

[2014]

LES JEUNES ET LE RISQUE D'ADDICTION : QUELQUES REPERES ...



GROUPE MOZAIC

[Sous commission « addictions »]

Document à destination du portail

Cartable de Savoie

SOMMAIRE

INTRODUCTION GENERALE	p 2
TABAC	p 5
1) Qu'est-ce que le tabac ?	p 5
2) Dangers	p 5
3) Quels sont les signaux qui peuvent m'alerter ?	p 5
4) Que dit la loi ?	p 6
5) Quelle attitude adopter ?	p 6
6) Qui peut vous aider ?	p 8
CANNABIS	p 9
1) Qu'est-ce que le cannabis ?	p 9
2) Dangers	p 9
3) Quels sont les signaux qui peuvent m'alerter ?	p 10
4) Que dit la loi ?	p 11
5) Quelle attitude adopter ?	p 11
6) Qui peut vous aider ?	p 13
ALCOOL	p 14
1) Qu'est-ce que l'alcool ?	p 14
2) Dangers	p 14
3) Quels sont les signaux qui peuvent m'alerter ?	p 15
4) Que dit la loi ?	p 15
5) Quelle attitude adopter ?	p 16
6) Qui peut vous aider ?	p 18

RAPPEL SUR LA CREATION ET L'EVOLUTION DU GROUPE DE TRAVAIL « MOZAIK »

Depuis de nombreuses années, le groupe de travail réunit, à l'échelle des quatre cantons de la vallée de Tarentaise Vanoise, des représentants :

- des services sociaux et éducatifs (C.G. 73, Service de Sauvegarde de l'enfance, M.E.C.S. « L'Accueil », P.J.J.)
- de l'éducation nationale (chefs d'établissement, C.P.E., services sociaux et médicaux)
- de l'insertion (M.L.J.)
- de la prévention et du soin (C.M.P. enfants et adolescents, C.S.A.P.A. « Le Pélican », E.L.S.A de l'hôpital de Bourg-Saint-Maurice...).

L'objectif du groupe est de faire vivre le partenariat et le travail en réseau en :

- Favorisant une bonne connaissance réciproque permettant une lecture croisée des problématiques des jeunes dans notre vallée,
- Enrichissant les réflexions en interne de chaque institution, prenant ainsi en compte les constats et analyses de l'ensemble des partenaires.
- Construisant des actions communes menées par différents groupes.

Ces actions communes se traduisent entre autre, par la réalisation de ce document d'information en lien avec les comportements des jeunes vis-à-vis des différents produits et que nous souhaitons rendre accessible au plus grand nombre : jeunes, parents, professionnels ...

RAPPELS SUR L'ADOLESCENCE

L'adolescence est une période importante du développement de l'individu. Les transformations sont d'ordre physiques et psychologiques tout autant qu'affectives, cognitives et sociales.

Ces changements peuvent provoquer une angoisse liée à une incertitude sur le devenir et à la baisse de la maîtrise de l'adolescent sur son environnement.

Afin de tendre vers une nouvelle identité, apparait la nécessité de déliaison avec les images parentales infantiles : recherche d'autonomie et d'identification propre.

Cette période de transition qui conduira à l'âge adulte passe par un travail d'autonomisation sociale, cognitive et émotionnelle qui reste une étape développementale essentielle.

Il existe bien entendu une grande variabilité interindividuelle quant à l'appropriation de cette période où l'adolescent doit s'éloigner des parents pour pouvoir grandir.

Le recours à l'expérimentation de produits (transgression des règles, prise de risque) peut revêtir un caractère initiatique afin d'interpeller les autres, leur signifier qu'on a grandi mais également les amener à changer leur regard et leurs attentes.

Cette autonomisation progressive ne doit pas pour autant empêcher une certaine vigilance de votre part quant à des comportements qui peuvent être excessifs.

Afin de vous aider à discerner plus distinctement les choses, nous vous proposons quelques informations et pistes de réflexion.

« JE PENSE QUE MON ENFANT FUME, DOIS-JE M'INQUIETER ? »

1) Qu'est-ce que le tabac ?

Le tabac est une plante que l'on fait sécher puis fermenter pour obtenir un goût spécifique. On le consomme essentiellement fumé.

