



Le Protoxymètre

Outil de prévention sur le protoxyde d'azote

09 juillet 2026

Maya Salamé, chargée de projets au CODES 30



Comité départemental d'Education pour la Santé du Gard (CODES 30)



- Le CODES 30 (Comité Départemental d'Éducation pour la Santé), est une association basée à Nîmes
- Depuis sa création, le CODES 30 agit pour promouvoir la santé publique et réduire les inégalités d'accès à la santé sur l'ensemble du territoire gardois
- Nous développons des actions d'éducation, de prévention et de formation destinées à différents publics : enfants, adolescents, adultes, seniors, professionnels de santé, structures sociales ou collectivités



SÉNIORS



PROCHES AIDANTS
PARENTS



ADULTES
SALARIÉS



JEUNES
ÉTUDIANTS
APPRENTIS



ENFANTS



COMITÉ DÉPARTEMENTAL D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ DU GARD

Agir en prévention et
éducation pour la santé
dans le Gard !

POLE FORMATION

POLE CHARGÉE DE
PROJETS

POLE DOCUMENTAIRE

Projet « Jeunes, fêtes et addictions : Gard'ons le cap sur la prévention ! »



Promouvoir le bon déroulement des fêtes en alliant à la fois tradition et responsabilité de chacun :

En amont : en accompagnant les élus locaux, parents et jeunes dans leur réflexion sur les risques liés aux consommations excessives d'alcool et autres produits psycho-actifs en milieu festif

Sur les temps de fêtes :

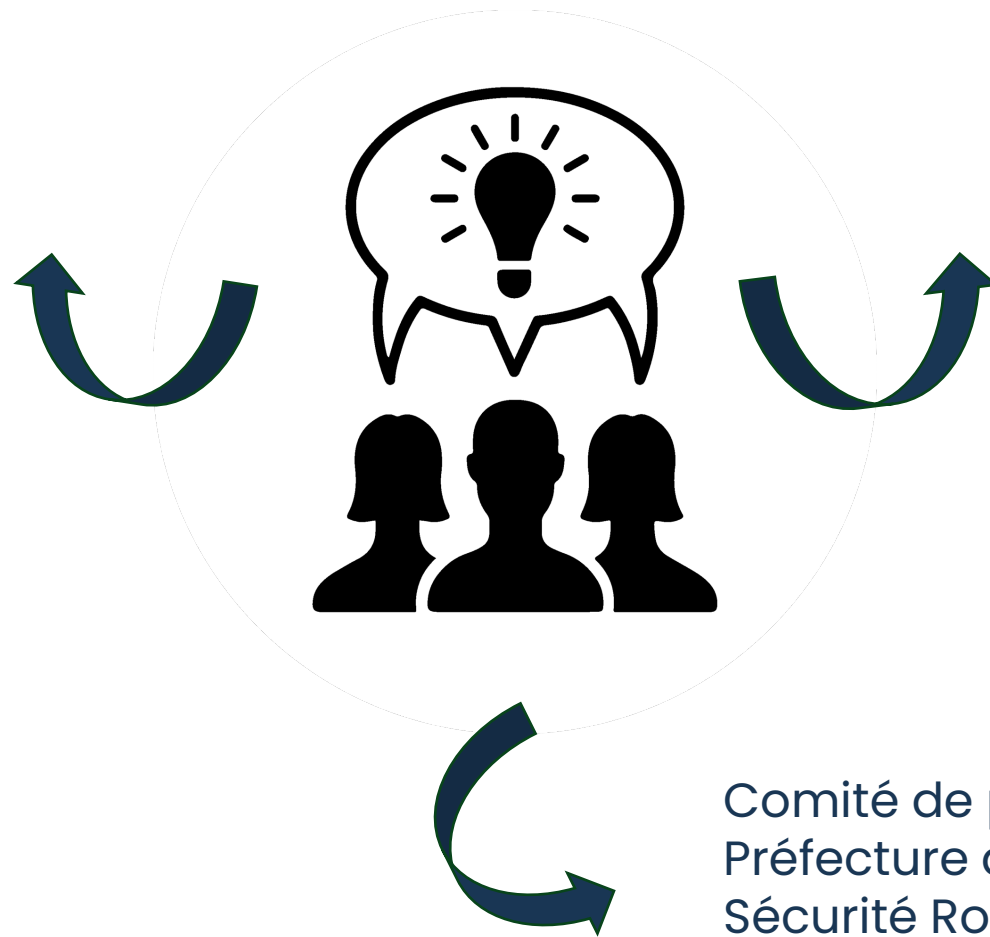
En favorisant la réduction des risques routiers et les usages nocifs de produits psycho-actifs lors d'évènements festifs

