

Mon
CHOIX,
c'est le bon!

ALCOOL ET DROGUES
J'AI LES IDÉES CLAIRES!
MES JOUJONS
MIS VRAIS
AMIS
RESPECTENT MON CHOIX!

**CAHIER D'ANIMATION
ET
D'INFORMATION**

à l'intention des intervenants
et intervenantes jeunesse



WM
1170
M736
1998

Québec

INSPO - Montréal

3 5567 00002 8727

Ministère de la Santé et des Services sociaux
Direction des communications
1998

Édition produite par
le ministère de la Santé et des Services sociaux, Direction des communications.

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Québec, 1998
Bibliothèque nationale du Canada, 1998
ISBN 2-550-33554-6

Toute reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée, à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec

REMERCIEMENTS

La réalisation du présent cahier d'animation et d'information a été rendue possible grâce à la collaboration de :

- Madame Louise Blanchet, éducatrice en prévention des toxicomanies à la polyvalente de Neufchatel, qui a collaboré à la rédaction de ce cahier.
- Monsieur Réнал Turcotte, du CLSC Centre Mauricie, qui a accepté que nous utilisions des extraits du programme PAVOT.
- Madame Suzanne Giard, de la Fondation des maladies du cœur du Québec, qui a accepté que nous adaptions le jeu de Serpents et échelles contenu dans la publication de la Fondation *J'aime l'air pur en dedans et en dehors* (écrit en collaboration avec Santé Canada).
- Action-Toxicomanie Bois-Francs, qui a accepté que nous utilisions des questions extraites du jeu *Toxicogénie* pour le jeu de Serpents et échelles.
- Madame Sylvie Hébert et monsieur Normand Beauregard qui ont accepté que nous reproduisions le chapitre « *Les drogues et l'alcool* », tiré du livre *Le passage du primaire au secondaire, guide à l'intention des parents*.
- Le CLSC de Pierrefonds qui a eu l'idée originale du jeu de la « peanut ».

AVANT-PROPOS

La Semaine de prévention de la toxicomanie se déroulera, tout comme par les années passées, à la troisième semaine de novembre, soit cette année, du 15 au 21 novembre 1998.

Fort de sa mission dans ce dossier, qui est de proposer de grandes orientations, d'assurer la promotion nationale de la Semaine de prévention de la toxicomanie et de favoriser une action concertée entre les partenaires visés, le ministère de la Santé et des Services sociaux orchestre, pour la onzième année, des activités d'information et de sensibilisation au Québec.

L'objectif visé par la Semaine de prévention 1998 est de reconnaître l'importance, tant pour les adultes que pour les jeunes, des facteurs de risque qui mènent à la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments.

Les objectifs visés sont les suivants : faire connaître aux jeunes les facteurs de risque et les bonnes habitudes de vie par rapport à la consommation de psychotropes et les amener à faire des choix éclairés.

Cette année, les jeunes de 10 à 14 ans sont particulièrement ciblés. Déjà, à cet âge, les jeunes peuvent vivre leurs premières expériences de consommation de psychotropes. Pour certains, le motif pour consommer de telles substances sera le goût des découvertes ou l'influence d'un groupe, pour d'autres, ce sera le goût du défi de l'interdit, etc.

Les jeunes du secondaire I et II (12-14 ans) en particulier sont vulnérables car ils subissent de grands changements physiques (puberté) et psychologiques. De plus, ils sont fragilisés par le passage de l'école primaire à l'école secondaire.

Il est donc important que des intervenants¹ comme vous utilisent des moyens originaux pour susciter la réflexion des adolescents sur la consommation de psychotropes.

Nous vous offrons donc dans ce cahier quelques suggestions d'activités pour intéresser les jeunes (en particulier ceux de 12 à 14 ans) qui vous entourent à réfléchir à la pression exercée par leurs pairs, à l'estime de soi, à la communication parent-enfant et à la consommation de psychotropes.

**Bonne Semaine
de prévention de la toxicomanie
1998 !**

1. Dans le présent document, le masculin est utilisé au sens neutre et désigne les femmes autant que les hommes.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	9
ACTIVITÉS D'ANIMATION	
LE JEU DE SERPENTS ET ÉCHELLES GÉANT	13
LA RECETTE FAMILIALE	15
ÉVASION PASSION	17
LE JEU DE LA « PEANUT »	19
VRAI OU FAUX ?.....	25
TEXTES INFORMATIFS	
LES FACTEURS DE RISQUE (TABLEAU)	29
LES DROGUES ET L'ALCOOL (TEXTE À L'INTENTION DES ADULTES SIGNIFICATIFS)	31
LA COMMUNICATION ENTRE LES PARENTS ET LEURS JEUNES	45
ANNEXES	
ANNEXE I : MAQUETTE POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES	53
ANNEXE II : CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES	55
ANNEXE III : QUESTIONNAIRE POUR LE JEU VRAI OU FAUX ?.....	61
ANNEXE IV : RESPONSABLES EN PRÉVENTION DE LA TOXICOMANIE DANS LES RÉGIES RÉGIONALES DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX	63
ANNEXE V : QUELQUES OUTILS DE PRÉVENTION DE LA TOXICOMANIE.....	65

INTRODUCTION

Plus il y a de personnes participant à l'organisation et à la réalisation d'une activité de sensibilisation, plus il y aura de gens qui en parleront.

Voici un exemple concret pour encourager la participation à une activité. Dans une école secondaire, on décide de créer un événement de nature à rassembler les jeunes en invitant par exemple un ancien élève, un athlète médaillé lors d'un tournoi international ou lors de grands jeux. Voici quelques suggestions de d'activités possibles pour la préparation de cet événement.

- **L'harmonie de l'école** ou un autre groupe musical joue l'hymne national ou une autre pièce pour accueillir l'athlète et le féliciter.
- Un **athlète de l'école** lit un hommage écrit à l'intention de l'athlète invité, avec les membres de son équipe ou d'autres jeunes qui font partie d'équipes sportives de l'école.
- Un **élève de l'option français production** prend des photos de la cérémonie.
- Un **élève de l'option journal** rédige un article pour le journal de l'école.
- Les **élèves de la radio étudiante** annoncent l'événement dans les jours qui précèdent la visite de l'athlète et radiodiffusent dans l'école l'allocution prononcée par celui-ci au moment de son passage.
- Afin de mousser l'intérêt des élèves, des **membres du personnel** ou des **élèves** exposent dans le hall ou dans un autre endroit passant des accessoires, des photos, des coupures de journaux, etc., en relation avec la discipline sportive de l'athlète invité.
- Si vous avez des photos de l'athlète, organisez un concours où les élèves devront l'identifier.
- Invitez le journal hebdomadaire de votre région à couvrir l'activité.
- S'il y a dans votre école une « **gang allumée pour une vie sans fumée** », mettez-la dans le coup. Elle peut entre autres préparer des questions à l'intention de l'athlète sur ses saines habitudes de vie².

À vous maintenant de réfléchir à la façon dont vous pouvez assurer le succès de votre activité en y faisant participer tous les intéressés.

**Pendant la Semaine de prévention de la toxicomanie,
visitez les sites Web du ministère de la Santé et des Services sociaux
et du ministère de l'Éducation.**

<http://www.msss.gouv.qc.ca>

<http://www.meq.gouv.qc.ca>

2. Pour obtenir de l'information sur la Gang allumée, adressez-vous aux responsables du Sport étudiant de votre région. Si, dans votre école, il y a un technicien en loisirs, il est sûrement en contact avec Sport étudiant. Demandez-lui les coordonnées de cette ressource.

ACTIVITÉS D'ANIMATION

LE JEU DE SERPENTS ET ÉCHELLES GÉANT

Le jeu qui suit s'inspire du recueil d'activités pour adolescents de 12 à 17 ans J'aime l'air pur en dedans et au dehors, Santé Canada, Fondation des maladies du cœur du Québec. Plusieurs des questions de l'annexe II proviennent du jeu Toxicogénie, préparé par Action-Toxicomanie Bois-Francs.

Cette activité, d'une durée approximative de 30 minutes, permet aux jeunes de mesurer leurs connaissances sur les drogues et l'alcool et les sensibilise à l'influence de leurs pairs. Elle peut servir de déclencheur à une discussion sur le sujet avec les jeunes.

L'animation du jeu favorisera aussi des échanges entre les joueurs et les animateurs.

COMMENT ORGANISER LE JEU

- Recruter une équipe de jeunes qui aiment bricoler et qui sont capables de créer un jeu géant. *(Si le temps vous manque pour préparer avec les jeunes un jeu géant, vous pouvez le faire vous-même ou prendre une planche de jeu existante de SERPENTS ET ÉCHELLES et l'adapter selon les instructions qui suivent.)*
- Préparer un plan de travail pour réaliser la maquette du jeu.
- Planifier un horaire de travail avec les jeunes créateurs (une ou deux rencontres d'une heure seront nécessaires).
- Vous procurer 30 grands cartons et des crayons-feutres.
- Faire une maquette du jeu en vous inspirant du jeu bien connu de SERPENTS ET ÉCHELLES (voir un exemple à l'annexe I).
- Déplacer les meubles pour libérer un grand espace et disposer les 30 cartons de manière à créer un jeu géant.
- Placer les cartons de façon à reproduire la maquette qui sert de modèle. Numéroter les cases de jeu en attribuant le chiffre 1 à la case départ et le chiffre 30 à la case finale.
- Faire une marque dans les cases où apparaîtront les illustrations. Dessiner au crayon de plomb sur le jeu géant les serpents, les échelles, les personnages, etc.
- Colorer les dessins au crayon-feutre pour donner une belle apparence au jeu.
- Fabriquer un dé géant en utilisant une boîte de carton. Chaque joueur fera quant à lui office de pion sur le jeu géant et se déplacera d'une case à l'autre.
- Photocopier et découper les cartes de l'annexe II. Si vous répétez le jeu plus d'une fois avec un même groupe, vous pourriez avoir besoin d'ajouter de nouvelles questions.
- Prévoir un moyen pour annoncer quand le jeu aura lieu (radio étudiante, affiches, visite dans une classe de FPS, etc.)

BUT DU JEU

- Le joueur qui parvient le premier sur la case d'arrivée gagne la partie.
- Nombre de joueurs : deux ou plus.

RÈGLES

- Les joueurs lancent le dé pour déterminer lequel d'entre eux commencera la partie. Celui qui obtient le nombre le plus élevé joue en premier, celui qui obtient le plus bas joue en dernier.
- Il faut jouer à tour de rôle, peu importe le nombre de joueurs.
- Le joueur lance le dé et avance du nombre de cases indiqué par le dé.
- La partie commence à la case 1 et se termine à la case 30.
- Si un joueur s'arrête sur une case marquée par le bas d'une échelle, il doit grimper jusqu'à la case illustrant le haut de l'échelle.
- Si un joueur s'arrête sur une case marquée par la tête d'un serpent, il doit descendre le long du serpent jusqu'à la case illustrant le bout de la queue du serpent.
- Si un joueur s'arrête sur une case occupée par un autre joueur, il doit retourner à la case départ (case 1).
- S'il arrive qu'un joueur s'arrête sur une case indiquant qu'il doit répondre à une question, l'animateur tire au hasard une carte de jeu et en fait la lecture. Si le joueur répond correctement, il avance de deux cases. Si le joueur ne connaît pas la réponse ou donne une mauvaise réponse, il retourne à la case départ (case 1).
- Pour gagner la partie, il faut atteindre la case d'arrivée (case 30) par un coup de dé exact. Si le joueur obtient un nombre supérieur à celui exigé, il doit passer son tour et attendre le prochain tour pour tenter sa chance de nouveau.