Le tabac est une substance psychoactive qui agit sur le cerveau (modifications de l'activité mentale, du comportement, des sensations...). On retrouve le tabac essentiellement sous les formes suivantes :

- Cigarette
- Cigare
- Tabac à rouler (tabac « en vrac »)
- Tabac à chiquer (en sachet ou en poudre, stocké dans des boîtes rondes souvent métalliques)
- Chicha = Narguilé (système de « pipe à eau » qui permet de refroidir la fumée)

Prix : environ 6.10 € le paquet de 20 cigarettes, 2.50 € la boîte de tabac à chiquer.

2) Dangers :

Effets sur la santé : le tabagisme actif (fumer soi-même) et passif (être en présence d'un tiers fumeur dans un espace confiné essentiellement) peut engendrer de multiples pathologies : cancers (poumons, larynx, bouche, vessie, rein, utérus, pancréas, etc.), insuffisance respiratoire (asthme, bronchite...), pathologies cardiaques (infarctus, insuffisance artérielle, insuffisance cardiaque, etc.), diabète... Il peut en outre aggraver des pathologies déjà existantes.

Dépendance : Le tabac est un produit très fortement addictif. Sa consommation régulière peut aboutir à une dépendance, lorsqu'on ne peut plus s'en passer, sous peine de souffrances physiques et/ou psychiques. Nous sommes tous inégaux face à la dépendance qui peut s'installer plus ou moins rapidement. Néanmoins, plus la consommation est précoce, plus le risque de dépendance est important. L'arrêt de la consommation n'en sera que plus difficile. En outre, les mécanismes de dépendance sont activés dès lors qu'il y a un contact régulier avec le tabac et sa fumée (y compris en cas de tabagisme passif).

3) Quels sont les signaux qui peuvent m'alerter ?

La présence de l'un de ces signaux n'est pas forcément synonyme de gravité mais doit être source de questionnement.

- la précocité de la 1 ère cigarette (avant l'entrée au lycée toute consommation doit engendrer un questionnement particulier).
- la consommation solitaire et répétée.
- le changement des fréquentations de votre enfant.
- un besoin régulier d'argent de poche.
- l'utilisation répétée d'encens et/ou fenêtre ouverte même en plein hiver.
- odeurs de tabac.

4) Que dit la loi ?

La loi interdit de fumer dans les lieux publics (décret du 15.nov.2006 modifiant la loi Evin du 10.jan.1991). Cela s'applique dans tous les lieux fermés et couverts qui accueillent du public, les lieux de travail, et les transports collectifs. Il est également interdit de fumer dans les espaces ouverts des écoles, collèges et lycées publics et privés.

Le fait de fumer dans un lieu public est une contravention et entraîne une amende de 68 €.

La loi Evin interdit toute forme de publicité en faveur du tabac. Les infractions de cette loi peuvent entraîner une amende de 100 000 €.

La modification de la loi Evin du 21.juil.2009 interdit la vente de tabac aux mineurs de moins de 18 ans. **En cas d'infraction, les buralistes sont passibles d'une amende de 150 €.**

5) Quelle attitude adopter ?

Si vous vous trouvez confronté(e) à cette situation, tentez de :

➤ **Rester calme et essayer de prendre du recul :**

Il ne faut pas oublier que l'adolescence est une période propice aux premières expériences (curiosité, sensations). C'est une période de construction, d'affirmation de soi qui passe parfois par le rejet des valeurs et des systèmes familiaux. Cela peut être une expérimentation pour conforter son appartenance à un groupe de copains.

« L'idéal » serait d'être à la fois un parent qui assume son statut de parent (poser le cadre) et de rester un adulte référent en qui on a confiance et qu'on appelle en cas de problème.

➤ **Vous poser les bonnes questions :**

- Fréquence, quantité et contexte (seul, avec des amis, etc.) de la consommation ?

- Y-a-t-il des conséquences nocives ou des dommages sur la vie quotidienne (santé, finances, état psychologique...)?

- Quelle importance votre enfant reconnaît-il à cet usage ? Est-ce pour faire la fête, faire comme les autres, pour se détendre ou se stimuler ? Est-ce un produit indispensable à son bien-être ?

➤ **Vous positionner :**

Signifier son désaccord. Dire que l'on est inquiet pour lui. Eviter la discussion du problème sous l'impulsion de la colère, choisir un moment propice à l'échange.

L'évocation d'arguments en lien avec les risques encourus pour la santé touche peu les adolescents.

