



# Règlement Intérieur

## Club d'Œnologie et de Dégustation à Mérignac (CODaM)

Chaque membre est destinataire du présent Règlement Intérieur et doit en accuser réception par mail assurant qu'il en a fait lecture complète jusqu'à la page 4 au minimum.

### Article 1. principes à respecter en matière de consommation d'alcool

1

En France, il n'y a **pas de législation spécifique** concernant la consommation d'alcool dans les clubs d'œnologie. Ils sont réglementés par le Code de la santé publique et le Code du commerce.

Voici les éléments clés :

- **L'âge légal** pour la consommation d'alcool en France est de **18 ans**. Les clubs d'œnologie doivent respecter cette restriction et vérifier l'âge des participants avant de leur servir de l'alcool.
  - Les clubs d'œnologie ont la responsabilité de **veiller à la sécurité et au bien-être de leurs participants**. Ils doivent **prendre des mesures** pour **éviter les excès** de consommation d'alcool et **prévoir des alternatives non alcoolisées** pour les personnes qui ne souhaitent pas boire.
  - Les clubs d'œnologie doivent **respecter les règles relatives à la publicité et à la promotion des boissons alcoolisées**. Certaines restrictions s'appliquent, notamment en ce qui concerne la promotion de l'alcool auprès des mineurs et la présentation de l'alcool comme ayant des bénéfices pour la santé.
- La participation au club d'œnologie est interdite aux mineurs.
- Le club a la responsabilité de veiller à la sécurité et au bien-être des participants au club. Il lui faut « prendre des mesures » pour éviter les excès de consommation d'alcool.

L'annexe 1 (page 4) reprend les éléments essentiels. Les **membres du club devront signer la feuille** attestant qu'ils ont pris connaissance de ces règles. Leurs **invités signeront** l'annexe 1 lors de leur participation, définie selon les modalités détaillées plus bas, à l'un des ateliers.

L'annexe 2 (pages 5-10) fait une présentation plus détaillée des principes juridiques et médicaux en matière de consommation d'alcool. Les membres du club sont invités à en prendre connaissance.

Les membres du club doivent **limiter leur consommation à 20 cl ingérés** lors des ateliers de dégustation s'ils doivent reprendre le volant. Cette quantité est à moduler selon le sexe (femmes plus susceptibles de dépasser les limites) et du poids (petits poids plus susceptibles de dépasser les limites). Un éthylotest est proposé à la fin des séances pour les conducteurs.

Afin de respecter les limites et les règles décrites ci-dessus, **le membre devra recracher systématiquement** les vins dégustés et commentés lors des ateliers de dégustation. Des crachoirs achetés par le club sont mis à disposition.

L'annexe 2, en bas de page 6, détaille les questions que doivent se poser les membres du club à l'issue de la séance concernant les membres rentrant en véhicule particulier.

## Article 2. Cotisation.

- Chaque membre doit acquitter une cotisation annuelle dont le montant est fixé et approuvé par délibération en Assemblée Générale.
- La cotisation est payable au mois de septembre et est due dans son intégralité au plus tard avant la date du deuxième atelier. Un étalement du paiement en plusieurs fois peut être envisagé. Un tarif réduit est consenti aux étudiants et aux demandeurs d'emploi.
- En cas d'entrée dans le club après le premier janvier, la cotisation sera ajustée au prorata des mois restant (l'année allant du 1er septembre au 31 août)
- Cette cotisation n'est pas remboursable en cas de départ du club ou en cas d'exclusion.
- La cotisation annuelle a pour vocation de couvrir les frais de fonctionnement de l'association.

## Article 3. Programme d'activités et modalités d'inscription.

### 3.a. Programme annuel.

Le Conseil d'administration élaborera un programme annuel d'activités qui sera envoyé à tous les membres avant le 15 juillet de chaque année.