AU JEU ! LES TÂCHES DE L'ANIMATEUR

- Annoncer le thème du jeu au groupe de jeunes invités à y participer et expliquer le but et les règlements de l'activité.
- Préciser que les participants feront office de pions pour le jeu géant.
- Inviter les joueurs à se placer sur la case départ (case 1).
- Demander aux jeunes de lancer le dé afin de déterminer quel joueur commencera la partie.
- Poursuivre la partie jusqu'à ce qu'un premier joueur arrive sur une case indiquant qu'il doit prendre une carte. À ce moment, lire la question au joueur et lui demander d'avancer de deux cases s'il répond correctement à la question, ou de retourner à la case de départ s'il ne connaît pas la réponse ou s'il donne une mauvaise réponse.
- Continuer la partie de cette manière jusqu'à ce qu'un joueur atteigne la case d'arrivée.

LA RECETTE FAMILIALE

L'idée principale qui se dégage de la RECETTE FAMILIALE est de découvrir, avec les jeunes et leurs parents, quels ingrédients sont importants pour que la communication soit bonne dans la famille.

VOLET PARENTS (ÉCOLE SECONDAIRE)

Souvent, au début novembre, les parents sont appelés à venir chercher le bulletin de leur jeune. Vous pouvez profiter de cette occasion pour vous installer, bien en vue, avec votre attirail de chef cuisinier : tablier, toque, grand saladier, papiers, crayons-feutres, colle, etc. et pour afficher au mur une banderole de papier portant la question suivante : « Quels ingrédients sont importants pour que la communication soit bonne avec mon jeune ? »

Sous la banderole, vous pouvez installer de grands cartons où vous collerez les « ingrédients » que les parents auront décrits sur les papiers que vous aurez préparés à cette fin. (Les parents devront déposer les ingrédients dans le saladier).

VOLET PARENTS (MAISON DES JEUNES)

Si aucune activité réunissant des parents n'est prévue à la maison des jeunes, vous pouvez préparer des cartons que les jeunes apporteront à la maison à l'intention de leurs parents et sur lesquels vous aurez écrit :

**Pour moi, l'ingrédient le plus important pour une
bonne communication avec mon jeune est :**

Les jeunes devront ramener à la maison des jeunes les cartons complétés par leurs parents.

VOLET JEUNES

Un midi à l'école ou un soir à la maison des jeunes, au début de la Semaine de prévention de la toxicomanie, appliquez le même principe qu'avec les parents (saladier, banderole, etc.) et demandez aux jeunes quels sont les ingrédients qu'ils trouvent importants dans une bonne communication avec leurs parents.

LA COMPILATION

Un autre midi, vers la fin de la Semaine de prévention, présentez la compilation sur de grands cartons et faites des liens entre les ingrédients nommés par les parents et les jeunes.

ÉVASION PASSION

Cette activité peut être organisée à l'école ou dans une maison de jeunes.

L'idée principale qui se dégage du jeu ÉVASION PASSION est de présenter ce qui fait « tripper » les jeunes sans qu'ils aient pour cela à consommer de l'alcool, des drogues ou des médicaments.

Il s'agit donc d'inviter les passionnés à venir vous présenter leur activité préférée en utilisant du matériel visuel et auditif dans un endroit très achalandé de l'école un midi, ou à la maison des jeunes un soir.

À l'école, les organisateurs de cette activité peuvent inviter les membres du personnel à présenter aux jeunes leurs passions. Leur participation permettra aux jeunes de découvrir des facettes qu'ils ignoraient des adultes qu'ils côtoient.

Les passions les plus variées peuvent être présentées : poésie, collection de papillons ou de timbres, ski, randonnée en vélo, peinture, marche, soccer, course de motocross, water-polo, danse du ventre, pêche, chasse aux oiseaux migrateurs, musique, chant, chorale, dressage de chevaux, couture, culture de cactus, modélisme, etc., bref, tout ce qui peut procurer des heures de plaisir.

PRÉPARATION

Dans les écoles, il est préférable de solliciter la participation des adultes dès la mi-octobre afin qu'ils se préparent à parler de leur passion et de repérer des élèves qui ont aussi une passion afin de les inviter à participer. On peut également diffuser des messages à l'intercom ou à la radio étudiante, préparer des affiches, etc.

Durant la deuxième semaine de novembre, il s'agit de réunir les participants pour planifier l'organisation technique, prendre note du matériel dont ils auront besoin, déterminer, s'il y a lieu, un horaire de présentation (spectacle de musiciens, de chanteurs, de danseurs, exposé sur un sport, vidéo, etc.) et répondre à leurs questions.

DÉROULEMENT

Le jour de l'activité, placez des tables et des chaises dans l'espace prévu (hall, cafétéria, etc.) et préparez des banderoles pour identifier le passionné et sa passion. Les gens circuleront d'une table à l'autre et pourront discuter avec les passionnés. Plus les passionnés apporteront de matériel visuel, plus les jeunes seront attirés et s'approcheront.

LE JEU DE LA « PEANUT »

Idée originale développée pour les 10 à 13 ans par Marie Galarnéau, travailleuse sociale au CLSC de Pierrefonds, et Louis Bonnardeaux, neuropharmacologue de la Faculté de l'éducation permanente de l'Université de Montréal.

Référence : M. GALARNEAU et J.-F. BONNARDEAUX, « Le jeu de la peanut », *Psychotropes*, volume 2, n° 2, printemps-été 1985, p. 80-82.

Le jeu de la « peanut » est un jeu de rôles qui peut être utilisé en classe (par exemple dans le cadre du programme de FPS du secondaire I, volet éducation à la santé.) Il peut aussi être joué à tout autre moment, à l'école ou dans une maison de jeunes.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Autant de cartes qu'il y a de jeunes dans le groupe; à chaque multiple de 5, on compte quatre cartes pour les « consommateurs » et une carte pour les « abstinents » ;
- un plat pour cinq élèves (de vieux contenants de margarine font très bien l'affaire) ;
- des arachides (sans écailles si vous voulez éviter un dégât !).

DURÉE DE L'ACTIVITÉ

Peut varier entre 60 et 75 minutes.

STRATÉGIE DE BASE

Le JEU DE LA « PEANUT » s'insère dans une conception de l'éducation qui vise à responsabiliser le jeune par rapport à sa santé en mettant en évidence l'importance du choix individuel quant à la conduite considérée comme adéquate et saine. Et ce, tout en lui donnant les moyens de faire ce choix en individu responsable.

Au début de l'adolescence, l'appartenance à un groupe et l'acceptation de soi par les autres sont des facteurs importants dans la prise de décision du jeune. Si l'on veut amener les jeunes de cet âge à développer des attitudes autonomes vis-à-vis de l'alcool et des drogues, il importe donc de tenir compte de ces facteurs dans notre intervention.

DÉROULEMENT

Demandez aux jeunes de se regrouper en équipes de cinq et de s'asseoir en rond autour d'une table. Remettez à chacun des participants une carte d'instruction en leur disant de la lire attentivement, de la déposer face cachée sur la table et de ne pas en dévoiler le contenu.

Dans chaque groupe, quatre des cinq élèves reçoivent une carte dite du « consommateur » sur laquelle il est écrit :

Mange des arachides et essaie de convaincre ceux qui n'en mangent pas d'en prendre.

Dans chaque groupe, un élève reçoit une carte dite de « l'abstinant » sur laquelle il est écrit :

Ne mange pas d'arachides et refuse toutes les offres de ceux qui t'en proposent.

(En classe, on peut demander l'aide de l'enseignant pour subtilement remettre cette carte à un élève sûr de lui.)

Quand chaque jeune a reçu sa carte, déposez un plat d'arachides au centre de chaque groupe et demandez-leur de commencer à jouer en s'inspirant de ce qui est indiqué sur leur carte.

Le jeu dure habituellement de quatre à cinq minutes. Quand il n'y a plus d'arachides, ramassez toutes les cartes et demandez aux participants de se replacer.

COMPORTEMENT DES JEUNES PENDANT LE JEU

LES « CONSOMMATEURS »

Les jeunes réalisent rapidement qu'un des leurs ne consomme pas d'arachides. Ils essaient de l'inciter à le faire.

Au début, les arguments sont du type : « Elles sont vraiment bonnes, tu sais pas ce que tu manques ! Tu devrais en prendre, on en prend tous ! Y a pas de mal à manger des peanuts !... »

Si l'abstinant refuse toujours, les propos se font plus insidieux : « T'as peur d'en prendre ! Je suis sûr que tes parents sont d'accord!... »

Parfois, les consommateurs en arrivent aux menaces : « T'es niais, t'es pas cool ! On va te forcer à en manger ! Si t'en prends pas, on te parle plus ! »...

Il arrive aussi que les consommateurs recourent à la force !

LE JEU DE LA « PEANUT »

Idée originale développée pour les 10 à 13 ans par Marie Galameau, travailleuse sociale au CLSC de Pierrefonds, et Louis Bonnardeaux, neuropharmacologue de la Faculté de l'éducation permanente de l'Université de Montréal.

Référence : M. GALARNEAU et J.-F. BONNARDEAUX, « Le jeu de la peanut », *Psychotropes*, volume 2, n° 2, printemps-été 1985, p. 80-82.

Le jeu de la « peanut » est un jeu de rôles qui peut être utilisé en classe (par exemple dans le cadre du programme de FPS du secondaire I, volet éducation à la santé.) Il peut aussi être joué à tout autre moment, à l'école ou dans une maison de jeunes.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Autant de cartes qu'il y a de jeunes dans le groupe; à chaque multiple de 5, on compte quatre cartes pour les « consommateurs » et une carte pour les « abstinents » ;
- un plat pour cinq élèves (de vieux contenants de margarine font très bien l'affaire) ;
- des arachides (sans écailles si vous voulez éviter un dégât !).

DURÉE DE L'ACTIVITÉ

Peut varier entre 60 et 75 minutes.

STRATÉGIE DE BASE

Le JEU DE LA « PEANUT » s'insère dans une conception de l'éducation qui vise à responsabiliser le jeune par rapport à sa santé en mettant en évidence l'importance du choix individuel quant à la conduite considérée comme adéquate et saine. Et ce, tout en lui donnant les moyens de faire ce choix en individu responsable.

Au début de l'adolescence, l'appartenance à un groupe et l'acceptation de soi par les autres sont des facteurs importants dans la prise de décision du jeune. Si l'on veut amener les jeunes de cet âge à développer des attitudes autonomes vis-à-vis de l'alcool et des drogues, il importe donc de tenir compte de ces facteurs dans notre intervention.