➤ **Vous intéresser à ce qui se passe :**

Vous informer sur les produits consommés. Essayez de connaître l'univers de votre enfant. Prenez le temps de l'écouter.

Il est essentiel de maintenir un dialogue même si votre enfant perçoit cela comme une entrave à son indépendance. Il a cependant besoin de se sentir entouré. Laissez le parler sans l'interrompre.

Il est important de pouvoir répondre aux questions et de rester l'un des interlocuteurs privilégiés de votre enfant.

Vous pouvez parler des produits mais aussi des problématiques associées (appartenance au groupe, la question de l'identité personnelle, savoir dire non...).

➤ **Ne pas hésiter à avoir recours à un tiers :**

Il est parfois difficile en tant que parents d'aborder ces questions. N'hésitez pas à solliciter l'aide d'un tiers, quelqu'un en qui le jeune a confiance (membre de la famille, entraîneur sportif...).

➤ **Lui proposer un RV dans une consultation spécialisée pour les jeunes consommateurs :**

Il pourra décider de votre présence ou non lors de l'entretien.

➤ **Accordez vous un temps d'information :**

Les consultations ont aussi pour mission de répondre à vos questions et inquiétudes sur les produits et leurs usages. Vous pouvez venir consulter seul ou accompagné de votre enfant.

6) Qui peut vous aider ?

N'attendez pas que la consommation s'installe, osez en parler dès vos premières interrogations. Vous pouvez contacter une équipe de professionnels qui vous recevra gratuitement et en toute confidentialité (vous et/ou votre enfant).

- Equipe éducative, de santé et sociale de l'établissement scolaire de mon enfant.
- Médecin traitant.
- E.L.S.A. : Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie du centre hospitalier de Bourg-Saint-Maurice.

Tel. : 04.79.41.79.79

Mail : elsa@ch-bsm.fr

- Association d'addictologie « Le Pélican » Albertville

Tel. : 04.79.37.87.00

Mail : asslepelican@wanadoo.fr

« JE PENSE QUE MON ENFANT FUME DU CANNABIS, DOIS-JE M'INQUIETER ? »

1) Qu'est-ce que le cannabis ?

Le cannabis est une plante utilisée pour ses propriétés psychoactives dues au principe actif de celle-ci, le THC (tétrahydrocannabinol). Sa concentration est variable selon les types de produits. Il procure une modification des perceptions (impression de mieux entendre la musique...), légère euphorie, sentiment d'apaisement, légère somnolence mais aussi parfois malaise et vomissements, angoisse, confusion (= « bad-trip »).

Il se présente sous plusieurs formes :

- Herbe (marijuana, ganja, beuh, weed ...) → fumée (joint, bédou, spliff ...) +/- utilisation de chicha
- Résine (haschisch, shit, chichon...) → fumée
- Huile → fumée, alimentaire (« space cake »)

Coût : Une barrette de 2g de résine = 15 € environ
 Herbe : 1g = 6 €

La moyenne de la première expérimentation se situe vers 15 ans environ.

A 17 ans un jeune sur deux déclare avoir déjà fumé du cannabis, 15% des garçons et 6 % des filles de 17 ans en font un usage régulier (10 fois ou plus au cours du mois).

2) Dangers :

- a) **ILLEGALITE** : Le cannabis est un produit stupéfiant dont l'usage est illégal et entraîne des conséquences pénales pour le jeune consommateur (cf. paragraphe dédié).
- b) **EFFETS SUR LA SANTE ET SUR LA SCOLARITE** : Il n'y a pas d'overdose possible au cannabis. Toutefois un « bad trip » peut se produire : sensation de malaise, vomissement, impression de confusion, d'étouffement, angoisse très importante ... Cet état peut se manifester chez un premier consommateur mais également chez un usager régulier et nécessite une prise en charge appropriée par un service de soin.

Le produit est actif durant environ 4 h mais il peut être détectable bien plus longtemps dans les milieux biologiques (salive, sang, urine).

Tout comme le tabac, le cannabis expose à des risques, entre autres respiratoires, qui sont amplifiés dans certaines conditions de consommation (pipe à eau). Les atteintes cardiovasculaires sont également possibles et majorées par la consommation associée d'autres produits.