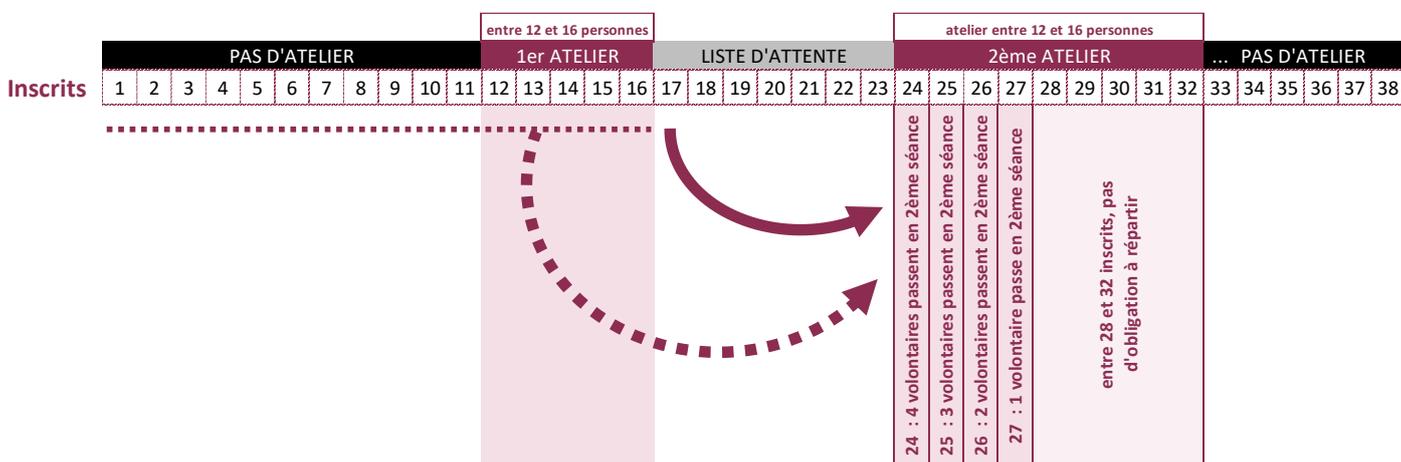
Des activités exceptionnelles, non inscrites au programme annuel pourront être proposées selon les opportunités.

### 3.b. Inscription aux activités des membres.

- Les activités s'entendent par : les ateliers de dégustation et les sorties (visites de châteaux, restaurant...)
- Les inscriptions sont ouvertes aux membres à jour de leur cotisation uniquement.

Pour les ateliers de dégustation, les séances s'organisent harmonieusement si le nombre d'inscrits "rentre dans des cases".

- À moins de 12 personnes, l'atelier n'est pas organisé
- De 12 à 16 inscrits, il est possible de faire un atelier, en général le mardi
- Entre 17 et 23 inscrits, il n'est pas possible d'ouvrir une 2<sup>ème</sup> séance
- A partir de 24 inscrits et jusqu'à 32, un 2<sup>ème</sup> atelier peut être organisé, en général le mercredi, si on arrive à équilibrer les séances en effectifs.
- Et ainsi de suite jusqu'à 32 inscrits, soit deux groupes de 16 personnes



Il est donc impossible d'être certains de pouvoir satisfaire toutes les demandes dans tous les cas.

### Pour les membres inscrits en liste d'attente.

Ceux qui auraient voulu s'inscrire à un atelier mais qui n'ont pas pu y participer du fait d'un nombre non compatible avec l'organisation des séances sont prioritaires pour l'inscription à l'atelier suivant. Un mail informant de l'ouverture des inscriptions est envoyé en avance aux membres qui étaient en liste d'attente pour l'atelier précédent. Le secrétariat du club assure la réservation pour ces personnes qui confirmeront leur inscription lors de la phase de paiement. Après trois jours, le même mail est envoyé à tous les membres.

Les activités ont un coût qui n'est pas couvert par le montant de la cotisation annuelle mais par l'acquittement d'une participation financière des membres inscrits à chaque activité-

- Cette participation varie pour certains ateliers ou selon la nature de l'activité. Le **Conseil d'Administration est décisionnaire pour fixer le prix des activités.**
- Il convient donc d'éviter le plus possible les désistements qui ont des conséquences sur l'équilibre financier de chaque activité. Aussi, pour participer aux activités, **l'inscription et le paiement sont obligatoires préalablement à la participation du membre.**
- Le **remboursement** devra se faire à la demande du membre empêché et ne sera envisageable que si cette demande se fait **5 jours avant** la date de l'activité. Au-delà de cette limite la demande n'est pas recevable. Un désistement remplacé est remboursé, un désistement non remplacé ne l'est pas. Prévenir tôt de son empêchement permet de se faire remplacer plus facilement.
- **Avant chaque activité, un mail est envoyé** d'abord aux membres qui étaient inscrits en liste d'attente pour la précédente activité, puis à tous les membres afin de leur indiquer : le thème de l'activité, le prix dont devra s'acquitter chaque participant, le mode de paiement avec un lien vers la billetterie **Billetweb** et la date limite pour le paiement.
- Le paiement devra se faire **avant la date de l'activité.**

### 3.c. Inscription aux activités des invités.

- Les membres adhérents peuvent inviter des personnes non adhérentes au club **sur places vacantes** ou lors d'événements exceptionnels (repas, voyage...)
- Le paiement est obligatoire **avant la date de l'activité**
- Le membre invité devra **prendre connaissance et signer l'annexe 1** « *informations aux membres extérieurs au CODaM, aspects juridiques et médicaux. Liés à la consommation d'alcool dans un club d'œnologie* ».