DÉROULEMENT

Demandez aux jeunes de se regrouper en équipes de cinq et de s'asseoir en rond autour d'une table. Remettez à chacun des participants une carte d'instruction en leur disant de la lire attentivement, de la déposer face cachée sur la table et de ne pas en dévoiler le contenu.

Dans chaque groupe, quatre des cinq élèves reçoivent une carte dite du « consommateur » sur laquelle il est écrit :

Mange des arachides et essaie de convaincre ceux qui n'en mangent pas d'en prendre.

Dans chaque groupe, un élève reçoit une carte dite de « l'abstinant » sur laquelle il est écrit :

Ne mange pas d'arachides et refuse toutes les offres de ceux qui t'en proposent.

(En classe, on peut demander l'aide de l'enseignant pour subtilement remettre cette carte à un élève sûr de lui.)

Quand chaque jeune a reçu sa carte, déposez un plat d'arachides au centre de chaque groupe et demandez-leur de commencer à jouer en s'inspirant de ce qui est indiqué sur leur carte.

Le jeu dure habituellement de quatre à cinq minutes. Quand il n'y a plus d'arachides, ramassez toutes les cartes et demandez aux participants de se replacer.

COMPORTEMENT DES JEUNES PENDANT LE JEU

LES « CONSOMMATEURS »

Les jeunes réalisent rapidement qu'un des leurs ne consomme pas d'arachides. Ils essaient de l'inciter à le faire.

Au début, les arguments sont du type : « Elles sont vraiment bonnes, tu sais pas ce que tu manques ! Tu devrais en prendre, on en prend tous ! Y a pas de mal à manger des peanuts !... »

Si l'abstinant refuse toujours, les propos se font plus insidieux : « T'as peur d'en prendre ! Je suis sûr que tes parents sont d'accord !... »

Parfois, les consommateurs en arrivent aux menaces : « T'es niaisieux, t'es pas cool ! On va te forcer à en manger ! Si t'en prends pas, on te parle plus ! »...

Il arrive aussi que les consommateurs recourent à la force !

LES « ABSTINENTS »

Certains abstinents se bornent à répondre obstinément « non ! » à toutes les incitations. Quelques-uns vont jusqu'à tourner le dos au groupe. D'autres trouvent des justifications à leur refus, répondant qu'ils n'aiment pas ça ou qu'ils n'ont pas faim. Certains n'hésitent pas à utiliser l'humour : « Je ne peux pas en manger parce que je suis tombé dedans quand j'étais petit ! »

EXPLOITATION DE L'ACTIVITÉ

Demandez d'abord à quelques représentants du groupe ce qui s'est passé. Demandez-leur ensuite si il peut arriver, dans d'autres circonstances, que quelqu'un exerce de la pression sur eux ou qu'eux-mêmes exercent de la pression sur d'autres par rapport à des sujets comme les suivants :

Voici quelques exemples :

- ◆ cigarette, alcool et drogue ;
- ◆ mauvais coups, vols, mensonges ;
- ◆ activités sexuelles (gars-fille, pédophilie, inceste) ;
- ◆ choix des activités des amis ;
- ◆ etc.

RÉSISTER AUX PRESSIONS

Le texte qui suit est adapté du programme Pavot (Promotion de l'autonomie et de la volonté de faire obstacle aux toxicomanies³).

À partir de l'expérience des abstinents qui « se sont sentis mal » lorsqu'ils ont subi de la pression, et compte tenu du fait que tous les jours les jeunes risquent d'être exposés à des pressions, vous pouvez les amener à réfléchir à deux éléments :

1. **L'importance de l'affirmation de soi.** L'affirmation de soi se base sur certains droits que chacun d'entre nous possède : le droit d'exprimer ses propres sentiments et opinions et d'avoir des réactions qui nous sont propres; le droit d'être responsable de son comportement; le droit d'exprimer ses limites, ses préférences.

Cette attitude garantit le respect de soi. Elle aide les autres à mieux nous connaître et facilite la communication avec eux.

2. **La difficulté à s'affirmer.** Il n'est pas toujours facile d'exprimer son opinion lorsqu'elle diffère de celle des autres, de dire non lorsqu'on n'a pas le goût de faire ce qu'on nous propose. On se sent alors tiraillé entre le désir de se respecter soi-même et la peur d'être rejeté par les autres, d'être ridiculisé.

COMMENT RÉSISTER AUX PRESSIONS INSISTANTES

Mise en situation. Demandez aux jeunes d'imaginer qu'ils ont un « party » demain soir avec des amis. Vous êtes, pour la circonstance, le plus beau gars ou la plus belle fille du groupe, avec les

3. PAVOT : pour avoir plus d'information sur ce programme, voir la fiche descriptive de PAVOT à l'annexe 5.

plus beaux yeux du monde et un de ces sourires... (ne vous inquiétez pas, ils sont pleins d'imagination).

Vous vous approchez de l'un d'entre eux en souriant pour lui offrir une cigarette⁴ (prenez une craie que vous pourrez utiliser pour écrire le nom des techniques de résistance aux pressions au tableau). Le jeune choisi doit cependant la refuser sans pour autant créer un conflit. À partir des réponses qu'il vous donnera et de celles des abstinents avec les « peanuts », décrivez les techniques utilisées par les jeunes.

Pour la mise en situation, vous pouvez aussi utiliser des exemples associés à la vie de tous les jours. Par exemple : « Quelqu'un te demande toujours de la gomme, une partie de ton lunch, un dollar, etc., et tu ne sais pas comment dire non. »

SEPT TECHNIQUES DE RÉSISTANCE AUX PRESSIONS

1. LE DISQUE RAYÉ

Cette technique consiste à refuser de discuter de notre choix et à répéter une même réponse jusqu'à ce que la pression finisse par tomber.

- « Veux-tu une cigarette ? »
- ◆ « Non, ça ne me dit rien. »
- « Envoie donc ! »
- ◆ « Ça ne me dit pas. »
- « Fais pas le niais. »
- ◆ « Écoute, je te dis que ça ne m'intéresse pas. »
- « O. K., O. K., j'ai compris ! »

2. L'HUMOUR

L'humour est une façon très positive de se sortir d'une situation où l'on est soumis à une pression. Cette technique démontre que nous nous sentons très à l'aise par rapport à notre choix. La personne qui essaie de nous manipuler sent qu'elle n'a pas de prise sur nous.

- « Viens fumer un joint avec nous autres ! »
- ◆ « Non, mon skate est stationné en double. »
- ou
- ◆ « Es-tu malade ! Je ne suis pas capable de fumer quelque chose de plus fort que des cigarettes Popeye ! »

3. L'INVERSION DES RÔLES

Il s'agit de mettre la pression sur l'autre en mettant en doute sa motivation ou en lui demandant de justifier son comportement.

- « Viens fumer avec nous autres ! »
- ◆ « Pourquoi faut-il que j'en prenne ? Prouve-moi que j'ai besoin de ça ! »

4. La cigarette est souvent la première expérience que les jeunes font en cachette. On peut utiliser d'autres produits pour illustrer la situation.

4. LE COMPROMIS

Cette technique a pour but de maintenir la relation avec l'autre ou avec le groupe tout en orientant l'action vers d'autres choix possibles. Nous pouvons également nous servir de nos qualités comme monnaie d'échange pour avoir la paix ou pour exercer notre droit de s'écarter de la norme du groupe.

- « Veux-tu une cigarette ? »
- ◆ « Non, viens donc danser à la place. »

5. LES ALLIÉS

Il s'agit de se chercher au moins une autre personne dans le groupe qui peut exprimer son désaccord avec l'action proposée. Le fait de ne pas être seul à vouloir aller à l'encontre de l'activité proposée augmente grandement la capacité de résister à la pression.

- « Veux-tu une cigarette ? »
- ◆ « Non merci, moi je suis comme Fred (en s'approchant de lui), je suis pour la santé, hein Fred ? »

6. L'EXCUSE

Il s'agit de se trouver une raison, réelle ou inventée, pouvant nous exempter de poser le geste proposé, sans afficher clairement notre désaccord. C'est une façon d'éviter temporairement une situation, de remettre à plus tard la décision ou la confrontation. (C'est la technique avec laquelle les jeunes sont le plus à l'aise pour justifier un retard, un travail non fait, le fait que la vaisselle traîne, etc.).

- « Veux-tu une cigarette ? »
- ◆ « Non merci, je suis asthmatique, ça me fait tousser. »
ou
- ◆ « Pas maintenant, je m'en allais danser. »

7. LE CHANGEMENT DE GROUPE

Il peut arriver que la seule façon de se respecter soi-même soit de quitter les lieux ou de se tourner vers un autre groupe d'amis qui, eux, respecteront nos choix et nos valeurs.

CONCLUSION

Plus on devient habile à utiliser ces techniques, mieux on peut se sortir de situations où on subit de la pression avec élégance, sans perdre la face. Les jeunes acceptent avec plaisir de se prêter au jeu et mettent ainsi en pratique des techniques qui peuvent s'avérer très utiles pour les aider à faire respecter leurs choix.

VRAI OU FAUX ?

Référence : Ministère de la Santé et des Services sociaux, 1992, carte de jeu *Bien dans ma peau*, conçue dans le cadre du Salon de la jeunesse de Montréal.

Vous trouverez à l'annexe III, un jeu questionnaire que vous pourrez photocopier (sur du papier de couleur) et remettre à chaque jeune de votre groupe. Il s'agit de dix affirmations sur la consommation d'alcool et de drogues. Pour chaque affirmation, le jeune doit tenter de deviner si elle est vraie ou fausse.

Chaque jeune devrait répondre seul aux questions, ce qui lui permettra de se questionner sur ses connaissances par rapport à la consommation de psychotropes. Ensuite, en groupe, vous pouvez vous servir des réponses proposées pour aider les jeunes à comprendre et animer une discussion sur le sujet.

QUESTIONS ET RÉPONSES DU JEU VRAI OU FAUX ?

1. L'alcool, la cigarette et les médicaments sont des drogues.

Réponse : VRAI. Les trois sont des substances qui modifient la façon dont le corps et l'esprit fonctionnent. Elles peuvent agir sur notre façon de penser, de sentir et de réagir.

2. Il n'y a pas de risque pour ma santé à « sniffer » de la colle, de l'essence, du vernis ou du décapant.

Réponse : FAUX. Ces produits pénètrent dans le sang à partir des poumons et sont ensuite transportés vers le cerveau, le foie et les reins, qui peuvent alors subir des lésions. Le rythme cardiaque et respiratoire et celui d'autres fonctions organiques se ralentit. Il y a risque de perte de conscience et d'étouffement. Une personne intoxiquée risque de mourir si on la fait sursauter ou si elle fait une activité épuisante.