La consommation régulière de cannabis entraîne une diminution de la concentration, de la qualité du sommeil, une perturbation de la mémoire et une démotivation. Par conséquent l'usage de cannabis peut avoir un impact sur les résultats scolaires. Toutefois une chute des résultats doit amener à un questionnement plus large : d'autres facteurs peuvent entraîner un ralentissement des performances.

Il faut en outre garder à l'esprit que la maturité cérébrale de l'être humain s'achève aux alentours de 25 ans.

- c) NOTION DE DEPENDANCE : Tous les consommateurs ne sont pas égaux devant le risque de dépendance (habitudes de consommation, personnalité, histoire et environnement personnel ont une influence certaine sur le risque de dépendance).

La dépendance se traduit par l'impossibilité de résister à la consommation bien que les effets néfastes du produit soient connus du consommateur. L'abstinence est impossible. La dépendance peut être physique et/ou psychologique.

3) Quels sont les signaux qui doivent m'alerter ?

La présence de l'un de ces signaux n'est pas forcément synonyme de gravité mais doit être source de questionnement.

Quel que soit l'âge, toute consommation de cannabis n'est pas anodine.

- Toute consommation très précoce est un signe de gravité.
- La consommation solitaire, répétée.
- L'absentéisme scolaire, la chute des résultats.
- La perte d'intérêt pour des activités antérieurement appréciées (club de sport, activités de loisirs, etc.).
- Le repli sur soi.
- Le changement des fréquentations.
- Les problèmes financiers ou le changement de train de vie.
- Certains signes physiques : yeux rouges, augmentation de l'appétit, fatigue qui perdure, etc.
- Restes de cigarettes vidées de leur contenu, paquet de cigarettes dont on aurait arraché un bout de carton, feuilles « OCB » grand format ...
- Intérêt soudain pour le "jardinage" (la culture de plants de cannabis est possible en extérieur et en intérieur) : achats de graines, de pots, terreau, néons...

4) Que dit la loi ?

Le cannabis est classé comme un stupéfiant interdit depuis la convention unique sur les stupéfiants de 1961. La loi du 31 décembre 1970 interdit la production, la détention, la vente, l'achat, l'incitation à l'usage et l'usage de stupéfiants.

L'usage de stupéfiant est un délit qui peut entraîner 1 an de prison et 3 750 € d'amende. Il peut être ajouté l'obligation d'effectuer en plus **un stage de sensibilisation aux dangers de l'usage de produits stupéfiants** (article L3421-1,2 du Code de Santé Publique).

Le trafic (qui comprend le transport, la détention, l'offre, la cession, l'acquisition ou l'emploi illicite) de stupéfiant est passible de 10 ans d'emprisonnement et de 7 500 000 € d'amende (article L222-37 du Code pénal).

Toute offre ou vente de stupéfiants est assimilée à du trafic, quelle que soit la quantité ou la nature des relations entretenues avec les acheteurs (amis, famille...). Les peines sont doublées si le cannabis est destiné à un mineur.

L'usage ou le trafic de stupéfiants entraîne une inscription dans le casier judiciaire (ce qui peut entraîner une interdiction à exercer certains métiers).

L'incitation, la provocation, la propagande ou la publicité (exemples : bijoux en forme de feuille de cannabis, t-shirts...) en faveur du cannabis est passible de 5 ans d'emprisonnement et de 75 000 € d'amende (article L222-39 du Code pénal).

La conduite après usage de stupéfiants est un délit passible de 4 500 € d'amende, d'un retrait de 6 points sur le permis, d'une suspension ou d'une annulation du permis de 3 ans, et de 2 ans de prison.

5) Quelle attitude adopter ?

Si vous vous trouvez confronté(e) à cette situation tentez de :

➤ **Rester calme et essayer de prendre du recul :**

Il ne faut pas oublier que l'adolescence est une période propice aux premières expériences (curiosité, sensations). C'est une période de construction, d'affirmation de soi qui passe parfois par le rejet des valeurs et des systèmes familiaux. Cela peut être une expérimentation pour conforter son appartenance à un groupe de copains.

« L'idéal » serait d'être à la fois un parent qui assume son statut de parent (poser le cadre) et de rester un adulte référent en qui on a confiance et qu'on appelle en cas de problème.