### Article 4. Radiation d'un membre.

En cas d'incident grave ou de non-respect du présent règlement intérieur, une exclusion pourra être prononcée par le Conseil d'Administration sur proposition du Président de l'Association, après que le membre ait été entendu et ait fait valoir sa défense.

Une radiation peut également être prononcée en cas de non-paiement de sa cotisation dans les délais prévus par le Règlement Intérieur.

### Article 5. Bénévolat et participation des membres.

La bonne marche de l'association implique la contribution effective de chaque membre au fonctionnement du club. Ainsi, chaque membre est invité à proposer aux membres du CA sa participation à l'organisation des activités, en fonction de sa disponibilité et de ses compétences.



## INFORMATION AUX MEMBRES INTERNES ET EXTÉRIEURS AU CODeM\* ASPECTS JURIDIQUES ET MÉDICAUX DE LA CONSOMMATION D'ALCOOL DANS UN CLUB D'ŒNOLOGIE

\* Club d'Œnologie et de Dégustation à Mérignac

En France, il n'y a **pas de législation spécifique** concernant la consommation d'alcool dans les clubs d'œnologie. Ils sont réglementés par le Code de la santé publique et le Code du commerce.

Voici les éléments clés :

- **L'âge légal** pour la consommation d'alcool en France est de **18 ans**. Les clubs d'œnologie doivent respecter cette restriction et vérifier l'âge des participants avant de leur servir de l'alcool.
- Les clubs d'œnologie ont la responsabilité de **veiller à la sécurité et au bien-être de leurs participants**. Ils doivent **prendre des mesures** pour **éviter les excès** de consommation d'alcool et **prévoir des alternatives non alcoolisées** pour les personnes qui ne souhaitent pas boire.
- Les clubs d'œnologie doivent **respecter les règles relatives à la publicité et à la promotion des boissons alcoolisées**. Certaines restrictions s'appliquent, notamment en ce qui concerne la promotion de l'alcool auprès des mineurs et la présentation de l'alcool comme ayant des bénéfices pour la santé.

→ La participation au club d'œnologie est interdite aux mineurs.

→ Le club a la responsabilité de veiller à la sécurité et au bien-être des participants au club. Il lui faut « prendre des mesures » pour éviter les excès de consommation d'alcool.

Deux risques principaux sont identifiés :

### 1. le risque lié à la conduite d'un véhicule à l'issue d'une dégustation.

Les quantités de vin proposées lors des dégustations seront donc limitées à 4 cl de vin (5 x 4 cl = 20 cl, limite légale)

Les vins dégustés doivent être recrachés

Le (petit) verre de vin qui clôt la séance devra être réservé à ceux qui ont recraché le vin

Les femmes doivent être conscientes de leur plus grand risque de dépasser la limite légale par rapport aux hommes

Un éthylotest sera proposé à l'issue de la séance

Le club se réserve le droit de retirer les clés à un conducteur qui aurait dépassé les limites légales de consommation.

### 2. le risque lié à une consommation excessive d'alcool pendant la séance de dégustation indépendamment de la conduite d'un véhicule.

Il n'est pas de la responsabilité du club de veiller à la protection de la santé d'éventuels buveurs excessifs chroniques qui pourraient participer au club. La préservation de l'image du club et l'évitement de comportements inappropriés sont une priorité du club.

### MESURES PRATIQUES

- Essayer de ne pas venir le ventre vide.
- Avaler une fraction des vins dégustés et y ajouter un verre en fin de séance peut faire dépasser la limite légale pour conduire.
- Pour ceux qui auraient avalé malgré la consigne tout ou partie des échantillons dégustés, il serait prudent de s'abstenir du « verre de l'amitié » final s'ils reprennent le volant.
- Prendre en compte les différences de capacité à métaboliser l'alcool entre les hommes et les femmes en étant particulièrement prudent chez les dernières.
- Il est recommandé de ne pas prendre le volant rapidement après avoir consommé le dernier verre
- A l'issue de chaque atelier, une mesure par éthylotest sera proposée pour vérifier la compatibilité des taux sanguins d'alcool avec la conduite
- Les membres du club auront la responsabilité de proposer une solution à ceux qui seraient en dehors des limites légales pour prendre le volant

..... a pris connaissance de ce document

Le ..... A .....