En sensibilisant les acteurs relais



Un projet collaboratif

Comité technique :
acteurs du territoire
intervenant en
milieu festif
(CAARUD, prévention
spécialisée, etc.)



Jeunes impliqués dans
les associations Avenir
Jeunesse et Avenir
Santé

Comité de pilotage :
Préfecture du Gard,
Sécurité Routière, AMF
30, DD ARS 30

Création d'un outil de prévention sur le protoxyde d'azote : le « Protoxymètre »

- Trois catégories :
- Première approche
 - Vigilance, à surveiller
 - Danger, demande de l'aide



1 ÈRE APPROCHE	VIGILANCE, À SURVEILLER	DANGER, DEMANDE DE L'AIDE !
Je vois des amis qui consomment	Je consomme un à plusieurs ballons	J'ai des hallucinations visuelles, ma perception est altérée
Je suis curieux(se), j'ai envie d'essayer	J'ai des nausées et des troubles digestifs	J'ai des troubles de l'humeur de type paranoïaque
	J'ai des maux de tête	Je me brûle les lèvres, le nez, les cordes vocales à cause du froid
	Je suis confus(se), désorienté(e) et j'ai des vertiges	Je manque d'air et je sens mon cœur s'accélérer
	J'ai des pertes de mémoire	Je perds mes réflexes de déglutition, je risque de m'étouffer
	J'ai des pertes de mémoire	Je perds connaissance et j'ai des convulsions
		Je ne vois plus mes jambes, elles sont paralysées
		Je suis en détresse respiratoire, je risque la perte complète de la vie

LE PROTOXYMÈTRE

Le protoxyde d'azote, un gaz hilarant aux conséquences graves : un moment d'euphorie peut gâcher votre vie

codes 310
Circuits de distribution pour la santé
Prévention des addictions

PREFET DU GARD
ZADINE
7 Avenue
34000 Montpellier

SÉCURITÉ ROUTIÈRE VIVRE ENSEMBLE

SAUVIR
Santé
0 800 23 13 13

Besoin d'un renseignement, d'en parler ?
Contactez Drogues Info Service

Pour plus d'informations

QR CODE :

- Orientation vers des structures d'accompagnement pour les personnes usagères de substances psycho-actives : CSAPA, CJC
- Conseils de réduction des risques



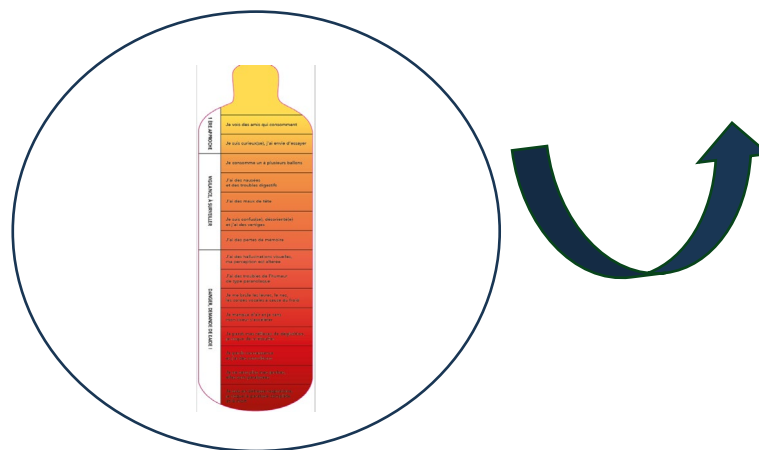
Diffusion de l'outil

Communes
signataires de la
charte de prévention
via le Kit Festif

Stands de
prévention lors de
forum santé à
destination de
jeunes

Structures
partenaires : CAARUD,
CSAPA, PJJ, MPF 30,
associations de
prévention
spécialisée,
commissariat d'Alès...

