

---

## Album contre l'alcoolisme

**Numéro d'inventaire** : 2007.01024

**Type de document** : travail d'élève

**Période de création** : 3e quart 20e siècle

**Date de création** : 1974

**Matériau(x) et technique(s)** : papier

**Description** : Album composé de 13 chemises cartonnées rouges, textes écrits en feutres de plusieurs couleurs et illustrés par des graphiques, des articles, photos, reproductions, dessin d'élève.

**Mesures** : hauteur : 32 cm ; largeur : 23 cm

**Notes** : Le thème de l'alcoolisme est étudié sous toutes ses formes : définition, statistiques, les types de buveurs, les boissons, les effets sur le corps et la santé, les conséquences, les cures, les recommandations. Dossier abondamment illustré et documenté ( tableaux d'art, graphiques, articles, photos, poème...etc). La couverture est illustrée par une fresque : "La Tempérance".

**Mots-clés** : Éducation à la santé et à la sexualité

**Filière** : École primaire élémentaire

**Niveau** : Cours moyen

**Nom de la commune** : Évreux

**Utilisation / destination** : enseignement

**Autres descriptions** : Langue : français

Nombre de pages : non paginé

Commentaire pagination : 52 p.

ill. en coul.

**Lieux** : Évreux

Album contre l'alcoolisme



École du Puits Carré Evreux

Cours Moyen 2<sup>e</sup> année

1973. 1974

Sur la couverture: "La tempérance": Fresque peinte sur le mur d'une salle du château royal de Colzangom (Hongrie)



"La tempérance" de Sándor Ferenczy

L'alcool est un poison: 2 grammes injectés tuent un lapin, un litre peut causer la mort d'un homme.

Le degré alcoolique d'une boisson est son pourcentage volumétrique en alcool. Dire, par exemple, qu'un vin titre 10°, cela veut dire qu'il renferme 100 ml (ou 100 cm<sup>3</sup>) d'alcool par litre (soit le dixième de son volume). Cette notion de base est généralement mal connue. Beaucoup de personnes, même cultivées, pensent qu'un litre de vin à 10 degrés ne contient que 10 grammes d'alcool pour alors qu'il en renferme environ 80 (densité de l'alcool à 0,78).

L'alcoolique est la personne qui a besoin de boire de l'alcool, qui ne peut pas surmonter ce besoin et qui présente des troubles divers par suite de cette consommation excessive fournie pendant des années.

Généralement, l'alcoolique est aussi un alcoolomane: il ne peut plus contrôler sa consommation (l'alcoolisme est le cas particulier de toxicomanie dont la cause est l'alcool).

L'alcool ne donne pas de force

Il est faux, de s'imaginer à que lors d'un travail intense, on peut boire excèsivement. Il faut manger davantage et en mangeant davantage, on peut, en conséquence, accroître proportionnellement les calories alcooliques, mais il serait erroné d'accroître la ration d'alcool sans augmenter parallèlement l'alimentation non alcoolisée.

L'alcool n'est certes pas un aliment plastique indispensable comme les protéines, les acides aminés et les vitamines, mais c'est un aliment susceptible de contribuer, à sa manière, à l'équilibre énergétique de l'individu. Le problème est de connaître les limites de l'usage rationnel utile et agréable, mais ni dangereux ni permicieux.



ON NE SAURAIT POURSUIVRE UN TRAVAIL MUSCULAIRE INTENSE POUR UNE QUANTITÉ D'ALCOOL, DONT LA QUANTITÉ TOLÉRABLE EST LIÉE POUR CHAQUE INDIVIDU À SON POIDS ET NON À SON ACTIVITÉ.

L'alcool est frappé d'incapacité totale en ce qui concerne son utilisation pour le travail musculaire. Il s'ensuit pratiquement que le même sujet, qu'il soit au repos ou qu'il se livre à un travail intense, n'élimine pas plus, ni plus rapidement, l'alcool. Il ne peut donc s'autourner de ce travail pour en aborder davantage, contrairement aux idées reçues. On peut même avancer que plus on travaille, moins on peut boire d'alcool, puisque, si la quantité des divers éléments de la ration est liée au travail à fournir, la quantité d'alcool tolérée, elle, est liée au poids du travailleur. Il s'ensuit donc, contrairement à ce qu'on pense communément que le pourcentage d'alcool dans la ration diminue au fur et à mesure que cette ration augmente.