Signature



# Principes à respecter en matière de consommation d'alcool

## L'ASPECT JURIDIQUE

En France, il n'y a **pas de législation spécifique** concernant la consommation d'alcool dans les clubs d'œnologie. Ils sont réglementés par le Code de la santé publique<sup>1</sup> et le Code du commerce<sup>2</sup>.

Voici les éléments clés :

- **L'âge légal** pour la consommation d'alcool en France est de **18 ans**. Les clubs d'œnologie doivent respecter cette restriction et vérifier l'âge des participants avant de leur servir de l'alcool.
- Les clubs d'œnologie ont la responsabilité de **veiller à la sécurité et au bien-être de leurs participants**. Ils doivent **prendre des mesures pour éviter les excès** de consommation d'alcool et **prévoir des alternatives non alcoolisées** pour les personnes qui ne souhaitent pas boire.
- Les clubs d'œnologie doivent **respecter les règles relatives à la publicité et à la promotion des boissons alcoolisées**. Certaines restrictions s'appliquent, notamment en ce qui concerne la promotion de l'alcool auprès des mineurs et la présentation de l'alcool comme ayant des bénéfices pour la santé.

NB : un club d'œnologie qui souhaiterait vendre de l'alcool devrait obtenir une licence appropriée conformément à la réglementation en vigueur. Différents types de licences sont disponibles en fonction de l'activité et du volume de vente d'alcool.

<sup>1</sup>**Code de la santé publique (CSP)** : Le Code de la santé publique établit les dispositions législatives et réglementaires relatives à la santé publique en France. Plusieurs articles du CSP traitent de la vente, de la consommation et de la publicité des boissons alcoolisées, notamment les articles L3321-1 à L3323-5 :

- Article L3321-1 : Définitions  
Ce premier article définit les termes utilisés dans la réglementation sur l'alcool, tels que "boissons alcooliques", "boissons fermentées" et "boissons spiritueuses".
- Article L3321-2 : Interdiction de la vente d'alcool aux mineurs  
Cet article stipule qu'il est interdit de vendre, d'offrir gratuitement ou de laisser consommer des boissons alcooliques à des personnes de moins de 18 ans. Il précise certaines exceptions pour les boissons fermentées non distillées, qui peuvent être vendues aux personnes âgées de 16 ans et plus.
- Article L3321-3 : Publicité et promotion des boissons alcooliques  
Cet article établit les restrictions et les réglementations concernant la publicité et la promotion des boissons alcooliques, dans le but de prévenir les pratiques commerciales incitant à une consommation excessive ou inappropriée.
- Article L3323-1 : Vente d'alcool dans les débits de boissons  
Cet article régit la vente d'alcool dans les débits de boissons (établissements tels que les bars, les restaurants, etc.). Il aborde des aspects tels que les licences, les autorisations administratives, les horaires d'ouverture et de fermeture, ainsi que les règles spécifiques applicables.
- Article L3323-2 : Règles sur la vente à emporter et la livraison d'alcool  
Cet article traite des règles relatives à la vente d'alcool à emporter, notamment la vente en supermarchés, épiceries, etc. Il aborde également la vente à distance et la livraison d'alcool.
- Article L3323-3 : Sanctions  
Cet article énonce les sanctions encourues en cas de non-respect des dispositions légales sur la vente et la consommation d'alcool.
- Article L3323-5 : Réglementation spécifique à certaines boissons alcooliques  
Cet article traite des dispositions spécifiques applicables à certaines catégories de boissons alcooliques, telles que les boissons alcoolisées contenant des sucres ajoutés, les boissons énergisantes alcoolisées, etc.

Loi Évin : La Loi n° 91-32 du 10 janvier 1991, communément appelée "Loi Évin", régit la publicité et la promotion des boissons alcoolisées en France. Elle vise à lutter contre la consommation excessive d'alcool et à protéger la santé publique.

Le décret n° 2006-583 du 23 mai 2006 (en application de l'article L3331-1 du Code de la santé publique) relatif aux boissons alcooliques dans les établissements et lors des manifestations : précise certaines règles relatives à la vente, à la consommation et à la promotion des boissons alcooliques dans les établissements recevant du public (ERP) et lors des manifestations. Il énonce une réglementation spécifique pour les boissons spiritueuses (dont le titre alcoométrique volumique est supérieur à 22 degrés) et spécifie que les vendeurs d'alcool peuvent être tenus responsables des dommages causés par la consommation excessive de boissons alcooliques si leur faute ou négligence est prouvée.