3. Mes amis peuvent m'influencer à prendre de la drogue.

Réponse : VRAI. Pour tout le monde et pour les jeunes en particulier, le sentiment d'être accepté par ses amis est très important. Chacun a aussi le droit de prendre sa place et de s'affirmer. Il est toujours possible de dire NON MERCI lorsque c'est notre choix. La décision de ne pas consommer de psychotropes peut parfois nous amener à choisir de nouveaux amis. On peut remarquer que certains jeunes ne savent pas comment réagir à des propositions venant de leurs amis.

4. Ma famille, mes amis, mes professeurs peuvent m'aider si j'en ai besoin.

Réponse : VRAI. En tout temps, mais surtout lorsqu'on éprouve des difficultés, il est précieux d'être entouré de personnes en qui on a confiance. Oser demander de l'aide lorsqu'on en a besoin, c'est une façon de rechercher des solutions à nos problèmes. Pour voir clair et faire des choix, un échange avec une personne compréhensive, ça peut aider.

5. Quand on prend de la drogue ou de l'alcool pour avoir du plaisir, on risque de rester accroché à ça.

Réponse : VRAI. Le risque, c'est de rester accroché aux sensations ressenties ou aux situations qui stimulent le plaisir ou qui font fuir la réalité. La consommation régulière d'alcool ou de drogue dans des situations analogues peut favoriser le développement d'habitudes difficiles à changer. C'est ça, être accroché.

6. il y a plusieurs façons de dire non à une personne qui nous offre de la drogue.

Réponse : VRAI. Il y a bien des façons d'affirmer son choix face à l'alcool et aux autres drogues. Le dire à sa façon, c'est bien naturel. Voici quelques exemples :

- ◆ **Cool :** « Ben voyons ! C'est pas cool ! » « T'as pas rap ! »
- ◆ **Classique :** « Non merci ! »
- ◆ **Bollée :** « Ça coûte bien trop cher. À ce prix là, j'aime mieux me payer des CD, un vélo, des revues, etc. »
Quelle est la tienne ?

7. Par rapport à la drogue, les parents s'inquiètent pour rien.

Réponse : FAUX. Les parents ont le droit de s'interroger et de s'inquiéter. Certains parents ont besoin d'information. Cela peut être interprété comme un signe d'amour ou prouver qu'ils se font du souci par rapport au bien-être de leur enfant. De plus, la communication parents-enfants peut être une façon d'atténuer ces inquiétudes et de prévenir l'abus des drogues.

8. Souvent, on prend de l'alcool ou des drogues pour faire comme les autres.

Réponse : VRAI. Il est vraiment difficile d'être différent surtout lorsque certains comportements sont « in » dans un groupe d'amis. Nous sommes tous portés à imiter les habitudes ou les comportements que nous observons au sein de notre famille et de notre groupe. Toutefois, il est toujours possible de faire des choix personnels au regard des comportements et des habitudes que nous voulons adopter. N'est-ce pas ?

9. On n'a pas besoin d'alcool ou de drogue dans un « party » pour avoir du « fun ».

Réponse : VRAI. Lorsque la chimie du plaisir d'être ensemble explose, le « fun » est pris. Des gadgets peuvent être utiles pour créer de l'atmosphère, mais les dispositions à s'amuser le sont davantage. La consommation d'alcool ou de drogue gâche bien souvent l'atmosphère d'un party bien organisé. Qu'en penses-tu ?

10. On se sent moins gêné quand on a pris de la drogue ou de l'alcool.

Réponse : VRAI. Effectivement, un des effets de l'alcool est de diminuer temporairement la gêne et de donner une sensation de détente. Elle provoque une suppression des inhibiteurs et des tensions. Par contre, apprendre à apprivoiser sa gêne sans alcool, c'est apprendre à s'accepter et à se connaître davantage.

TEXTES INFORMATIFS

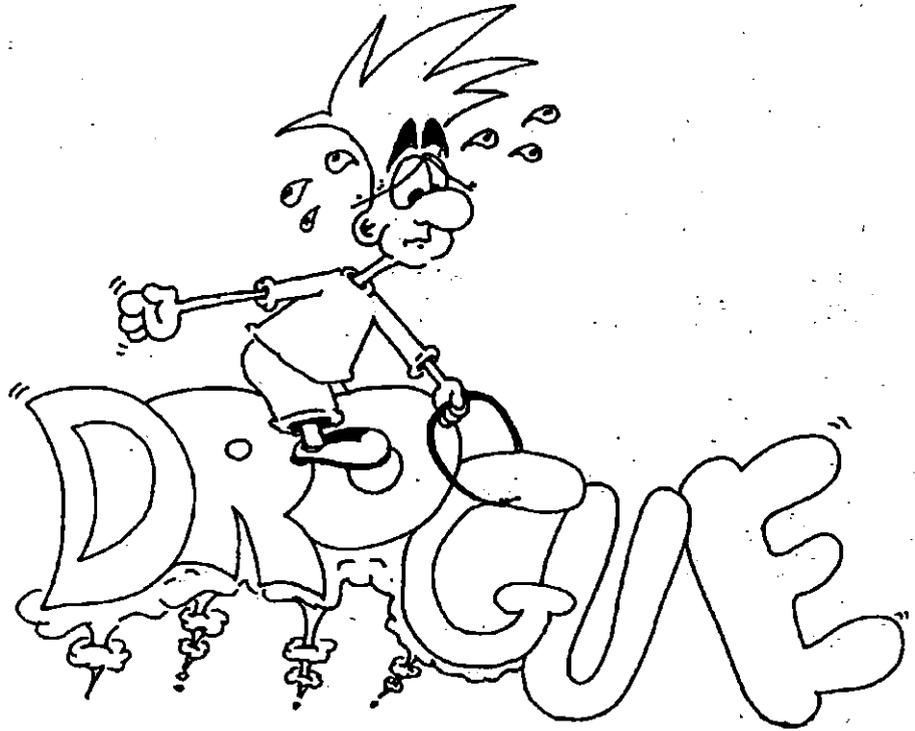
LES FACTEURS DE RISQUE

LE PRODUIT	LE JEUNE	LE MILIEU	L'ENVIRONNEMENT
Accessibilité	Abus et négligence pendant l'enfance	Famille	Lois et règlements qui balisent l'accessibilité de l'alcool et du tabac
Effets	Âge du début de consommation	<ul style="list-style-type: none"> ◆ attitudes et comportements à l'égard de l'usage des substances psychotropes 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ taxes ◆ âge légal
Qualité	Sexe	<ul style="list-style-type: none"> ◆ pratiques parentales 	Modèles de consommation
Fréquence	Hérédité	<ul style="list-style-type: none"> ◆ conflit familiaux 	Normes sociales
Quantité	Connaissances, attitudes, croyances, attentes	<ul style="list-style-type: none"> ◆ attachement parents-enfant ◆ Traditionalisme des parents 	
Modes d'administration	Habiletés et comportements sociaux	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Environnement familial supportant 	
Interactions	<ul style="list-style-type: none"> ◆ troubles de comportement précoces et persistants (agressivité et hyperactivité) 	École	
Composition	<ul style="list-style-type: none"> ◆ problèmes scolaires à la fin de l'école primaire et à l'école secondaire ◆ personnalité rebelle 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ organisation physique ◆ qualité des relations interpersonnelles ◆ cohérence des règles ◆ distribution socioéconomique 	
		Relations	
		<ul style="list-style-type: none"> ◆ amis usagers de psychotropes ◆ réseau de support extérieur de la famille 	
		Milieu socioéconomique	
		<ul style="list-style-type: none"> ◆ désorganisation des quartiers ◆ pauvreté extrême 	

Source : Programme de prévention de la toxicomanie chez les 10 à 14 ans et les parents, Rapport du comité de travail, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Québec Centre de santé publique, avril 1998, p. 16.

L

es drogues et l'alcool



Les premières expériences avec la drogue surviennent généralement à l'adolescence. À 15 ans, à peu près la moitié des jeunes ont fait un certain usage de drogue (alcool ou autres).



Les drogues et l'alcool



QU'EST-CE QUE LA DROGUE ?

« Une drogue est toute substance qui modifie notre façon de penser, de ressentir et d'agir. Cela inclut donc l'alcool, la caféine, les médicaments, de nombreux produits chimiques d'usage domestique dont on peut inhaler les vapeurs et les drogues illégales comme la marijuana et le LSD. »

Source : Les drogues on s'en parle.

LES MYTHES ET LES FAITS



1. L'école s'en occupe et leur donne toute l'information nécessaire.

Les écoles n'ont ni le temps ni les ressources nécessaires pour s'occuper à fond du problème. Il est important d'en discuter avec votre jeune si vous voulez lui transmettre vos valeurs et garder une certaine influence sur ses décisions.

2. Pas mon Jeune, ça ne l'intéresse pas du tout, ce n'est pas son genre.

Ne faites pas l'autruche, même si les jeunes ne deviennent pas tous des consommateurs assidus, la plupart d'entre eux ont le goût d'expérimenter la drogue et l'occasion d'en consommer. Soyez vigilant!

3. Mon Jeune en connaît beaucoup plus que moi sur le sujet.

Il peut connaître le nom des drogues, mais il ne connaît pas toujours quels sont les effets physiques et psychologiques des drogues. Il prendra alors une décision à la lumière d'informations pouvant être fausses.

4. Je garde l'oeil ouvert... Je cherche des indices et des symptômes.

Attendre que les indices apparaissent c'est attendre qu'il soit tard, très tard et parfois trop tard.

COMMENT RECONNAÎTRE UN JEUNE QUI CONSOMME ?

au plan physique

- yeux rouges
- prononciation difficile
- appétit démesuré ou perte d'appétit
- tremblements
- yeux et nez qui coulent
- pupille agrandie
- apparence négligée ou très soignée pour détourner l'attention de son entourage

au plan psychologique



- nonchalance ou grande excitation
- déforme la réalité
- propos décousus, confusion, difficulté de concentration
- grande irritabilité ou hostilité
- sentiment d'être malheureux *
- faible estime de soi

au plan comportemental

- changement brusque de comportements (très déprimé ou très confiant)
- rires exagérés
- absences fréquentes à l'école *
- baisse notable de son rendement scolaire
- mauvaise conduite à l'école
- rentre de plus en plus tard à la maison
- fréquente des jeunes qui consomment drogue ou alcool *
- fréquente des lieux - louches - ou reconnus pour faire du trafic de drogue
- disparition d'argent ou d'objets de valeurs à la maison
- vol à l'étalage, vandalisme
- a des activités secrètes, reçoit des téléphones mystérieux
- isolement

* Ces trois indices sont habituellement associés à une consommation d'alcool ou de drogue plus importante.

LES CAUSES



- la facilité à se procurer la drogue
- les relations conflictuelles avec les parents
- le manque d'information ou de mauvaises informations
- la recherche du plaisir et des sensations fortes
- la curiosité et le désir d'expérimenter de nouvelles choses
- la pression des pairs (pour faire comme les autres)
- la croyance au mythe qui dit que « tout le monde le fait »
- le manque d'habiletés sociales (difficulté à entrer en contact avec les autres et à entretenir des relations amicales)
- le manque d'estime de soi et de confiance en soi
- le manque d'affirmation de soi (peur de refuser)

Après avoir commencé à consommer les raisons pour continuer sont différentes :

- **la dépendance psychologique**
La drogue procure un « high » momentané qui est recherché par le jeune. Il éprouve le besoin d'en prendre de plus en plus souvent pour être mieux dans sa peau.
- **la dépendance physique**
Le corps s'est habitué à l'action de la drogue. Il en a besoin et peut difficilement s'en passer.
- **les problèmes financiers**
Le jeune peut devenir vendeur pour se procurer sa dose.

