



*Une fête est réussie quand
personne ne manquera
à l'appel de la prochaine.*

Sonia, 17 ans



DES QUESTIONS ? BESOIN D'EN PARLER ?

ANPAA 89 - 2 rue de Preuilly - 89000 Auxerre

Tél. 03 86 51 46 99 - Fax 03 86 51 33 98 - Email : comite89@anpaa.asso.fr

DOCUMENT CONÇU PAR L'ANPAA71

**LIVRET D'INFORMATION
POUR LES PARENTS**

ALCOOLISATION DES JEUNES

*A
partager
avec
les ados*



Benaro Studio Lyon - Photos : Mauricio Cancino, Inochka, Konstantin Shtvegin, Yuri Arcurs, JL Fotolia





POURQUOI VOS ENFANTS BOIVENT-ILS ?

Faire la fête, c'est être avec les autres, s'amuser, "se lâcher", mais ce peut être aussi boire jusqu'à l'extinction de soi. La consommation d'alcool peut être le moyen de se libérer provisoirement de ses entraves (timidité, peurs, inhibitions...) ou constituer une stratégie permettant de réduire un mal être.

➤ Très peu de consommateurs quotidiens...

En fréquence, vos enfants consomment moins que votre génération au même âge. A titre d'exemple, en 2008, seuls 0,8 % des jeunes âgés de 17 ans déclaraient consommer de l'alcool tous les jours*.

➤ ... mais quand vos enfants boivent, ils ont tendance à **BEAUCOUP** boire

Aujourd'hui, 49 % des adolescents déclarent avoir connu au moins une alcoolisation sévère dans le mois ; et 20 %, trois dans le mois (ces chiffres ont augmenté de 10 % entre 2005 et 2008).

Ma fille ne boit jamais d'alcool, mais ses copains...

Etes-vous bien certain que seuls les enfants des autres soient concernés ?

Que les vôtres n'en consomment jamais ? Vos enfants ne vous disent pas tout...

Ils commencent à prendre leur autonomie, et c'est tant mieux. Mais ils sont encore jeunes, alors gardez quand même un œil sur eux... tout en acceptant de ne pas tout savoir !

COMMENT VOS ENFANTS BOIVENT-ILS ?

S'ils boivent, c'est que tout comme les adultes, ils aiment l'effet psychotrope de cette substance qui est un désinhibiteur très efficace et un euphorisant à doses légères et moyennes¹.

➤ Jusqu'à l'ivresse...

L'ivresse peut être définie comme l'ensemble des manifestations associées à un excès de boisson alcoolique : **troubles de la vision, démarche instable, euphorie, agressivité etc.** Certains jeunes seront ivres en buvant peu, et d'autres devront consommer bien davantage pour ressentir les effets... Ceci dit, plus une personne boit, plus son organisme s'habitue à l'alcool : **ce phénomène qui s'appelle l'accoutumance peut aboutir à l'alcoolodépendance.**

LES RISQUES

- **Les accidents de la route** : qu'il soit pilote d'un deux roues, conducteur d'une voiture, passager ou même piéton, après une fête bien arrosée, l'adolescent qui se croit invulnérable peut s'exposer à des situations particulièrement dangereuses.
- **La prise de risque sexuel** : grossesse indésirée, infections sexuellement transmissibles, agression (l'adolescent peut être victime ou... agresseur).
- **Violence, délinquance**, troubles du comportement, pensées et actes suicidaires...
- **Mais aussi les autres accidents** : chute, noyade, blessure grave etc.

Heureusement, la plupart du temps, la situation ne fait que frôler la catastrophe et le pire est évité - parfois de justesse. Dès le lendemain, l'épisode deviendra une anecdote qui fera rire tout le monde... sauf, les parents (ceux-ci étant d'ailleurs le plus souvent écartés de la confiance, ou informés bien des années plus tard).

A partir de quand mon enfant boit-il trop ?

Votre enfant boit trop dès lors qu'il s'expose et/ou expose les autres à des risques

¹ - Dr Rita Manghi et Rodolphe Soullignac, psychiatre au Service d'abus des substances des Hôpitaux Universitaires de Genève et psychologue.

➤ Jusqu'au coma...

Le coma éthylique, résultat d'une intoxication causée par une absorption excessive l'alcool, est une **urgence médicale**. Sans soin, le buveur pourrait ne jamais "se réveiller".

