

# Ça m'soùle

## ou la sensibilisation des jeunes au risque alcool

**Enseignants, professionnels de la santé, éducateurs, parents, professionnels de la communication et des médias, responsables politiques, dirigeants d'entreprises, animateurs d'associations:** il est de notre responsabilité à tous d'informer les jeunes sur les dangers de l'alcool car nous sommes tous concernés par leur alcoolisation.

### À ta santé ?

L'alcoolisme est en forte expansion aussi bien chez les garçons que chez les filles et l'on observe un net rajeunissement de l'âge de la première consommation.

L'alcool est le produit psychoactif le plus consommé par les jeunes (devant le tabac et le cannabis). Perturbateur sur la santé, le psychisme et le comportement, l'usage excessif d'alcool est rarement sans conséquences : coma, rapport non désiré/non protégé, violence, accidents, décès...

**Nous sommes tous inégaux devant l'alcool:** Le programme **Ça m'soùle** donne les moyens aux jeunes de comprendre la nécessité d'un comportement responsable lié à la connaissance de soi et du produit.

### Quelques chiffres

- La tendance à l'ivresse chez les jeunes est plus prononcée que par le passé : 1 sur 2 se saoule régulièrement (Enquête ESCAPAD 2005)
- Dès l'âge de 12 ans, 70 % des garçons et 63 % des filles ont déjà expérimenté l'alcool (ESPAD 2003)
- Les jeunes sont identifiés, avec les plus de 50-60 ans, comme l'un des deux plus grands groupes de consommateurs d'alcool. (Baromètre Santé 2005)
- Les étudiants consommateurs réguliers d'alcool font en moyenne deux ans d'études en moins que les autres (INSERM).
- Les accidents de circulation sont la première cause de mortalité des 15-24 ans : l'alcool est impliqué dans 40% d'entre eux (Sécurité routière).

# Ça m'soûle

Pour les 12-18 ans

## Défense de défonce

Le risque de devenir dépendant est d'autant plus élevé que l'on aura commencé à consommer jeune.

**Ça m'soûle** propose un échange dynamique et interactif mêlant « théorie » et « pratique » grâce à l'intervention d'un psychologue-alcoolologue et aux saynètes d'un comédien. Les jeunes prennent conscience de leurs comportements et en comprennent l'impact et la gravité pour eux et leur entourage.

L'intervention est ainsi attractive et favorise la mémorisation du message par les émotions et l'identification.

# Ça m'soûle

Pour les 18-26 ans

## Bois moins si t'es un homme !

La consommation excessive d'alcool ne concerne pas seulement les alcoolos-dépendants.

Par une approche originale, notre prestation pédagogique-culturelle à double voix (psychologue et comédien) explique ce qu'est l'alcool afin que les jeunes comprennent pourquoi une consommation excessive nous met en danger et compromet notre avenir.

Grâce à ses connaissances, l'élève développe des compétences lui permettant de faire des choix responsables.

## Les plaisirs du risque et les risques du plaisir

Expliquer, informer, responsabiliser tout en s'adaptant à l'âge de chacun. Loin de moraliser les jeunes ou de leur interdire toute consommation, **Ça m'soûle** leur fait prendre conscience des dangers liés à la banalisation et aux excès de l'alcoolisation.

*« Les habitudes de la jeunesse sont celles que l'on perd le plus difficilement » Patrick Besson*

Contact : [ca\\_msoule@yahoo.fr](mailto:ca_msoule@yahoo.fr) / 06. 63.79.64.92