**Application aux clubs d'œnologie** : Bien que les clubs d'œnologie soient des associations déclarées et que leur activité principale soit la dégustation de vins, ils peuvent être concernés par les dispositions de l'article L3331-1 pour plusieurs raisons :

1. Fourniture d'alcool : Si le club d'œnologie fournit des boissons alcooliques à ses membres, même gratuitement, il doit également respecter les dispositions légales. L'interdiction de fournir de l'alcool aux mineurs s'applique également dans ce cas.
2. Responsabilité civile : **Même en tant qu'association déclarée, un club d'œnologie peut être tenu responsable des dommages causés par la consommation excessive d'alcool lors de ses activités**. Il est donc important de prendre des mesures appropriées pour prévenir les risques liés à la consommation d'alcool et assumer une responsabilité civile adéquate.
3. Vente d'alcool : Si le club d'œnologie vend des boissons alcooliques à ses membres, même dans le cadre d'une activité de dégustation, il doit respecter les règles relatives à la vente d'alcool. Cela peut inclure l'interdiction de vendre de l'alcool aux mineurs, la réglementation spécifique pour les boissons spiritueuses, etc.

- Article L3342-1 : Il réglemente la vente d'alcool dans les débits de boissons (licences, horaires, etc.).
- Article L3342-3 : Il interdit la vente d'alcool aux mineurs.

**Application aux clubs d'œnologie** : la réglementation de la publicité concernant les clubs d'œnologie est encadrée par divers textes législatifs et réglementaires, notamment le Code de la Santé Publique et le Code de la Consommation. Voici quelques points clés à prendre en compte :

#### LES PRINCIPES

1. Interdiction de publicité mensongère : Les clubs d'œnologie doivent s'assurer que leur publicité est honnête, véridique et ne comporte pas d'informations trompeuses. Ils doivent éviter de faire des déclarations fausses ou exagérées sur leurs services ou leurs compétences.
2. Promotion responsable de l'alcool : La publicité des clubs d'œnologie doit promouvoir une consommation responsable de l'alcool. Elle ne doit pas encourager la consommation excessive ou irresponsable d'alcool. Il est important de faire preuve de modération et de sensibiliser à la consommation responsable d'alcool.
3. Protection des mineurs : La publicité des clubs d'œnologie ne doit pas être destinée aux mineurs ni inciter les mineurs à consommer de l'alcool. Elle doit être conçue de manière à ne pas attirer l'attention des mineurs et doit éviter toute représentation ou suggestion de jeunesse ou d'immatunité.
4. Respect des règles de publicité générales : Les clubs d'œnologie doivent également respecter les règles générales de publicité applicables en France, telles que l'interdiction de publicité discriminatoire, la protection de la dignité humaine, l'interdiction de publicité clandestine, etc.

#### LES TEXTES DE REFERENCE

1. Loi Évin : La loi n° 91-32 du 10 janvier 1991, connue sous le nom de "Loi Évin", réglemente la publicité et la promotion des boissons alcoolisées en général, y compris les clubs d'œnologie. Cette loi vise à prévenir les pratiques commerciales incitant à une consommation excessive d'alcool et à protéger les jeunes contre l'incitation à la consommation d'alcool.
2. Décret n° 92-280 : Le décret n° 92-280 du 27 mars 1992, pris en application de la loi Évin, précise les règles relatives à la publicité pour les boissons alcoolisées. Il fixe des restrictions sur le contenu, le support, les horaires et les modalités de diffusion de la publicité, y compris pour les clubs d'œnologie.
3. Code de la santé publique : Le Code de la santé publique contient des dispositions relatives à la publicité des boissons alcoolisées, qui s'appliquent également aux clubs d'œnologie. Ces dispositions sont principalement contenues dans les articles L3323-2 à L3323-4 du Code de la santé publique.

## CONSEQUENCES PRATIQUES POUR LE CLUB D'ŒNOLOGIE DE MÉRIGNAC ?

- \* Une règle fondamentale sera facile à respecter, celle qui interdit la participation d'un mineur.
- \* Plus difficile : ce qui concerne la responsabilité de veiller à la sécurité et au bien-être des participants au club. Il faut « prendre des mesures » pour éviter les excès de consommation d'alcool.