COMMENT SAVOIR SI VOTRE JEUNE EST DÉPENDANT DES DROGUES ?

Il existe cinq critères pour déterminer si une personne est dépendante ou non des drogues. Répondez par oui ou non aux questions suivantes.

oui non

1. Sa consommation de drogues ou d'alcool nuit à ses activités quotidiennes principales (école, travail).
2. Il a cessé ses autres activités (sports, loisirs, etc.).
3. Il consomme pour diminuer ou fuir sa peine, son angoisse ou ses problèmes.
4. Peu importe son état (à jeun ou drogué), il a l'air malheureux.
5. Il semble incapable d'arrêter de consommer.

Plus le nombre de oui est élevé, plus le risque de dépendance à la drogue ou à l'alcool augmente chez votre jeune.

COMMENT PRÉVENIR ?

• **Promouvoir le bien-être**



✓ Renforcez chez votre jeune de saines habitudes de vie (alimentation, sommeil, activités physiques, etc.). Les comportements apparaissant incompatibles avec une philosophie de santé seront plus facilement évités.

✓ Encouragez-le à participer à des activités variées, les occasions de consommer seront plus rares.

Certaines études révèlent que les jeunes qui pratiquent des sports sont moins anxieux, moins déprimés et consomment moins d'alcool et de tabac que les autres.

• **Informier des conséquences**

✓ Informez votre jeune objectivement des caractéristiques de certaines drogues et des conséquences liées à la consommation (dépendance, atteinte à la santé, etc.)

✓ Rendez votre jeune conscient des méfaits et des conséquences liées à la consommation abusive de drogues ou d'alcool **sans dramatiser**. Votre message doit présenter de l'information précise, concrète et véridique.



La tendance à faire peur aux jeunes en présentant des informations fausses ou charriées sur les drogues ne donne pas les résultats attendus. Tôt ou tard le jeune n'y croit plus et peut consommer pour savoir ce qu'il en est réellement.

• **Lutter contre la disponibilité de la drogue à l'école**

Il ne sert à rien de se cacher la tête dans le sable, il se fait un certain commerce de drogues illicites dans la majorité des écoles — quel qu'en soit le niveau. Quelles sont les ressources et les moyens mis en place par l'école de votre jeune pour faire face à cette réalité? Existe-t-il une politique claire au sujet des drogues?

Un sondage mené dans la région de Québec indique que 84 % des personnes interrogées souhaitent que les directions d'écoles soient plus sévères devant le trafic de la drogue entre leurs murs.

sondage Léger & Léger, janvier 1994

• **Montrer l'exemple**

Vous transmettez des messages clairs de modération à votre jeune lorsque vous consommez de façon modérée, dans des circonstances adéquates et à des moments propices.



Plus votre consommation est élevée, plus celle de votre enfant risque de l'être. En effet, la consommation abusive de drogues ou d'alcool de la part des parents a été souvent liée à la surconsommation chez le jeune. L'attitude des jeunes face aux drogues se développe en observant la consommation de leurs parents.

• **Développer la confiance en soi et l'affirmation de soi chez votre jeune**

L'affirmation de soi consiste à dire ce qu'on veut et ne veut pas sans agressivité et à laisser savoir aux autres de quelle façon leurs comportements ou leurs attitudes nous affectent.

En ayant confiance en lui, votre jeune pourra dire « non » plus facilement à la pression des amis lorsqu'il ne veut pas faire quelque chose.

- ✓ Aidez-le à faire des choix éclairés, aidez-le à développer des moyens appropriés pour affronter les situations difficiles de la vie.
- ✓ Laissez-le exprimer ses sentiments et ses opinions.
- ✓ Critiquez positivement ou de façon constructive ses décisions et ses actions.
- ✓ Aidez-le à vivre des réussites qui le rendent fier de lui.
- ✓ Aidez-le à développer des compétences de façon à réduire le besoin de recourir à l'usage de drogues.

• **Enseigner comment résister à la pression**

Dire non à la pression ne signifie pas couper les liens avec les amis. Il s'agit juste de prendre ses propres décisions.

- ✓ Encouragez-le à penser aux conséquences de ses actions (à court et à long terme).

- ✓ Encouragez-le à défendre ses opinions, ses croyances et ses valeurs.
- ✓ Apprenez-lui à ne pas se laisser manipuler.
- ✓ Développez sa capacité de prendre ses propres décisions.

Pourquoi est-ce si difficile de dire NON ?

La plupart des adolescents ont besoin de sentir qu'ils appartiennent à un groupe, qu'ils font partie d'une gang. Si le groupe d'amis de votre jeune consomment, cela met plus de pression sur ses épaules.

- ***Dites-lui l'importance de choisir ses amis en fonction de ce qu'il souhaite vivre comme expérience.***
- ***Rappelez-lui que la plupart des jeunes ne consomment pas. En fréquentant des jeunes qui consomment, il risque de perdre des amis qui ne consomment pas.***



C'est lorsqu'on se sent le plus pressé de prendre une décision qu'il faut prendre le temps d'y penser par deux fois.

Votre jeune doit prendre une décision dans un contexte qui est la plupart du temps très émotif et dans lequel s'exerce une forte pression sociale. Sur le coup il n'est pas facile de réagir, c'est pourquoi il faut réfléchir sur le sujet avant que les choses se passent pour mieux faire face à la situation. Une personne avertie en vaut deux!

COMMENT INTERVENIR ?

• ***Percez le mur du silence.***

✓ Vous avez des doutes? Aller vérifier auprès de votre jeune si vos doutes sont fondés.

✓ Vous êtes certain qu'il consomme, prenez les devants et dites-lui que vous savez qu'il se drogue.

• ***Discutez ouvertement de sa consommation de drogues ou d'alcool.***

✓ Exprimez-lui ce que vous ressentez (peur, colère, déception, impuissance, etc.). ***Il importe que votre jeune sache que sa consommation ne vous laisse pas indifférent.***

✓ Sensibilisez-le à son fonctionnement (se renferme sur lui-même, boude, etc.) et aux impacts de sa consommation sur lui-même et sur son entourage.

- **Essayez de comprendre pourquoi il se drogue.**

✓ Consomme-t-il pour fuir ses problèmes ou pour faire comme les autres? Aidez-le à trouver de nouvelles attitudes, de nouvelles façons de régler ses problèmes ou de résister à la pression.

✓ Renforcez les attitudes saines déjà en place (J'aime ça te voir partir avec tes patins sous le bras!)

- **Aidez votre jeune à choisir des comportements plus responsables.**

✓ Laissez-le assumer les conséquences de ses actes : rembourser ses dettes, justifier ses absences et ses retards au niveau des travaux, etc.

✓ Aidez-le à remplacer sa consommation de drogues par autre chose, par d'autres activités.

QUELQUES RÈGLES EN OR

- N'attendez pas que le problème de la drogue se règle de lui-même, réagissez le plus vite possible.
- Ne confrontez pas votre jeune s'il est sous l'influence de la drogue, attendez plutôt que l'effet soit passé.
- Soyez sensible aux sentiments de votre jeune.
- Montrez-vous le plus possible tel que vous êtes. Si vous êtes du type plutôt autoritaire, il ne sert à rien de faire semblant de devenir tout à coup permissif et vice versa, cela nuirait à l'établissement d'un vrai dialogue, votre jeune n'y croirait pas de toute façon !
- Donnez vos limites : par exemple, vous pouvez interdire à votre jeune de consommer ou d'apporter de la drogue à la maison.
- Évitez de dramatiser et de moraliser, ça ne sert à rien!



Pour plusieurs jeunes, l'expérimentation de la drogue demeure passagère. Ainsi, la moitié des jeunes qui ont déjà fumé la cigarette ont arrêté et les deux tiers de ceux qui ont essayé la drogue affirment ne plus en consommer. Par contre, un jeune qui consomme de l'alcool risque davantage de continuer à le faire puisque c'est socialement acceptable.

• Gardez le contact, gardez espoir ! Il faut beaucoup d'amour, de patience et de compréhension pour garder le contact avec son jeune à certains moments mais c'est lorsqu'il rencontre un problème sérieux qu'il a le plus besoin de votre appui et de votre amour.

• Cherchez du soutien pour faire face à la situation et demandez l'aide de professionnels au besoin.

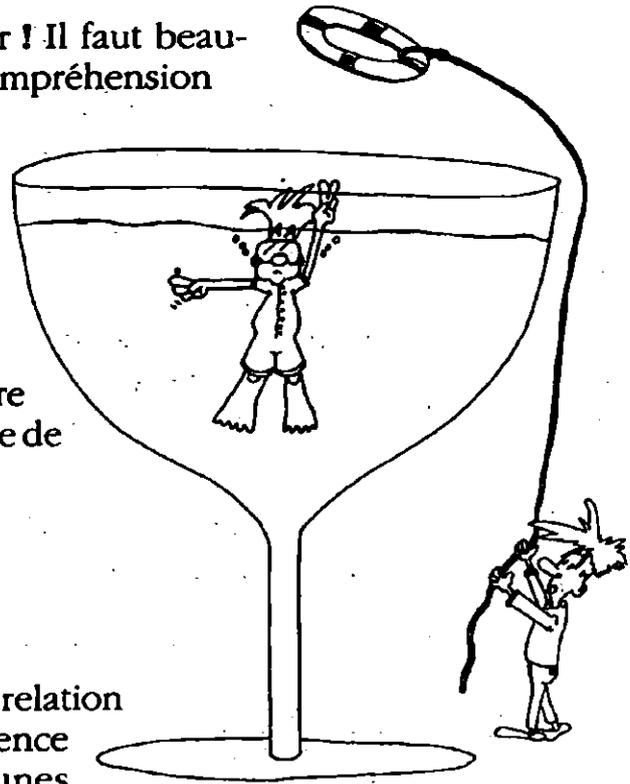
SOUVENEZ-VOUS

La qualité de la relation parent-jeune influence l'attitude des jeunes face aux drogues. Il semblerait que plus le support parental permet à l'adolescent de satisfaire ses besoins et de développer son autonomie, plus il est protégé envers la **consommation abusive** de drogues.

L'influence des pairs n'est pas à négliger en matière de consommation de drogues ou d'alcool, c'est pourquoi il est important de faire connaître à votre jeune, dès son plus jeune âge, quelles sont les caractéristiques d'un bon ami.

Comment savoir si c'est un « vrai chum » ?

