À CHOISIR VOTRE CAPITAINE ?

Laissez notre application « Capitaine de soirée » prendre le relais !
Entrez les prénoms de tous les conducteurs potentiels de votre groupe dans les champs ci-dessous. Le moteur sélectionnera celui ou celle qui, ce soir, raccompagnera tout le monde à bon port.

Rentrez vos prénoms et nous choisirons pour vous !

Sam.

le capitaine
de soirée

PRÉNOM 1

PRÉNOM 2

PRÉNOM 3

PRÉNOM 4

PRÉNOM 5

C'EST PARTI

IMPRIMER  

LA CAMPAGNE 2010



POUR LES FÊTES,
LE PLUS BEAU DES CADEAUX,
C'EST DE RENTRE EN VIE.

ASSOCIATION PRÉVENTION ROUTIÈRE ASSUREURS PRÉVENTION

LES RECETTES



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr



ROMAIN TISCHENKO

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentrenvie.fr

RENTRE EN VIE
CONSEILS DE FIN D'ANNÉE



ACCUEIL | LES CONSEILS QUI SAUVENT | IDEES RECUES (SYNCHROTEST) | ETRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE R. TISCHENKO | LA CAMPAGNE

ACCUEIL > LES RECETTES DE ROMAIN TISCHENKO

ROMAIN TISCHENKO S'ENGAGE !

« DES COCKTAILS SANS ALCOOL POUR ACCOMPAGNER VOS MENUS ET SOIRÉES DE FÊTE »

La France est réputée pour sa gastronomie, son art de vivre ... et son art de recevoir. Mais comment concilier menus et soirées de fêtes et retours sans accrocs ?

Le jeune chef français Romain Tischenko s'engage auprès de l'association Prévention Routière et d'Assureurs Prévention pour proposer des recettes de cocktails sans alcool pour accompagner vos menus de réveillons.

Fraise, wasabi, miel, menthe ... Romain Tischenko vous propose des saveurs originales pour remplacer apéritifs et champagne. Et pour les repas, il a sélectionné quelques boissons se mariant à merveille avec les mets traditionnels de fin d'année. À découvrir ... sans modération !

UN JEUNE CHEF FLEUR D'AVENIR.

Après avoir fait ses armes à St Jean de Luz (Le Pays de la Méditerranée, Le Grand Hôtel) et Paris (De cocchiens), Romain Tischenko se découvre une véritable passion pour la gastronomie asiatique. Au début de 2010, il participe à l'émission TopChef sur M6 et après sept semaines de compétition, il devient le premier TopChef français. Depuis, il se consacre à l'ouverture de son premier restaurant et continue de voyager pour découvrir les saveurs du monde.

LA CAMPAGNE 2010



LES RECETTES



À VOIR AUSSI



Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentrenvie.fr

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

édition 2010

ASSOCIATION PRÉVENTION ROUTIÈRE ASSUREURS PRÉVENTION

ACCUEIL | LES CONSEILS QUI SAUVENT | IDÉES RECUES | L'ÉTHYLOTEST | ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE R. TISOCHENKO | LA CAMPAGNE

ACCUEIL > COCKTAIL « SUCRACIDE »

COCKTAIL « SUCRACIDE »

Pour 8 personnes

- 1 litre de limonade artisanale
- 2 citrons verts
- 8 pointes de gingembre en poudre
- 16 cl de sirop bubble gum
- 24 cl de jus d'ananas
- 3 cl de citron vert

Dans chaque verre, versez 2 cl de sirop bubble gum, 1 pointe de gingembre en poudre, 1 rondelle de citron vert, 2 cl de jus de citron vert, 3 cl de jus d'ananas et terminez par la limonade. Servez très frais.

A présenter dans des verres à cocktail (style Sex and The City !)



LA CAMPAGNE 2010



LES RECETTES



Recette cocktail sans alcool : Suocracide



DRIVEN

RENTRE EN VIE

CONSEILS DE FIN D'ANNÉE

édition 2010

ASSOCIATION PRÉVENTION ROUTIÈRE ASSUREURS PRÉVENTION

ACCUEIL | LES CONSEILS QUI SAUVENT | IDÉES RECUES | L'ÉTHYLOTEST | ÊTRE CAPITAINE DE SOIRÉE | LES RECETTES DE R. TISOCHENKO | LA CAMPAGNE

ACCUEIL > COCKTAIL « LÉGÈRE AMERTUME »

COCKTAIL « LÉGÈRE AMERTUME »

Pour 6 personnes

- 1 litre d'Indian tonic
- 13 cl de jus de fraise
- 6 cuillères à café de miel liquide
- 6 petites pointes de wasabi (pointes du couteau)
- 40 feuilles de menthe fraîche

Dans un saladier, pilez la menthe fraîche, le miel et le wasabi, ajoutez le jus de fraise. Cette base peut être préparée à l'avance. Au moment de servir, ajoutez le litre d'Indian tonic sur la préparation pliée, puis versez dans les verres.



LA CAMPAGNE 2010



LES RECETTES



A présenter dans des coupes à champagne



Recette cocktail sans alcool "Légère amertume"

**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentreenvie.fr

Légère amertume



Surcracide



**Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.**

rentrenvie.fr

Les partenaires de la campagne



CDA PUBLIMEDIA



Pour les fêtes,
le plus beau des cadeaux,
c'est de rentrer en vie.

rentreenvie.fr

Merci de votre attention