➤ **Vous poser les bonnes questions :**

- Fréquence, quantité et contexte (seul, avec des amis etc. ...) de la consommation ?
- Y-a-t-il des conséquences nocives ou des dommages sur la vie quotidienne (santé, finances, état psychologique ...) ?
- Quelle importance votre enfant reconnaît-il à cet usage ? Est-ce pour faire la fête, faire comme les autres, pour s'endormir ? Est-ce un produit indispensable à son bien-être ?

➤ **Vous positionner :**

Signifier son désaccord. Dire que l'on est inquiet pour lui. Eviter la discussion du problème sous l'impulsion de la colère, choisir un moment propice à l'échange.

L'évocation d'arguments en lien avec les risques encourus pour la santé touche peu les adolescents.

Rappeler le cadre légal : le cannabis est illicite et classé comme stupéfiant. Les parents doivent transmettre le respect de la loi.

➤ **Vous intéresser à ce qui se passe :**

Vous informer sur les produits consommés. Essayez de connaître l'univers de votre enfant. Prenez le temps de l'écouter.

Il est essentiel de maintenir un dialogue même si votre enfant perçoit cela comme une entrave à son indépendance. Il a cependant besoin de se sentir entouré. Laissez le parler sans l'interrompre.

Il est important de pouvoir répondre aux questions et de rester l'un des interlocuteurs privilégiés de votre enfant.

Vous pouvez parler des produits mais aussi des problématiques associées (appartenance au groupe, la question de l'identité personnelle, savoir dire non...).

Il est également important de vous informer sur l'état psychologique de votre enfant (mal être ? tristesse qui perdure ? ...).

➤ **Ne pas hésiter à avoir recours à un tiers :**

Il est parfois difficile en tant que parents d'aborder ces questions. N'hésitez pas à solliciter l'aide d'un tiers, quelqu'un en qui le jeune a confiance (membre de la famille, entraîneur sportif, ...)

- **Lui proposer un RV dans une consultation spécialisée pour les jeunes consommateurs :**

Il pourra décider de votre présence ou non lors de l'entretien.

- **Accordez vous un temps d'information :**

Les consultations ont aussi pour mission de répondre à vos questions et inquiétudes sur les produits et leurs usages. Vous pouvez venir consulter seul ou accompagné de votre enfant.

6) Qui peut vous aider ?

N'attendez pas que la consommation s'installe, osez en parler dès vos premières interrogations. Vous pouvez contacter une équipe de professionnels qui vous recevra gratuitement et en toute confidentialité (vous et/ou votre enfant).

- Equipe éducative, de santé et sociale de l'établissement scolaire de mon enfant.
- Médecin traitant.
- E.L.S.A. : Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie du centre hospitalier de Bourg-Saint-Maurice.

Tel. : 04.79.41.79.79

Mail : elsa@ch-bsm.fr

- Association d'addictologie « Le Pélican » Albertville

Tel. : 04.79.37.87.00

Mail : asslepelican@wanadoo.fr

« MON ENFANT EST INVITE A UNE FETE. IL Y AURA SUREMENT DE L'ALCOOL. DOIS-JE M'INQUIETER ? »

1) Qu'est-ce que l'alcool ?

L'alcool est obtenu par distillation ou fermentation de végétaux riches en sucre et entre dans la composition des boissons alcoolisées. Il y a la même quantité d'alcool dans un verre de vin, un demi de bière, un verre de pastis, un verre de vodka etc... 1 verre standard = 10g d'alcool pur (attention aux verres « maison » ou à une consommation à même la bouteille).

L'alcool n'est pas digéré : il passe directement du tube digestif aux vaisseaux sanguins qui le transportent dans tout l'organisme en quelques minutes.

Les boissons contenant de l'alcool sont dans notre pays, pour des raisons culturelles, très appréciées et consommées mais aussi souvent banalisées.

Cependant il ne faut pas oublier que l'alcool est un produit psychotrope qui peut conduire notamment chez les jeunes, à des conduites à risques (accidents de la route, rapports sexuels non protégés ou non consentis, agressions, coma éthylique...).

Quelques termes spécifiques :

- Prémix : boisson composée d'alcool et de boisson non alcoolique (soda le plus souvent.) Ex. : vodka-pomme, whisky-cola ...). Le goût sucré masque le goût de l'alcool.
- Alcopops : mélange de deux boissons alcoolisées (bière et téquila par exemple) ou mélange d'un alcool avec un arôme (vodka au citron par exemple).