Deux risques principaux sont identifiés :

### 1. le risque lié à la conduite d'un véhicule à l'issue d'une dégustation.

Au-delà du risque objectif d'atteinte du conducteur alcoolisé ou de tiers qui est à prévenir, la législation définit les limites de ce qui est autorisé et se base sur une mesure du taux d'alcool en grammes par litre de sang. Cette mesure est faite par analyse de sang ou par éthylomètre sur l'air expiré. Des sanctions sont appliquées avec une gradation :

- **contravention** de **135 €** pour des mesures allant de **0,50 à 0,79 g/l** et **0,8 g/l** (0,25 mg à 0,40 mg dans l'air expiré) avec **retrait de six points** sur le permis de conduire. En fonction des circonstances, elle peut être accompagnée d'une suspension de permis jusqu'à 3 ans.
- **délit** au-delà de **0,8 g/l**. Le permis est confisqué jusqu'à 120h en attendant la décision du préfet, puis **suspendu pour une durée comprise entre 6 mois et 3 ans** selon la décision de justice rendue. Le **véhicule est immobilisé** immédiatement. Le conducteur a dans l'obligation de suivre un **stage de sensibilisation** à la sécurité routière, il **perd 6 points sur le permis** de conduire. À l'issue du jugement, le juge pourra en outre exiger du conducteur qu'il installe un dispositif d'éthylotest antidémarrage lorsqu'il récupérera son permis. L'amende encourue peut atteindre enfin **jusqu'à 4 500 euros**.

Pour les **jeunes conducteurs en période probatoire**, le taux limite légal d'alcool est de **0,2g/l** de sang soit 0,10 mg par litre d'air expiré. Les sanctions sont les mêmes, en contravention comme en délit. Cette limite est la même pour les conducteurs de transport en commun.

### Quelle est la responsabilité du club ?

Les obligations du club sur lesquelles se pencherait le tribunal seraient de se demander :

- si la quantité d'alcool proposée au membre à l'issue de la séance était excessive
- si le membre était visiblement en état d'ébriété
- si le club s'est informé si le membre désirait conduire sa voiture en sortant
- si oui, a-t-il suggéré une alternative (attente, covoiturage, taxi)
- si le club lui a suggéré de souffler dans un appareil de mesure du taux d'alcoolémie disponible sur place
- si le club a tenté de prendre les clés du membre qui veut conduire, mais qui est visiblement trop alcoolisé
- si le club a appelé un taxi pour le membre
- si le club a appelé la police si le membre en état d'ébriété se dirige vers sa voiture
- si le club a privilégié des lieux accessibles par transport en commun

En pratique pour anticiper un éventuel contrôle du fonctionnement du club :

- il paraît pertinent de **rédigier dans le règlement intérieur la limite des quantités proposées** lors des séances de dégustation.
- 17 personnes se partageant une bouteille ont accès à **4,4 cl** de vin (il est possible d'en verser une quantité moindre)
- Si 5 vins sont dégustés et que le membre **avale** chaque échantillon dégusté, cela peut représenter **22 cl** de vin, soit déjà plus que les « deux verres » considérés comme la limite maximale à consommer avant de conduire un véhicule.

Il est donc important \* d'**insister sur la nécessité de recracher le vin après la dégustation de chaque échantillon.**  
\* de limiter le « verre de l'amitié » qui clôt la séance à **un verre unique.**

Il est aussi important de pouvoir **proposer un éthylo-test** au membre qui quitte le lieu de la dégustation, qui compte reprendre son véhicule et qui se sent (ou non) à risque de dépasser la limite autorisée.

## **2. le risque lié à une consommation excessive d'alcool pendant la séance de dégustation indépendamment de la conduite d'un véhicule.**

Il ne semble pas de la responsabilité du club de veiller à la protection de la santé d'éventuels buveurs excessifs chroniques qui pourraient participer au club. Il est cependant évident que la préservation de l'image du club et l'évitement de comportements inappropriés liés à un état ébrié nécessitent la mise en place d'un protocole d'avertissement et d'exclusion si cela venait à se produire.

### Influence de la dégustation sur le taux circulant d'alcool



L'alcool est une toute petite molécule qui ressemble à un petit chien levant la patte (CH<sub>3</sub>CH<sub>2</sub>OH)  
Elle diffuse très rapidement à travers les muqueuses, d'autant plus que le temps de contact est long.