- respecte tes choix
- ne veut pas que tu fasses des choses qui ne sont pas bonnes pour toi
- partage ses valeurs et ses idées avec toi
- offre son support et son encouragement au besoin
- prend à cœur tes intérêts
- peut garder un secret
- ne t'oblige pas à faire ce que tu ne veux pas faire

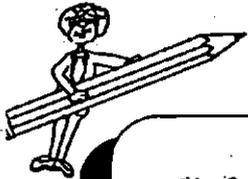


La cigarette : Pour que les jeunes écrasent!

Au Québec, 22 % des jeunes de 15 à 19 ans fument régulièrement. Tout comme la plupart des fumeurs, ils peuvent éprouver de la difficulté à arrêter. Pour les aider, Santé et Bien-être social Canada a conçu la trousse V100F (Une vie 100 fumer).

Rédigée dans un langage accessible et offerte dans un emballage de disque compact, cette trousse comprend une foule de petits trucs pour leur faciliter la tâche. Grâce à différents documents, le jeune sera mieux équipé pour franchir la difficile période du sevrage.

Pour obtenir cette trousse gratuitement, composer le 1-800-363-3537.



MINI-TEST

vrai faux *La consommation des drogues, je connais ça ?*

- 1. Un jeune qui a des modèles, de bons exemples court *moins de risques* de succomber aux drogues et d'en devenir dépendant.
- 2. À 15 ans, un jeune sur quatre a expérimenté au moins une drogue illégale.
- 3. Les parents craignent beaucoup la drogue, mais pour la majorité des jeunes adolescents, le problème de l'alcoolisme est encore plus grave.
- 4. Plus de 40 % des suicides chez les adolescents sont associés à la consommation d'alcool et de drogues.
- 5. La marijuana conduit à une intoxication semblable à celle de l'alcool.
- 6. La consommation plus fréquente de cigarettes, d'alcool et de drogues augmente avec l'âge.
- 7. La marijuana et le haschich sont les drogues (autre que l'alcool) les plus en usage chez les jeunes.

Toutes les réponses sont vraies.

Sources : Consommation d'alcool et de drogues chez les jeunes Québécois âgés entre 15 et 29 ans et Les habitudes de vie des jeunes.

mieux CONNAÎTRE les drogues

PRODUIT	COMMENT ÇA PEUT S'APPELER	DE QUOI ÇA A L'AIR	COMMENT ÇA SE PREND
Marijuana	<ul style="list-style-type: none"> • mari • pot • gazon • herbe • joint 	<ul style="list-style-type: none"> • tabac • thé • fines herbes 	<ul style="list-style-type: none"> • roulé en cigarettes • fumé avec une pipe • mélangé à de la nourriture
Haschich	<ul style="list-style-type: none"> • hasch • cube • dime 	<ul style="list-style-type: none"> • petit cube brun 	<ul style="list-style-type: none"> • fumé mélangé au tabac • aspiré la fumée
Colle Décapant Vernis Essence Aérosol	Colle Décapant Vernis Essence Aérosol	<ul style="list-style-type: none"> • tubes ou contenant 	<ul style="list-style-type: none"> • sniffé ou reniflé • aspiré une fois chauffé • imbibé dans un mouchoir
Mescaline LSD PCP Champignons Hallucinogènes	<ul style="list-style-type: none"> • chimique • acide • mesc • champignon magique 	<ul style="list-style-type: none"> • pilule • liquide dans un buvard • cube de sucre • champignon séché 	<ul style="list-style-type: none"> • comme une pilule mâché, mangé
Cocaïne	<ul style="list-style-type: none"> • coke • neige • cristal 	<ul style="list-style-type: none"> • poudre blanche • cristaux 	<ul style="list-style-type: none"> • sniffé avec paille
Crack	<ul style="list-style-type: none"> • rocks 	<ul style="list-style-type: none"> • cristaux 	<ul style="list-style-type: none"> • fumé
Speed	<ul style="list-style-type: none"> • speed • pep pills • amaigrissants 	<ul style="list-style-type: none"> • pilule • capsule 	<ul style="list-style-type: none"> • avalé
Tranquillisants Somnifères Analgésiques	<ul style="list-style-type: none"> • downers • roches • pilules pour les nerfs, pour dormir 	<ul style="list-style-type: none"> • pilule • sirop 	<ul style="list-style-type: none"> • avalé
Alcool	<ul style="list-style-type: none"> • cidre • bière • vin • fort 	<ul style="list-style-type: none"> • liquide 	<ul style="list-style-type: none"> • bu
Héroïne	<ul style="list-style-type: none"> • smack • cheval 	<ul style="list-style-type: none"> • poudre blanche 	<ul style="list-style-type: none"> • aspiré • injecté

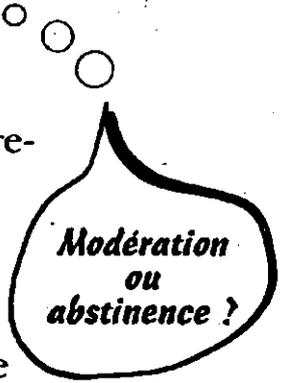
mieux CONNAÎTRE les drogues

CE QUE ÇA FAIT	INDICES
<ul style="list-style-type: none"> • tendance à rire • sentiment de détente • hausse de l'appétit • modification des perceptions (temps et distance) Durée : 1 à 4 heures 	<ul style="list-style-type: none"> • yeux rouges • prononciation difficile • odeur de foin brûlé • propos décousus • appétit démesuré
<ul style="list-style-type: none"> • comme la mari mais plus intense 	<ul style="list-style-type: none"> • comme la mari • on peut trouver des couteaux noircis, une pipe, des pinces à sourcils, etc.
<ul style="list-style-type: none"> • ressemble à l'alcool (ivresse, vertige...) 	<ul style="list-style-type: none"> • nez et yeux qui coulent • toux • bouche pâteuse • odeur de colle • rougeurs aux narines
<ul style="list-style-type: none"> • hallucinations • sensations agréables (trip) ou désagréables (bad trip) • troubles de concentration • modification des perceptions Durée : jusqu'à 18 heures 	<ul style="list-style-type: none"> • pupille agrandie • tremblements • déforme la réalité (voir des sons, entendre des couleurs)
<ul style="list-style-type: none"> • excitation • donne énergie et assurance • enlève l'impression de fatigue Durée : jusqu'à 2 heures 	<ul style="list-style-type: none"> • pupille agrandie • grande excitation • transpiration abondante • nez congestionné • insomnie • perte de poids soudaine
<ul style="list-style-type: none"> • sensation d'euphorie 	<ul style="list-style-type: none"> • pupille agrandie • grande excitation • transpiration abondante • perte de poids
<ul style="list-style-type: none"> • comme cocaïne • diminue la faim Durée : 2 à 4 heures 	<ul style="list-style-type: none"> • pupille agrandie • grande excitation • transpiration abondante
<ul style="list-style-type: none"> • calme , détend • facilite le sommeil Durée variable 	<ul style="list-style-type: none"> • calme inhabituel • nonchalance • envie de dormir
<ul style="list-style-type: none"> • détentes, étourdissements • réflexes ralentis Durée : variable 	<ul style="list-style-type: none"> • yeux brillants • haleine sentant l'alcool • rougeur de la peau • chancellement • bouche pâteuse • mal de bloc (lendemain)
<ul style="list-style-type: none"> • sentiment de bien-être intense Durée : 3 à 6 heures 	<ul style="list-style-type: none"> • seringues • nausées, vomissements • panique en état de manque

Source : «Les drogues, on s'en parle.»

CAPSULE DE RÉFLEXION

1. Émotivement, qu'est-ce que le mot « drogue » représente pour vous ?
2. Êtes-vous capable de parler ouvertement des drogues avec votre jeune?
3. Si votre jeune vous dit qu'il prend de la drogue de temps en temps, quelle sera votre réaction ?
4. Êtes-vous suffisamment informé pour le guider, pour l'écouter, pour chercher à comprendre pourquoi il consomme ?
5. Quelles drogues trouvez-vous acceptable ? À quelle fréquence ? Dans quelles circonstances ? En quelle quantité ?



Modération
ou
abstinence ?

POUR EN SAVOIR PLUS...

Prévention drogue

Case postale 2478, Québec (Québec) G1K 7R3, tél. : ...

Drogue : aide et référence

Un **service téléphonique** *confidentiel, anonyme et sans frais* pour obtenir de l'information, pour recevoir de l'aide, pour orienter votre démarche.

Pour de l'aide 24 heures par jour **composez le 1-800-265-2626**

Montréal et ses environs : **527-2626**

Franc-parler (document vidéo)

Pour les parents qui éprouvent de la difficulté à aborder les problèmes de la consommation des drogues avec leurs adolescents et adolescentes. Ce document vise à :

- encourager les parents à établir un climat de confiance
- contrer les effets de panique provoqués par la découverte de consommation de drogues chez leur jeune.

Disponible à la plupart des Centres locaux de services communautaires (CLSC).

La relation d'aide : aider les adolescents et les adolescentes en difficulté.

(1990) Jocelyne Forget, Les éditions Logiques inc. Montréal. 169 p.

Ce livre s'adresse à ceux et celles qui interviennent auprès d'adolescents en difficulté. L'auteure explique différentes facettes de la relation d'aide en fonction de problématiques particulières telles la dépendance aux drogues et à l'alcool, l'abus sexuel, le suicide et la violence.

LA COMMUNICATION ENTRE LES PARENTS ET LEURS JEUNES⁷

INTRODUCTION

Le texte qui suit vous permettra de bien comprendre le rôle que joue la famille, et en particulier les parents dans l'acquisition de saines habitudes par rapport à la consommation de psychotropes. Les parents ont une relation privilégiée auprès des jeunes; vous aussi. En tant qu'adulte significatif auprès de jeunes qui vous écoutent, vous regardent vivre, apprennent de vous, vous aussi jouez un rôle très important en promotion de la santé et en prévention de la toxicomanie. Ce texte vous permettra de mieux saisir les attentes et les besoins des jeunes dans leurs relations avec les adultes significatifs qui les entourent.

L'UNIVERS DES JEUNES

L'univers des jeunes se compose essentiellement de quatre éléments au contact desquels ils font, presque à leur insu, l'apprentissage graduel du comportement et du mode de vie adultes.

La famille

Le jeune se démarque de sa famille ; il est essentiel pour lui de s'y opposer, de prendre ses distances afin de marquer son existence en tant qu'individu. Obéir, répondre aux attentes de ses parents ou les satisfaire est à ses yeux une régression, un retour à son ancien statut d'enfant. Mais il ne peut plus être un enfant, car la cloche du changement a sonné et tout son organisme se transforme déjà.

Il se sert de ses parents comme d'un mur sur lequel rebondit une balle qu'on lance et qui nous revient. Il défie ses parents, provoque des situations, transgresse des règles et prend bien souvent des risques, pas toujours très bien calculés. Il fera des erreurs, c'est certain, puisqu'il ne connaît pas encore toutes ses limites. Il ira parfois trop loin et paiera pour avoir été trop frondeur, pour avoir trop consommé d'alcool ou de drogue, ou pour avoir surestimé ses forces en soulevant un objet trop lourd pour lui. Le jeune a besoin de la réaction de ses parents, tout comme la balle lancée sur le mur doit nous revenir pour que le jeu puisse se poursuivre. La réaction de ses parents prouve à l'adolescent qu'il existe à leurs yeux. L'ampleur de cette réaction lui permet de mesurer l'importance qu'il a pour eux et, au fond, d'exercer ainsi un certain pouvoir.