Ces boissons ciblent particulièrement une clientèle jeune qui peut être séduite par ces produits (goût, packaging attrayant ...).

2) Dangers :

Risques immédiats : l'alcool n'est pas digéré et passe donc directement dans les vaisseaux sanguins. S'il est consommé à des doses importantes il peut conduire à l'ivresse (troubles digestifs, nausées, vomissements, incoordination motrice ...) voire au coma éthylique qui peut être mortel en l'absence de prise en charge adaptée. L'accidentologie routière, les prises de risques sexuels et les troubles du comportement (violence par exemple) sont également fortement accentués sous l'emprise de l'alcool.

Risques à plus long terme : la consommation régulière et supérieure aux recommandations de l'O.M.S. (2 à 3 verres / jour et un jour par semaine sans alcool) augmente le risque d'atteintes physiologiques et le chemin vers la dépendance. Augmentation de cancers (sphère O.R.L. etc ...), atteintes du foie, du pancréas, troubles cardiovasculaires, maladies du système nerveux et troubles psychiques (dépression ...) ...

L'âge de la première ivresse marque la relation à l'alcool ultérieure de manière importante. Ressentir l'effet psychotrope de l'alcool jeune est un facteur de risque d'une relation difficile avec le produit.

3) Quels peuvent-être les signaux qui doivent m'alerter ?

La présence de l'un de ces signaux n'est pas forcément synonyme de gravité mais doit être source de questionnement.

- Quel que soit l'âge, toute consommation n'est pas anodine bien que cela fasse partie de nos pratiques culturelles (anniversaire, apéritifs, proposer de l'alcool à un enfant...).
- La consommation solitaire et/ou répétée.
- L'absentéisme scolaire, chute des résultats.
- La perte d'intérêt pour des activités antérieurement appréciées (club de sport, activités de loisirs, etc.).
- Le repli sur soi.
- L'augmentation progressive des quantités absorbées pour avoir les mêmes effets.
- Les ivresses et la recherche systématique de l'ivresse (pas d'alcool plaisir, recherche de la "défonce" à tout prix).

4) Que dit la loi ?

La loi interdit la vente et l'offre d'alcool aux mineurs de moins de 18 ans, quels que soient les boissons et le mode de consommation (loi Hôpital, Patients, Santé, Territoires adoptée le 21 juillet 2009). L'établissement délivrant ces boissons peut exiger du client qu'il prouve sa majorité.

La vente aux mineurs est punie de 7 500 € d'amende, et éventuellement de la fermeture de l'établissement concerné.

La loi Evin interdit toute publicité directe et indirecte pour l'alcool à la télévision et au cinéma ainsi que dans la presse écrite destinée aux jeunes.

En fonction de la quantité d'alcool consommée et des conséquences, la conduite sous l'emprise d'un état alcoolique entraîne différentes peines, comprenant une amende, un retrait de points, une suspension ou une annulation de permis voire une peine de prison (voir tableau ci-dessous). Le dépistage est effectué par analyse d'urine ou test salivaire, validé ensuite par une analyse sanguine.

Infraction	Type	Amende	Retrait de points	Suspension/annulation de permis	Prison
Entre 0,25 mg/l et 0,4 mg/l d'air expiré ou entre 0,5 g/l et 0,8 g/l dans le sang	Contravention	135€ (amende minorée : 90€, majorée : 375€)	6	Suspension de 3 ans	NON
Au-delà de 0,4 mg/l d'air expiré ou de 0,8 g/l dans le sang, ou refus de vérification de l'alcoolémie	Délit	4 500 €	6	Suspension de 3 ans/ Annulation de 3 ans	2 ans
Conduite après usage de stupéfiants ou refus de dépistage stupéfiants	Délit	4 500 €	6	Suspension de 3 ans/ Annulation de 3 ans	2 ans
Conduite sous l'empire d'un état alcoolique <u>et</u> après usage de stupéfiants	Délit	9 000 €	6	Suspension de 3 ans/ Annulation de 3 ans	3 ans
Blessures involontaires entraînant une ITT de 3 mois, aggravées par deux circonstances ou plus (état alcoolique, usage de stupéfiants, excès de vitesse...)	Délit	75 000 €	6	Annulation de 10 ans	5 ans
Homicide involontaire après accident de la route aggravé par une circonstance (ex : en état alcoolique ou après usage de stupéfiants)	Délit	100 000 €	6	Annulation de 10 ans	10 ans

5) Quelle attitude adopter ?