Il y a très peu de données sur l'absorption d'alcool par la muqueuse buccale lors des dégustations :

- une étude est rapportée par Bob Campbell MW, un journaliste Master of Wine ? dégustateur pour le site d'œnologie australien et néozélandais The Real Review (<https://www.therealreview.com/>). Il y fait mention d'une étude australienne menée lors d'une dégustation de 180 échantillons en une journée. Une disposition du règlement stipulait que tous les juges devaient recracher tous les échantillons testés. Malgré cette précaution, les chercheurs ont trouvé une concentration sanguine d'alcool correspondant à l'absorption de  $\frac{3}{4}$  de bouteille de vin. Cette étude, menée par la Otago Dental School dans le but initial de mesurer l'effet du vin sur l'émail dentaire, ne semble pas accessible dans la littérature scientifique. Bob Campbell insiste sur le fait qu'il n'y a pas de récepteurs du goût dans l'arrière gorge et que le vin ne nécessite donc pas d'être avalé contrairement à la bière pour laquelle les récepteurs de l'amertume à la racine de la langue nécessitent que les membres d'un jury de dégustation avalent une petite quantité.

- une étude a été publiée, mais dans une revue à comité de lecture peu exigeant au vu de faiblesses de l'article.

The Bac(chus) experiment: blood alcohol concentrations after wine tasting

Albert van de Wiel et al., Wine Studies 2012; volume 2:e1 (<https://doi.org/10.4081/ws.280>)

Il y a un jeu de mot entre BAC (blood alcohol concentration, concentration sanguine d'alcool) et Bachus...

#### Protocole de l'étude :

10 employés hospitaliers du Meander Medisch (NL), 30-60 ans, aucune consommation d'alcool dans les 24h précédant l'expérimentation, absence d'imprégnation alcoolique chronique vérifiée (GGT, TGA, TGP, CDT\*, VGM)

Le dernier repas date de 4,5h

Dégustation de 10 vins (5 rouges, 5 blancs), taux d'alcool de vins : 11,5-13,5%

La concentration sanguine d'alcool est mesurée 15 minutes après la session (de durée ~1h)

Expérience 1 : le vin reste dans la bouche pendant 15 secondes puis et il est recraché, ceci à deux reprises à un intervalle de 5 minutes (intervalle de 10 minutes entre les vins blancs et les vins rouges). La bouche est rincée à l'eau après chaque dégustation de vin

Expérience 2 : 1,5 cl de vin est avalé pour chacun des 10 vins.

#### Résultats :

Malgré des données incohérentes entre les tableaux/figures et les commentaires, on peut probablement retenir de cette étude que :

- les **taux les plus élevés** étaient retrouvés chez les deux **femmes avec le BMI le plus bas** (BMI= body mass index, marqueur de corpulence, normal entre 18,5 et 23) → sexe et poids influencent la concentration sanguine d'alcool (cela est déjà très argumenté dans la littérature scientifique).
- quand le vin était recraché et la bouche lavée à l'eau, (expérience 1), les concentrations d'alcool circulantes étaient entre **0,01 et 0,03 g/l**
- les taux observés à l'issue de l'expérience 2 (15 cl de vin absorbé en tout) a donné des concentrations d'alcool circulantes entre **0,3 et 0,63 g/l**

\* La carbohydre déficient transferrin (CDT), ou transferrine carboxy-déficente en français, est une glycoprotéine synthétisée par le foie. Elle est spécifique de la présence d'alcool dans le sang après absorption. Combinée au dosage de la  $\gamma$ -glutamyltransférase, elle permet de mettre en évidence une consommation chronique d'alcool.

## Quelques notions importantes en ce qui concerne le métabolisme de l'alcool <sup>1</sup> :

- l'absorption d'alcool (avalé) dépend de nombreux facteurs. Elle est plus rapide dans un estomac vide et quand la concentration de la boisson est de 20-30%, alors que les alcools forts (40% et plus) retardent la vidange gastrique et inhibent l'absorption. Les boissons gazeuses (whisky soda, champagne...) accélèrent l'absorption. L'alimentation, et en particulier les sucres, retardent l'absorption et peuvent diminuer les concentrations sanguines d'alcool des trois quarts.