Le risque le plus important est que **le buveur s'étouffe** lui-même : soit avec ses vomissements, soit parce que sa langue "chute" dans l'arrière gorge. De plus, la personne inconsciente et insensible ne peut pas se défendre contre les "agressions extérieures". Elle peut donc se refroidir dangereusement (car contrairement à une idée reçue l'alcool fait baisser la température corporelle), tout comme se trouver dans une situation de grande vulnérabilité (incendie, étendue sur une route etc.) sans pouvoir réagir. Dans certains cas, **les fonctions vitales peuvent même cesser de fonctionner.**



EN CAS DE COMA

CE QU'IL NE FAUT SURTOUT PAS FAIRE

- **Ne pas faire vomir le buveur** car il risque de s'étouffer avec ses vomissements.
- **Ne pas lui administrer de douche froide**, ni le placer dans un endroit frais car la température de son corps a déjà baissé (hypothermie) en raison de l'alcool bu.
- **Ne pas le laisser dormir** (certains disent "cuver son vin") dans un coin en attendant qu'il récupère : sans surveillance, le cœur du buveur et sa respiration peuvent dangereusement ralentir.
- **Ne pas essayer de le faire boire ou manger** en pensant que cela "épongera". En réalité l'alcool est déjà passé dans le sang, et seul le temps nécessaire à l'organisme pour éliminer le produit permettra de faire baisser l'alcoolémie (à raison de 0,15 g/l par heure, en moyenne).



CE QU'IL FAUT FAIRE

- **Coucher le buveur sur le côté**. Si vous connaissez la Position Latérale de Sécurité, c'est encore mieux afin qu'il ne s'étouffe ni avec sa langue, ni avec ses vomissements.
- **Le couvrir d'une couverture**, d'un vêtement, afin qu'il ne se refroidisse pas.
- **Vérifier qu'il respire correctement** (c'est à dire à une fréquence proche de la vôtre) une fois qu'il a été couché sur le côté.
- **Appeler les secours. Le 18 pour les pompiers, le 15 pour le Samu et le 112 à partir d'un portable**, en leur indiquant précisément ce qui se passe.



VOS ENFANTS ORGANISENT UNE FÊTE

Elaborer ensemble des stratégies de réduction de consommation

➤ Préparer la fête

Fort à parier que l'alcool sera de la partie. Alors, plutôt que de considérer avec suspicion les jus de fruits qui pourraient camouflés des cocktails explosifs, **mieux vaut regarder les choses en face...** sans oublier de rappeler à votre enfant que la consommation d'alcool ne peut être associée qu'à un évènement exceptionnel. Ceci étant clarifié, vous pourrez réfléchir ensemble à des stratégies efficaces afin de rester maîtres de la situation... car quoi de pire, pour les organisateurs, qu'une soirée qui part en live ?



RECOMMANDATIONS

- **Attention à la sécurité du lieu** : une piscine, un escalier, un muret etc. peut devenir redoutable en cas d'ivresse. S'assurer que l'endroit puisse être quitté rapidement en cas de problème, vérifier l'accessibilité des sorties. Etre vigilant par rapport aux pièces où certains invités pourraient s'isoler.
- **Calculer la quantité d'alcool souhaitable**, favoriser les boissons alcoolisées les moins fortes de type bière (et pourquoi pas quelques bières sans alcool ?), faire des achats groupés, interdire l'introduction sauvage de bouteilles d'alcool, valoriser les boissons sans alcool attractives.
- **Décider d'un horaire** à partir duquel aucune boisson alcoolique ne sera plus servie.
- **Proposer de quoi manger ou grignoter tout au long de la soirée** : si les aliments "n'épongent pas", ils ralentissent cependant le passage de l'alcool dans le sang.
- **Etablir avec l'ado quelques règles de "bonne conduite"** : gestion du bruit, remise en état des lieux, interdiction des jeux à boire. Et surtout : donner comme règle qu'une personne qui ne se sent pas bien doit toujours être prise au sérieux par les autres et signalée à la personne responsable.

➤ Prévoir l'après fête

Cinq heures du matin, voire plus, la fête touche à son terme... Comment les invités vont-ils rentrer chez eux ? La fatigue, l'alcool etc. rend les fêtards vulnérables et le retour à la maison risqué. Tout se passera bien à condition qu'on y est pensé avant, c'est à dire au moment d'organiser la fête.

RECOMMANDATIONS

- **Proposer systématiquement un repas de clôture de soirée** (soupe à l'oignon, fondue au chocolat, mais éviter charcuteries ou pizzas froides qui appellent plus facilement une boisson alcoolisée d'accompagnement) ou petit déjeuner très matinal (personne ne résiste à des croissants frais !), ce afin d'éviter les hypoglycémies.
- **Se procurer des éthylotests** et envisager des solutions pour ceux qui vireraient positifs (retour avec un conducteur sobre, appel à un parent...)
- **Prévoir matelas, sacs de couchage** afin que certains invités puissent dormir sur place. Dans tous les cas, **on n'oubliera pas de jeter un œil sur ceux qui semblent avoir trop bu.**

ATTENTION : Il revient aux organisateurs d'une fête d'assumer leurs responsabilités, y compris devant la loi.

ART. 1383 DU CODE CIVIL : "Chacun est responsable du dommage qu'il a causé non seulement par son fait, mais encore par sa négligence ou par son imprudence."