Si vous vous trouvez confronté(é) à cette situation tentez de :

➤ **Rester calme et essayer de prendre du recul :**

Il ne faut pas oublier que l'adolescence est une période propice aux premières expériences (curiosité, sensations). C'est une période de construction, d'affirmation de soi qui passe parfois par le rejet des valeurs et des systèmes familiaux. Cela peut être une expérimentation pour conforter son appartenance à un groupe de copains.

« L'idéal » serait d'être à la fois un parent qui assume son statut de parent (poser le cadre) et de rester un adulte référent en qui on a confiance et qu'on appelle en cas de problème.

➤ **Préparer la soirée avec lui :**

En tant que parents, il est important de vous soucier des activités festives de votre enfant : horaires, déplacements, fréquentations. Vous devez par exemple vous assurer de l'organisation de ses trajets et de son hébergement le soir de la fête. L'informer sur les risques que l'on prend quand on consomme de l'alcool est votre rôle également. Il faut trouver la juste attitude entre la diabolisation de ce produit et sa banalisation.

➤ **Vous poser les bonnes questions :**

- Fréquence, quantité et contexte (seul, avec des amis etc. ...) de la consommation ?

- Y-a-t-il des conséquences nocives ou des dommages sur la vie quotidienne (santé, finances, état psychologique ...) ?

- Quelle importance votre enfant reconnaît-il à cet usage ? Est-ce pour faire la fête, faire comme les autres, etc. ? Est-ce un produit indispensable à son bien-être ?

Ne jamais banaliser la consommation d'alcool chez un mineur.

➤ **Vous positionner :**

Signifier son désaccord. Dire que l'on est inquiet pour lui. Eviter la discussion du problème sous l'impulsion de la colère, choisir un moment propice à l'échange.

L'évocation d'arguments en lien avec les risques encourus pour la santé touche peu les adolescents.

Rappeler le cadre légal : l'alcool est licite mais son usage peut entraîner des conséquences judiciaires qu'il faut connaître (état d'ébriété sur la voie publique, conduite etc. ...). Les parents doivent transmettre le respect de la loi.

➤ **Vous intéresser à ce qui se passe :**

Vous informer sur les produits consommés. Essayez de connaître l'univers de votre enfant. Prenez le temps de l'écouter.

Il est essentiel de maintenir un dialogue même si votre enfant perçoit cela comme une entrave à son indépendance. Il a cependant besoin de se sentir entouré. Laissez le parler sans l'interrompre.

Il est important de pouvoir répondre aux questions et de rester l'un des interlocuteurs privilégiés de votre enfant.

Vous pouvez parler des produits mais aussi des problématiques associées (appartenance au groupe, la question de l'identité personnelle, savoir dire non...).

Il est également important de vous informer sur l'état psychologique de votre enfant (mal être ? tristesse qui perdure ? ...).

➤ **Ne pas hésiter à avoir recours à un tiers :**

Il est parfois difficile en tant que parents d'aborder ces questions. N'hésitez pas à solliciter l'aide d'un tiers, quelqu'un en qui le jeune a confiance (membre de la famille, entraîneur sportif, ...)

➤ **Lui proposer un RV dans une consultation spécialisée pour les jeunes consommateurs :**

Il pourra décider de votre présence ou non lors de l'entretien.

➤ **Accordez vous un temps d'information :**

Les consultations ont aussi pour mission de répondre à vos questions et inquiétudes sur les produits et leurs usages. Vous pouvez venir consulter seul ou accompagné de votre enfant.

6) Qui peut vous aider ?

N'attendez pas que la consommation s'installe, osez en parler dès vos premières interrogations. Vous pouvez contacter une équipe de professionnels qui vous recevra gratuitement et en toute confidentialité (vous et/ou votre enfant).

- Equipe éducative, de santé et social de l'établissement scolaire de mon enfant.
- Médecin traitant.
- E.L.S.A. : Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie du centre hospitalier de Bourg-Saint-Maurice.

Tel. : 04.79.41.79.79

Mail : elsa@ch-bsm.fr

- Association d'addictologie « Le Pélican » Albertville :

Tel. : 04.79.37.87.00

Mail : asslepelican@wanadoo.fr