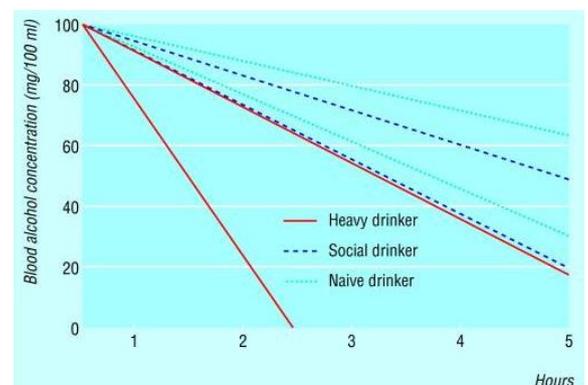
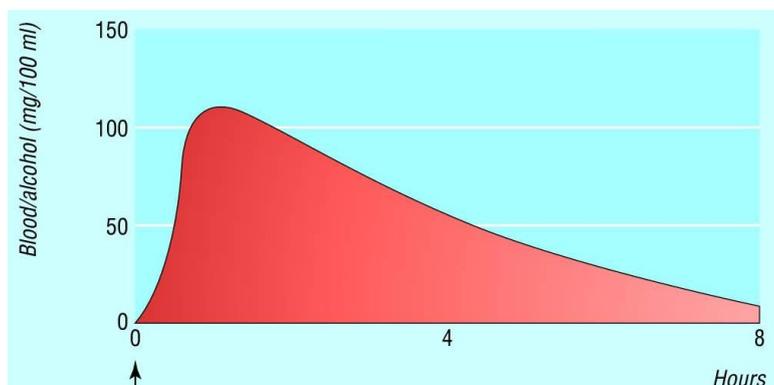
- l'alcool se distribue de façon égale dans l'eau contenu dans l'organisme : la plupart des tissus sont exposés aux mêmes concentrations que celles observées dans le sang. Seul le foie est plus concentré en alcool du fait de l'arrivée directe de l'alcool à partir de l'estomac et de l'intestin grêle par la veine porte. L'alcool diffuse d'autant plus vite dans les tissus que les organes sont plus vascularisés (poumons, cerveau).

- les tissus gras contiennent beaucoup moins d'alcool du fait de sa faible solubilité dans les graisses. Cela explique que les femmes aient des concentrations sanguines plus élevées à apport égal d'alcool même à taille et poids égal (les femmes ont plus de masse grasseuse). De plus les femmes ont des taux beaucoup plus faibles d'un type d'enzymes (les alcool déshydrogénases) dans l'estomac et métabolisent donc moins bien l'alcool avant qu'il soit éliminé par le foie (en acide urique, glucose, cétones et triglycérides, donc en nouvelles graisses qui seront stockées). Chez les buveurs modérés, l'élimination de 0,15 g/l par heure en moyenne.

	HOMMES								FEMMES								
	À jeun				Lors d'un repas				À jeun				Lors d'un repas				
	60	70	80	90	60	70	80	90	60	70	80	90	60	70	80	90	
Poids kg																	
20 cl de vin à 12°	0.46	0.39	0.34	0.30	0.29	0.25	0.22	0.19	0.64	0.53	0.46	0.40	0.35	0.29	0.25	0.22	

- si l'estomac est vide, le pic de concentration d'alcool est atteint après 1h environ, puis la concentration diminue de 0,15 g/l et par heure (dans le graphique de gauche, 100 correspond à 1 g/l).

- les buveurs excessifs développent une « tolérance » à l'alcool car ils métabolisent l'alcool plus efficacement (alcool déshydrogénase et cytochrome P450). On voit dans la figure ci-dessous à droite la décroissance de la concentration d'alcool à partir de la valeur de 1g/l en fonction du temps chez les buveurs excessifs (dans l'intervalle des lignes rouges), lors de l'alcoolisation « sociale » (dans l'intervalle des lignes pointillées bleues) et chez le buveur débutant (dans l'intervalle des lignes pointillées vertes).



<sup>1</sup> Alcohol in the body, Alex Paton (BMJ. 2005 Jan 8; 330(7482): 85-87) est une bonne référence.

De ces notions on peut tirer quelques enseignements pour maîtriser le risque lié à la consommation d'alcool dans le cadre d'une dégustation au club :

- Essayer de ne pas venir le ventre vide
- Avaler une fraction des vins dégustés et y ajouter un verre en fin de séance peut faire dépasser la limite légale pour conduire
- Pour ceux qui avalent tout ou partie des échantillons dégustés, il serait prudent de s'abstenir du « verre de l'amitié » final s'ils reprennent le volant
- Prendre en compte les différences de capacité à métaboliser l'alcool entre les hommes et les femmes en étant particulièrement prudent chez les dernières
- Il est recommandé de ne pas prendre le volant rapidement après avoir consommé le dernier verre
- À l'issue de chaque atelier, une mesure par éthylotest sera proposée pour vérifier la compatibilité des taux sanguins d'alcool avec la conduite
- Les membres du club auront la responsabilité de proposer une solution à ceux qui seraient en dehors des limite légales pour prendre le volant