Le jeune a besoin de prendre un risque, de prendre une décision. Son risque et sa décision lui permettent de mettre ses capacités à l'épreuve et d'apprendre à se connaître et à connaître la réalité dans laquelle il vit. Cette attitude déstabilise toute la famille et tous les membres s'en trouvent déséquilibrés, particulièrement les parents, car ils se sentent responsables et ne savent trop comment réagir de façon adéquate à une telle situation.

Disputes, querelles, conflits avec un peu tout le monde, souvent sans raison valable, sont des indices des frictions que vit la famille avec le jeune. Pour l'adolescent, le fait de se faire réprimander n'est pas très grave, puisque c'est sa façon de maintenir le contact avec les adultes et l'autorité en général. Tout ce qui compte pour lui, c'est que, pendant la chicane, il reçoive toute l'attention de ses parents.

7. B. Bélanger, M. Lacroix, et P. Paquin, *Une vision constructive et réaliste de la communication entre les parents et leurs jeunes*, document de travail inédit du ministère de l'Éducation du Québec, 1993.

L'adolescence d'un jeune, c'est un peu l'adolescence de toute la famille!

En même temps, le jeune dépend de sa famille pour répondre à quelques-uns de ses besoins les plus importants. Ce sont les parents qui nourrissent le jeune, le logent et le protègent encore de bien des façons. L'adolescent n'est pas vraiment autonome ; il se retrouve donc dans la position délicate de mordre la main qui le nourrit. Il doit arriver à s'affirmer, à prendre sa place sans se mettre à dos ses parents ni trop détériorer le lien familial. Le jeune en est généralement très conscient et il s'en souviendra au moment de décider des comportements à adopter dans telle ou telle circonstance.

Le jeune tient à conserver le lien avec sa famille. Bien qu'il ne le montre ni ne le dise comme avant, il aime encore profondément ses parents. Mais il ne sait pas encore très bien comment vivre avec ce sentiment qui le gêne un peu. En fait, à travers chicanes, bravades et arguments, le jeune arrive à maintenir, à sa façon, et à changer le genre de contact qu'il a avec ses parents.

L'école

L'école est le principal lieu de socialisation des jeunes, l'endroit où ils se rencontrent, vivent des expériences, forment des « gangs ». C'est là qu'ils se connaissent et qu'ils établissent un rapport avec une autorité autre que celle des parents. Ils y apprennent aussi les rôles de producteur (devoirs, examens) et de consommateur (cours, matières), rôles qu'ils tiendront durant toute leur vie d'adulte.

Ils découvrent l'importance de réussir, de bien faire les choses et ils acquièrent l'habitude de se comparer aux autres. C'est leur première expérience de concurrence et de compétition comme mode de vie, et c'est leur première expérience du stress qui y est lié.

L'école étant un milieu où les parents ne vont que très rarement, le jeune se l'approprie et elle devient l'endroit précieux où il rencontre des gens que ses parents ne connaissent pas, en des lieux où ses parents ne vont pas, et il vit des choses que ses parents ignorent. Ce premier sentiment d'avoir une intimité, une vie à soi hors de l'univers de ses parents, le jeune le vit intensément et avec ravissement.

Les amis

Première source d'influence de l'adolescent, les amis - particulièrement de 12 à 16 ans, sont le centre de son nouvel univers. La « gang » lui donne de la force, de l'espoir il se sent appuyé, il sent ses choix approuvés.

Le jeune n'est pas très sûr de lui et sa personnalité n'est pas encore pleinement développée. Il a donc besoin d'être rassuré, surtout par rapport à ses parents et au monde des adultes. Il a besoin de se tenir avec d'autres jeunes dont il partage la coiffure, les perceptions, le vocabulaire, l'habillement, la musique, le langage. Il trouve ainsi l'inspiration et le courage de poursuivre sa démarche de transformation.

La « gang », lieu de contestation du monde des adultes, est aussi un lieu d'apprentissage des liens hiérarchiques entre jeunes. Il y a des meneurs et des « suiveux », et la conformité aux règles du groupe est nécessaire. Pour être accepté dans le groupe, il faut être coiffé de telle manière, il faut porter telles chaussures, il faut aimer telle musique.

Ici, pas de place pour la contestation ! Les rapports de force et les influences y sont à peu près les mêmes que dans le monde des adultes. Étrangement, sous des dehors contestataires par opposition aux adultes, la « gang » est donc un lieu d'apprentissage du conformisme par rapport à ses propres règles internes.

La « gang » apporte la solidarité et la valorisation. Elle répond au désir qu'a le jeune de plaire et d'être reconnu par ses pairs, ce qui lui procure un grand sentiment d'appartenance et de force.

Les modèles

Au début de l'adolescence, les modèles sont bien souvent des figures idéales, mythiques, inaccessibles : Spice Girls, Jacques Villeneuve, Leonardo Di Caprio, Michael Jordan, etc. La barre est donc placée très haut.

Par cette identification à des super-héros, le jeune projette son imagination et rêve, comme un enfant, pour embellir la réalité, pour échapper au réel ou l'affronter.

Plus il essaie d'atteindre son modèle et de devenir comme lui, plus il a le sentiment d'être perdant, car, il n'arrive pas à le dépasser. Peu à peu, le modèle évoluera. Bientôt, le jeune ne s'identifiera plus à un héros, mais à une personne bien réelle faisant partie de son univers social. Ce sera un professeur, un instructeur, l'un de ses amis, quelqu'il connaît ou côtoie dans la vraie vie, quelqu'un de plus accessible.

C'est la chute inévitable du parent-héros de l'enfance qui est remplacé par un modèle social, commercial, souvent adopté par le groupe d'amis, ou un modèle appartenant à l'univers personnel du jeune. Cette situation est souvent vécue par les parents comme une perte d'amour et d'estime de leur jeune, un rejet, une agression.

LA CONSOMMATION DES PARENTS

L'influence des parents

De par leur expérience, leur maturité et la crédibilité que leur accordent leurs enfants, les parents exercent une influence considérable sur ces derniers, et plus particulièrement sur leur développement.

Le bagage culturel et social que nous transmettons à nos enfants a une influence directe qui peut être tout aussi bien consciente qu'inconsciente. Ainsi, alors que nous voulons inculquer aux jeunes des valeurs auxquelles nous sommes profondément attachés - respect, tolérance, etc., nous leur apprenons aussi, malgré nous, à imiter certains des comportements ou certaines des attitudes que nous aimerions changer - fumer la cigarette par exemple. Il est donc très important de bien se connaître et d'être conscients des différents messages que nous transmettons ainsi que des moyens que possède le jeune pour les interpréter.

L'influence que les parents exercent sur les enfants et sur les adolescents, reflète ce qui les caractérise comme individus et qui peut être bien différent d'une personne à l'autre. Ainsi, leurs habitudes, leur mode de vie, leurs valeurs, leurs préjugés sont susceptibles d'influencer positivement ou négativement leurs enfants. Nous pouvons leur montrer, par exemple, à respecter les autres et à être fiers de parler français, tout comme leur apprendre la haine et leur montrer à sacrer tout le temps.

Le jeune entend nos discours et voit nos parcours

Notre propre attitude envers les homosexuels, les groupes ethniques, les gens atteints du sida, façonne leur manière de percevoir ces différents membres de notre communauté. Seront-ils à notre image ou différents ? Seront-ils tolérants ou intransigeants ? Auront-ils l'esprit ouvert ou fermé ? Les parents ont un pouvoir considérable sur les attitudes des jeunes ; il leur est

également tout à fait possible de transmettre aux jeunes des modèles inefficaces pour régler leurs problèmes ou pour savoir comment se comporter envers les autres. Si les parents ont eux-mêmes tendance à surconsommer des psychotropes lorsqu'ils font face à une situation difficile, il y a de forts risques que leurs jeunes en fassent autant. Il est donc essentiel les parents, de comprendre le rôle très important qu'ils ont à jouer.

Cette situation nous amène à reconsidérer notre propre consommation de produits psychotropes, la nature des drogues que nous prenons, la fréquence, l'ampleur et les effets de notre consommation ainsi que les raisons et les contextes qui entraînent celle-ci. C'est en même temps toute notre conception du plaisir et de la gestion du stress dans nos vies qui est remise en question.

Rôle de la famille dans la consommation

Le rôle de la famille dans l'apprentissage de la consommation des psychotropes par les jeunes est bien connu. Il y a transmission des modèles de consommation ou de surconsommation par voies de réaction et d'imitation et il est incontestable que les parents jouent un grand rôle en cette matière.

Nous savons que les jeunes sont deux fois plus portés à fumer quand leurs parents eux-mêmes le font à la maison, les normes parentales étant ici un facteur déterminant. Les enfants dont les parents sont contre l'usage du tabac ont moins tendance à fumer que les autres. Par contre, ceux qui croient que cette question laisse leurs parents indifférents sont sept fois plus portés à fumer que les autres. Ces données sont importantes quand on sait que la cigarette et l'alcool, dans cet ordre, soient les principales drogues d'initiation des adolescents. Par ailleurs, il semblerait que les filles, plus que les garçons, soient influencées par leurs relations amicales et par leur mère en ce qui concerne la cigarette.

Quand la famille s'en mêle

Quelle est l'influence de la famille sur l'usage de l'alcool et des drogues par les jeunes ? Les enfants dont les parents en consomment sont plus portés que les autres à contracter cette habitude. Qui plus est, on note un lien direct entre la qualité des rapports familiaux et l'usage abusif de drogues chez les jeunes. Le fait d'être coupé de sa famille, tout comme l'existence de modes de communication négatifs axés sur la critique et le blâme, où l'estime et le respect mutuels sont absents, sont des facteurs pouvant entraîner un problème de toxicomanie chez les adolescents.

Les facteurs suivants sont aussi à signaler :

- l'absence de discipline ou la trop grande rigidité ;
- le manque d'intérêt des parents pour leurs enfants ;
- le manque de cohérence en ce qui a trait aux messages et aux attentes des parents envers leurs enfants ;
- la démission des parents qui se sentent dépassés ;
- l'incohérence et l'imprécision au regard des limites fixées concernant les comportements.

Être conscient de ses propres comportements

La famille joue un rôle éducatif très important dans l'apparition ou dans la prévention de problèmes liés à la surconsommation de drogues chez les adolescents.

Voilà pourquoi il est nécessaire pour les parents d'établir entre eux un dialogue, un échange sur leurs croyances, leurs expériences passées, leurs attitudes et leurs attentes concernant l'usage de produits psychotropes par leurs enfants. Chacun des parents doit réfléchir aux conséquences possibles de ses propres comportements et discours par rapport à la consommation de ces produits, sur son couple et son conjoint tout d'abord, puis sur les enfants. Le sujet doit surtout cesser d'être tabou. On doit pouvoir en parler franchement afin de prendre conscience de ses propres comportements. L'excès, comme la modération, s'apprend d'abord à la maison et le manque de cohérence des parents en ce qui a trait à la consommation de psychotropes peut devenir un important facteur de risque pour les jeunes qui, ne l'oublions surtout pas, sont les adultes de demain.

