

Avec le programme « *Ça m'souïle* »

# Faites la fête, mais sans abus d'alcool

L'abus d'alcool chez les jeunes vient d'inciter le gouvernement français à prendre des mesures. Pour sa part, l'association « *Ça m'souïle* » a initié un programme de sensibilisation pour que les jeunes puissent continuer à faire la fête « sans modération » et sans abus d'alcool.

**D**es études de psychologie, un diplôme universitaire d'alcoologie à la faculté de médecine de Paris, différentes expériences et un travail comme consultante dans de grandes entreprises ont sensibilisé



Amélie Nicot (photo ci-contre) à l'ampleur des phénomènes d'alcoolisme dans notre société. Le vin, mais aussi toutes sortes de boissons alcoolisées imprègnent notre culture. Il suffit de voir les rayons des supermarchés...

*Nous ne sommes pas tous égaux devant l'alcool : il est important de bien connaître son effet sur notre organisme afin de nous responsabiliser.*

L'alcool engendre des flux économiques importants. Il touche toutes les catégories sociales, toutes les classes d'âge. À un père de famille qui fume chez lui, l'enfant dira : « *Papa, ce n'est pas bien.* » Quand ce même père boit un peu à l'apéritif et aux repas, l'enfant demandera spontanément : « *Papa, je peux goûter ?* » Nous baignons donc dans une culture de l'alcool, présent à toutes les fêtes, d'abord en famille, puis avec les amis et au travail. En fait, c'est l'abus d'alcool surtout qui est nocif. Peu de personnes savent que l'alcool est classé comme une drogue dure par l'OMS.

## Jeux de rôle et mises en situation

**Les jeunes**, quant à eux, consomment souvent dès les premières années du collège<sup>1</sup> : « binge drinking » (Ndlr : « biture expresse », absorption rapide de cocktails fortement alcoolisés) et autre alcool express, fête à la défonce... 30 à 40 % des premières relations sexuelles ont lieu sous alcoolisation. Ils ne sont pas conscients des dangers et beaucoup de parents les mesurent mal, assimilant la première souïlerie à un accident de parcours ou à un rite initiatique.

Le constat de cette « ambiance alcool », a poussé Amélie Nicot à travailler de façon préventive le plus en amont possible. Elle s'est associée avec le comédien Bruno Gerbi-Doublier pour fonder le programme « *Ça m'souïle* ». Ce sont en fait deux programmes de prévention pour les jeunes de 12 à 25 ans. En effet, plus la prise d'alcool est précoce, plus il y a danger de dépendance.

Pour une première tranche d'âge de 12 à 18 ans, Amélie et Bruno proposent des jeux de rôle, des mises en situation où les jeunes jouent eux-mêmes des personnages typiques : le consommateur à risque, celui



iStock

qui pousse à boire, l'abstinent, etc. Situations assez courantes où, malheureusement, la fête peut tourner au drame. Ces jeux se déroulent dans un climat de confiance, en dehors de tout jugement moral. Les questions fusent. Les jeunes sont touchés émotionnellement à l'image du produit alcool qui attaque aussi bien psychiquement que physiquement. Pour les jeunes de 18 à 25 ans, il s'agit de multiplier les références et les vecteurs de communication : photos, vidéos, publicité, avec discussions et échanges.

## Battre en brèche les idées reçues

**Pas d'adultes dans la salle, pas d'éducateurs ni de parents.** Des échanges se font par petits groupes, sans moralisation, sur la molécule alcool, sa composition, ses effets sur l'organisme, ses conséquences, les causes des alcoolisations excessives, le sens de la fête, en battant en brèche les idées reçues, encore très répandues. Par exemple, nous ne sommes pas tous égaux devant l'alcool. Certains supportent mieux que d'autres. Croire que boire de l'eau, danser ou prendre l'air font baisser le taux d'alcoolémie sont des idées fausses. Seul le facteur temps intervient : compter environ une heure pour un verre. Ainsi, annoncer à sa copine : « Ça va maintenant, je me sens bien, je peux te ramener en voiture », peut enclencher le début d'un drame.

Une fois le climat de confiance instauré, les jeunes sont friands et heureux de recevoir une information véridique, non déformée et non moralisatrice. À Bruno et Amélie ensuite de faire passer l'idée que l'on peut s'amuser et faire la fête en consommant de façon responsable.



Fotolia

Amélie et Bruno proposent aussi une journée de prévention aux bureaux des élèves en grandes écoles et aux responsables d'associations, pour justement les aider à organiser des fêtes réussies et les entraîner à faire face aux situations et aux dérapages les plus courants.

Voilà un programme utile à la société. Mais encore faut-il, comme ils le soulignent, que ce message soit répété sur le long terme et relayé de façon cohérente par l'ensemble des acteurs sociaux : parents, enseignants, personnels médicaux, éducateurs, autorités publiques. Alors seulement la prévention sera efficace pour une meilleure santé de la société. Car l'alcool touche peu ou prou chacun d'entre nous. Nous y sommes tous sensibles et sommes tous responsables.

*L'abus d'alcool chez certains jeunes est devenu une préoccupation majeure des Pouvoirs Publics. Et pourtant, il y a tellement de manières de faire de vraies fêtes sans tomber dans l'exagération de « l'ambiance alcool ».*

Jean Hugues MOTTE

## Bon à savoir

• **Quelques données** : La mortalité routière des 18-24 ans est 2,5 fois supérieure à la moyenne (chiffres 2004 Sécurité routière). L'alcool multiplie par 8,5 le risque d'accident mortel, tandis que le cannabis le double (Études Stupéfiants et accidents mortels de la circulation, 2003).

• **Dernières mesures** : Mesure de sécurité routière annoncée par le Ministre de l'Écologie, Jean-Louis Borloo : Ethylotest obligatoire dans tous les débits de boisson qui ouvrent jusqu'à 2 h du matin. Dès l'automne, la Ministre de la Santé, Roselyne Bachelot, demande d'interdire à tous les

mineurs la vente d'alcool dans les commerces alimentaires. Campagne « Boire trop » : [www.boiretrop.fr](http://www.boiretrop.fr)

• **Contacts** : [ca\\_msoule@yahoo.fr](mailto:ca_msoule@yahoo.fr). Tél. 06 63 79 64 92. Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (Anpaa) : sensibilisation des jeunes aux dangers de l'alcool. 20 rue Saint-Fiacre, 75002 Paris. Tél. 01 42 33 51 04 [www.anpaa.asso.fr](http://www.anpaa.asso.fr)

• **A lire** : Tabac, alcool, drogues : réussir à en parler en famille, F. Besançon, InterEditions 2006, 183 pages ; 17 €.

