



EDITO

Après avoir traité des « ressources locales pour la santé des jeunes » en avril dernier, cette seconde parution de la newsletter s'intéresse aux consommations d'alcool chez les adolescents.

Si les chiffres (nationaux, régionaux, locaux) existent, comment prévenir plus efficacement ces phénomènes ?

Cette lettre s'appuie sur l'expertise du groupe « MOSAIK », qui à l'échelle de la Tarentaise, regroupe les services sociaux et éducatifs, l'éducation nationale, les services d'insertion et la prévention et le soin.

Depuis plusieurs années, le groupe travaille à mieux guider et sensibiliser les parents à la question notamment des consommations d'alcool chez les jeunes.

Pour retrouver l'intégralité des informations et conseils, rendez-vous sur le site de l'Assemblée du Pays Tarentaise Vanoise, rubrique actualités !

Vous souhaitant une très bonne lecture de cette lettre.



CONDUITES ADDICTIVES : L'ALCOOL

Fin 2012, une enquête par questionnaire sur la santé des jeunes de Tarentaise (collégiens et lycéens) a été menée par l'Assemblée du Pays Tarentaise Vanoise afin de mieux connaître certaines pratiques et besoins de ce public.

Concernant les conduites addictives et l'alcool : en voici quelques chiffres

48 % des collégiens ont déjà bu de l'alcool : une consommation qui reste très majoritairement exceptionnelle (35%) ou occasionnelle (11%). La majorité des consommations intervient dans un cadre privé, soit chez eux (50%), soit chez un copain (23%).



Plus de la moitié des lycéens consomme de l'alcool de manière plus ou moins régulière. Les garçons (19%) sont plus concernés par une consommation hebdomadaire que les filles (8%). La majorité des consommations intervient chez eux (10%) ou chez un copain (40%) ; dans des pubs/bars/discothèques (33%) ; ou dans un parc/rue (9%).

Face aux consommations d'alcool des jeunes, les questions que se posent les parents sont nombreuses :

« Mon enfant est invité à une fête. Il y aura sûrement de l'alcool. Dois-je m'inquiéter ? Comment le responsabiliser ? »

« Il refuse d'en parler avec moi, il pense que je suis trop moralisateur, vers qui puis-je l'orienter ? »



« Je crois que quand il sort avec ses copains, il boit pas mal. Je n'ose pas en parler avec lui, j'ai trop peur du conflit. »

« Et si ça marchait mieux qu'il consomme en notre présence ? On pourra au moins contrôler sa consommation. »

« Ma fille de 17 ans est rentrée ivre à la maison. Je me fais du souci. En plus je trouve que son comportement a changé ces derniers temps. »

COMMENT EN PARLER AVEC LES ADOS ? QUELQUES PISTES POUR LES PARENTS



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.

- 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 ; le repli sur soi ; l'absentéisme scolaire ; chute des résultats.
- La perte d'intérêt pour des activités antérieurement appréciées (club de sport, loisirs, etc.).
- L'augmentation progressive des quantités absorbées pour avoir les mêmes effets ; les ivresses et la recherche systématique de l'ivresse (recherche de la "défonce" à tout prix).



Quelle attitude adopter ?

⇒ Rester calme et essayer de prendre du recul :

L'adolescence est une période propice aux premières expériences. La construction et l'affirmation de soi passe parfois par le rejet des systèmes familiaux. Cela peut être une expérimentation pour conforter son appartenance à un groupe. « L'idéal » serait d'être à la fois un parent qui pose le cadre et reste 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 (intérêt de l'utilisation de l'éthylotest y compris pour la conduite des 2 roues), fréquentations. L'informer sur les risques que l'on prend quand on consomme de l'alcool est votre rôle également.



⇒ Vous poser les bonnes questions et vous intéresser à ce qui se passe :

Fréquence, quantité et contexte de la consommation ? Y-a-t-il des conséquences nocives ou des dommages sur la vie quotidienne ? Essayez de connaître l'univers de votre enfant. Prenez le temps de l'écouter, de parler des produits mais aussi des problématiques associées (appartenance au groupe, la question de l'identité personnelle, savoir dire non...). Informez-vous sur l'état psychologique de votre enfant (mal être ? tristesse qui perdure ? ...).

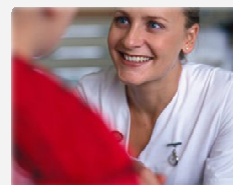


⇒ Vous positionner :

Signifier son désaccord. Dire que l'on est inquiet pour lui. Choisir un moment propice à l'échange. Rappeler le cadre légal : l'alcool est licite mais son usage peut entraîner des conséquences judiciaires qu'il faut connaître.

⇒ Ne pas hésiter à avoir recours à un tiers (voir rubrique « qui peut vous aider ») :

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, ...). Il est possible de lui proposer un rendez-vous dans une consultation spécialisée pour les jeunes consommateurs (C.J.C). Elle s'adresse en priorité aux jeunes, y compris les mineurs, qui ressentent des difficultés en lien avec leur consommation de substances psychoactives. Les parents peuvent être reçus et soutenus dans leur rôle éducatif et le dialogue avec leurs enfants sur les consommations de produits illicites, d'alcool et de tabac.



QUI PEUT VOUS AIDER ?

Equipe éducative, de santé et social de l'établissement scolaire de mon enfant

Médecin traitant

Association Vie Libre
Tel. : 06 36 98 65 88
Mail : michel.sollier@neuf.fr

Consultation jeunes consommateurs
Association spécialisée en addictologie « Le Pélican », Albertville
Tel. : 04 79 37 87 00
Mail : tarentaise@le-pelican.org

Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie (E.L.S.A) de l'hôpital de Bourg Saint Maurice
Tel. : 04 79 41 79 79
Mail : elsa@ch-bsm.fr

Maison des Adolescents Chambéry
Tel. : 04 79 60 52 18
Mail : coordination-mdamda@savoie.fr

NUMEROS VERTS ET RESSOURCES

www.filsantejeunes.com

3224
ou depuis portable : 01 44 93 30 74*

Anonyme et gratuit
tous les jours de 8 h à minuit

0 980 980 930 de 8h à 2h, appli non surtaxé
ALCOOL INFO SERVICE.FR

infos
&Alcool
parents

www.alcooletparents.com

ACTUALITES

■ FILLAUT T. ; LE BERRE E. - La jeunesse au risque de l'alcool. - In *Santé de l'Homme (La)*, 2012, N° 420, 13-15.

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-420.pdf>

■ INPES. - Jeunes et alcool : quelle prévention. - In *Santé de l'Homme (La)*, 2008, N° 398, p.9-43.

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-398.pdf>