

## Le Kottabos



### Public

Adolescent  
Adulte

à partir de 16 ans (pour les personnes ayant déjà une consommation hebdomadaire d'alcool).

### Objectif(s)

- Sensibiliser aux effets de la consommation d'alcool ;
- Informer sur la physiologie de l'alcool (absorption - l'élimination).

### Description

A travers neuf expérimentations ludiques qui explorent les effets immédiats de l'alcool et son absorption dans le corps, l'outil Kottabos, apporte des connaissances scientifiques sur l'alcool et donne des pistes de mise en projets dans une démarche de promotion de la santé.

L'outil est accompagné d'un dossier pédagogique avec des données théoriques très complètes.

### Utilisation

Le Kottabos permet au jeu de participer au développement de ses connaissances. Accompagné par un animateur, le jeu passe par trois étapes : il expérimente les modules, observe ce qui s'y passe et interprète. A partir de son expérience et de sa réflexion, il construit lui-même ses connaissances. Les échanges du groupe, enrichissent toutes les participations.

Les neuf expérimentations du kottabos permettent d'aborder :

- l'absorption rapide et l'élimination lente de l'alcool dans l'organisme ;
- les différences individuelles face à l'ingestion d'alcool ;
- les pertes sensorielles lors de l'absorption d'alcool (contraste, champ visuel, réflexes) ;
- l'accumulation des risques ;
- l'ouverture sur les autres risques : santé et dépendance.

Pour les professionnels n'ayant pas suivi la formation à son utilisation, il est important de prévoir du temps pour se l'approprier. Le CLPS peut proposer une formation "allégée" à son utilisation.

### • Editeur

Association Nationale de Prévention en Alcoologie et en Addictologie du Nord-Pas-de-Calais (ANPAA 59)

### • Date d'édition

2000

### • Disponibilité

Centre Local de Promotion de la Santé en province de Brabant wallon asbl

Centre Local de Promotion de la Santé en province de Luxembourg asbl

### • Support

Mallette pédagogique

### **Avis du CLPS**

Le kottabos permet au participant de réfléchir à sa propre alcoolisation, à sa perception du risque. Il s'adresse aux jeunes à partir de 16 ans mais peut également être utilisé auprès d'adultes.

Ludique et modulable, le Kottabos s'adapte à des contextes et des publics variés (école, entreprises,.....). Il peut servir de départ à un projet sur les assuétudes ou la santé des jeunes.