Outil disponible en
retrait auprès du
CODES 30 sous forme
de flyer et en
téléchargement sur le
site internet du CODES
30



Sensibilisations sur les risques autour du protoxyde d'azote

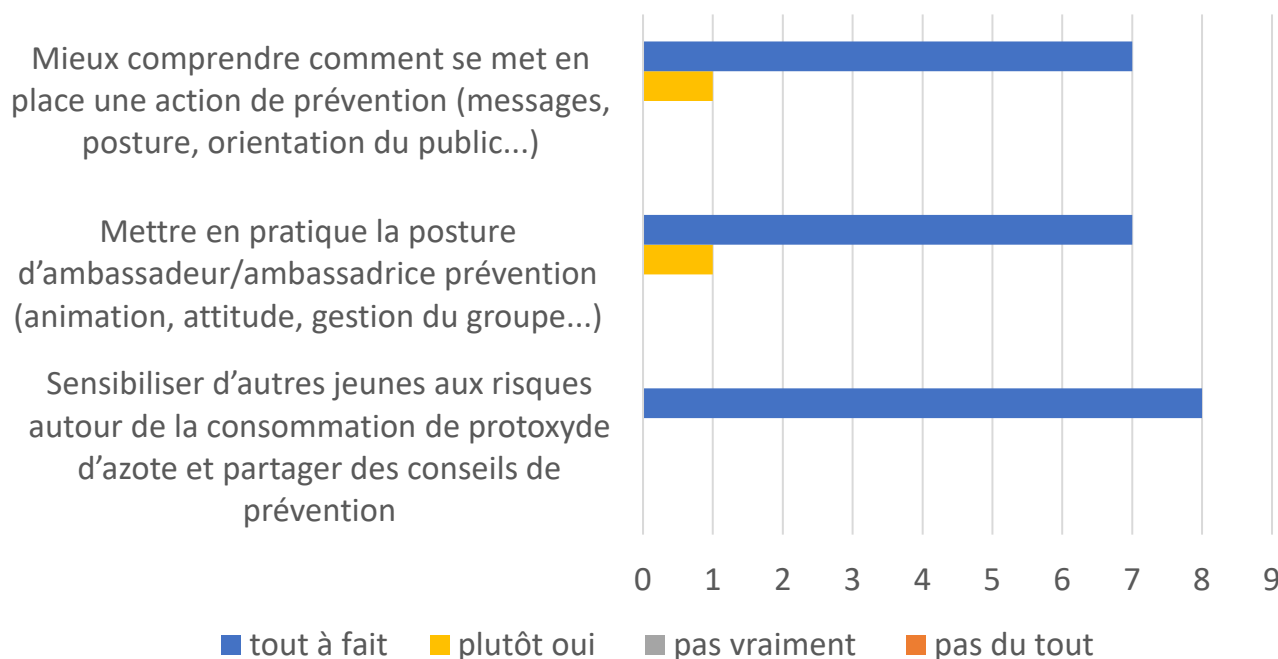
Objectifs de l'intervention :

Permettre aux participants d' :

- Exprimer leurs représentations sur les addictions et les conduites à risques
 - Améliorer leurs connaissances sur les drogues et leurs risques sur la santé, avec un focus sur le protoxyde d'azote
 - Identifier la posture et le discours de prévention, le message à transmettre à leurs pairs
 - Savoir animer une action de prévention via un outil de prévention (cf. « Protoxymètre »)
-
- En 2025, 3 sensibilisations ont eu lieu.

Focus : stand de sensibilisation et de prévention co-animé avec un groupe de jeunes

L'intervention a permis de



Verbatims :

- « Ca amène de la confiance en soi »
- « C'était trop bien, on veut refaire ce type d'actions »
- « J'ai pu rencontrer et discuter avec des intervenants, pour être bénévole à la Croix Rouge »
- « Merci beaucoup, à refaire ! »