L'ÉDUCATION À LA CONSOMMATION

Les drogues sont partout

Les drogues sont présentes partout dans notre société. On les trouve sous diverses formes dans toutes sortes de contextes. Il est pratiquement impossible pour une personne menant une vie active normale de ne pas être un jour ou l'autre en présence de produits psychotropes ou de gens qui en font usage. De la même façon, certaines émotions difficiles à vivre, telles que l'anxiété et la frustration, sont inévitables dans un monde où le stress, la pression, la performance font partie du quotidien de chacun.

Ces réalités étant difficiles, voire impossibles, dans plusieurs cas, à contrôler et à gérer efficacement de façon permanente, c'est donc à l'individu, à la personne, qu'il faut s'adresser pour avoir une influence sur la consommation de psychotropes.

S'informer, en parler

Il est important, en tant qu'adultes, de tenir un discours cohérent et réaliste concernant le phénomène de la drogue. Être bien informés nous permet d'être plus à l'aise pour aborder le sujet et d'avoir moins peur d'en parler avec nos jeunes. Il ne faut pas s'attendre à ce que le jeune aborde de lui-même le sujet de la consommation de psychotropes ; nous devons nous efforcer de briser la glace en discutant, par exemple, à partir de l'actualité ou en commentant des publicités sur l'alcool ou sur le tabac. On peut également le faire en parlant de façon plus générale des diverses habitudes et dépendances que l'on développe dans la vie. Le thème de la société de consommation est aussi très efficace pour lancer le dialogue, tout en permettant d'aborder les notions de choix et de résistance, aux pressions, par exemple celles exercées sur tout le monde, jeunes et adultes, par la publicité.

Pour avoir de la crédibilité auprès des jeunes et éviter des remises en question embarrassantes, il convient d'être bien informés, de savoir de quoi l'on parle. Il faut lire sur le sujet (articles, brochures, dépliants), réfléchir, en parler avec d'autres adultes, remettre en question ce que nous connaissions jusqu'alors des drogues.

Agir et réagir

Nos sources d'information sont très importantes. Pour les parents, c'est de la qualité et de l'exactitude des renseignements dont ils disposent que dépendra en grande partie l'attitude qu'ils adopteront. Ils ont besoin d'une information qui soit complète, basée sur des faits, exempte de sensationnalisme et de dramatisation. Il ne s'agit pas de banaliser la situation ni de sous-estimer les risques que comporte pour un adolescent la consommation de psychotropes. Il s'agit de parler des vrais effets et des conséquences de ce comportement, tant sur le plan positif - le plaisir qu'ont les jeunes à en prendre, par exemple que sur le plan négatif (pensons à la qualité

souvent douteuse des produits illégaux). Ne pas en parler peut contribuer à promouvoir la consommation de psychotropes.

N'oublions surtout pas que, bien qu'ils croient souvent tout savoir sur les drogues, les jeunes ne sont pas mieux informés que nous, dans la majorité des cas. Ils lisent les mêmes journaux que leurs parents et regardent les mêmes émissions de télévision. Par contre, ils disposent d'autres sources d'influence, comme les amis et d'autres personnes dont ils se sentent proches qui n'en connaissent pas plus pour autant, car mythes, rumeurs et histoires de toutes sortes tiennent encore une trop grande place dans la culture des adolescents en ce qui concerne les drogues. Le résultat est que les parents ont tendance à avoir trop peur des drogues alors que bien des jeunes, au contraire, ne s'en méfient pas assez. La réalité, elle, se situerait plutôt entre ces deux positions ; tout n'est pas noir ou blanc, les choses ne sont pas si simples.

Le discours que l'on tient aux jeunes, pour être réaliste et crédible, doit éviter les positions excessives. On doit faire savoir clairement qu'il existe un temps, des lieux, des circonstances pour boire ou fumer, et d'autres contextes dans lesquels il vaut mieux s'abstenir. Il faut faire en sorte d'éviter que la seule consommation devienne le centre d'intérêt principal des réunions, «partys », fêtes, repas ou soirées auxquels on participe... On peut en effet se réunir pour beaucoup d'autres raisons, et avoir bien du plaisir.

Être un modèle

La meilleure façon d'encourager un jeune à ne pas abuser des produits psychotropes, c'est de ne pas en abuser soi-même, de pouvoir servir de modèle en matière de consommation de ces produits. Si vous buvez de l'alcool, faites-le de façon à donner aux jeunes un exemple qu'il pourra suivre tout en grandissant. Offrez-lui un exemple qu'il aura le goût de suivre parce qu'il y verra un intérêt personnel. Buvez avec modération et gardez toute votre tête. Le jeune doit pouvoir comprendre que nous devons faire attention à ce que nous consommons et à la manière dont nous le consommons.

La modération, comme l'excès, est un comportement qui se transmet et s'apprend tout d'abord dans la famille. C'est à la maison, en observant ses parents et la relation qu'ils ont avec les drogues, que le jeune forme son attitude par rapport aux produits psychotropes. Qu'il cherche à imiter ses parents ou qu'il soit en réaction contre eux, le jeune subit de toute façon leur influence directe au moment de l'établissement de ses premières habitudes de consommation ou de surconsommation de drogues. Il est important d'en prendre conscience.

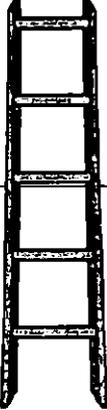
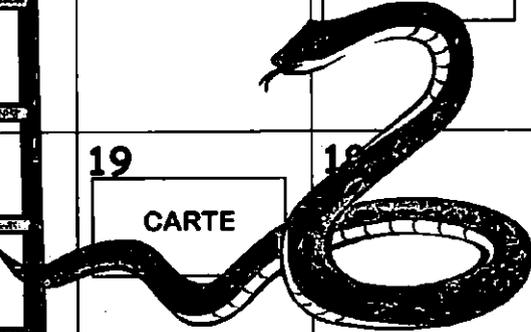
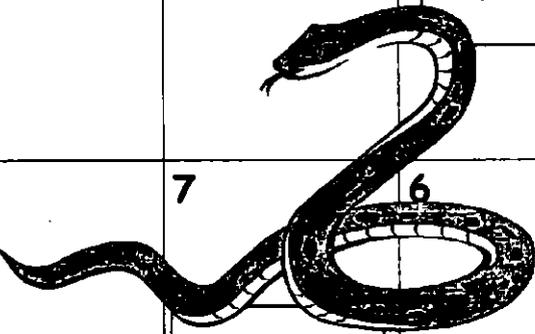
Savoir choisir

Pour permettre au jeune de se sentir libre par rapport aux drogues ou aux pressions sociales relatives à leur consommation, il faut lui fournir des occasions de s'habituer à choisir, à prendre des décisions, à savoir discerner ce qui est bon pour lui de ce qui constitue un danger potentiel. Le jeune doit apprendre à s'affirmer, à bâtir sa confiance en lui et à savoir ce qu'il veut. En ce sens, la drogue constitue l'un des éléments sur lesquels l'adolescent devra définir sa position au cours de sa vie, au même titre que le choix de ses amis, de ses relations amoureuses, de ses activités personnelles, de son style vestimentaire ou de sa profession.

L'estime de soi est à cet égard un facteur important. Il convient donc de la renforcer en commençant, dès son jeune âge, à faire sentir à son enfant qu'on l'aime. Exprimons-lui notre fierté, lorsque l'occasion s'y prête, encourageons-le dans ce qu'il fait. Il importe de lui donner une rétroaction positive et d'éviter d'intervenir uniquement pour le corriger, le critiquer ou le punir. Sachons nous-mêmes être positifs devant la vie. Ainsi, le jeune prendra confiance en ses moyens et pourra graduellement mieux réagir aux diverses situations qui se présenteront sur la voie de son autonomie.

ANNEXES

**ANNEXE I
MAQUETTE POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES**

	29	28	27	26
ARRIVÉE			CARTE	
21	22	23	24	25
		CARTE		
20	19	18	17	16
	CARTE			
11	12	13	14	15
	CARTE			CARTE
10	9	8	7	6
				
	2	3	4	5
DÉPART		CARTE		

ANNEXE II

CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES.

PHOTOCOPIEZ ET DÉCOUPEZ CES CARTES

<p style="text-align: center;">L'alcool est un stimulant.</p> <p>Réponse : FAUX. L'alcool est un dépresseur. Il ralentit l'action de la zone d'inhibition à l'intérieur du cerveau, d'où la fausse impression que nous sommes davantage en forme après en avoir consommé qu'avant.</p>	<p style="text-align: center;">L'alcool renferme beaucoup de vitamines.</p> <p>Réponse : FAUX. L'alcool contient des calories et non des vitamines. Il n'a aucune valeur nutritive. Il réduit nos réflexes et notre résistance aux infections.</p>
<p style="text-align: center;">L'aspirine mélangée aux boissons à base de cola produit le même effet intoxicant que l'alcool.</p> <p>Réponse : FAUX. L'aspirine combinée au cola peut provoquer des nausées et des étourdissements. Cela ne ressemble pas à une intoxication parce qu'il n'y a aucune modification du comportement semblable à l'effet déprimant de l'alcool sur le cerveau.</p>	<p style="text-align: center;">On peut, en buvant de l'huile d'olive, enduire la muqueuse de l'estomac d'une couche protectrice et ensuite boire de l'alcool sans s'intoxiquer.</p> <p>Réponse : FAUX. Les matières grasses retardent la digestion gastrique.</p>
<p style="text-align: center;">L'alcool influence le comportement dès qu'il :</p> <p>a) est avalé b) passe dans le sang c) arrive aux cellules du cerveau d) est oxydé</p> <p>Réponse : c.</p>	<p style="text-align: center;">La seule façon de se remettre après une forte consommation d'alcool est de :</p> <p>a) manger quelque chose b) faire de l'exercice c) laisser agir le temps d) faire une promenade</p> <p>Réponse : c. Le temps est le seul remède à l'ivresse.</p>

CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES
PHOTOCOPIEZ ET DÉCOUPEZ CES CARTES

<p align="center">Il n'y a aucun danger à mélanger des tranquillisants avec de l'alcool.</p> <p>Réponse : FAUX. Un peu d'alcool avec une petite dose de sédatifs, ou de somnifères peut entraîner des pertes de conscience.</p>	<p align="center">On peut mélanger sans danger des médicaments en vente libre avec de l'alcool.</p> <p>Réponse : FAUX. Certains médicaments en vente libre que l'on prend pour le rhume, la fièvre, etc. sont dangereux quand ils sont absorbés avec de l'alcool.</p>
<p align="center">L'alcool est absorbé dans le sang principalement par :</p> <p>a) le foie b) l'estomac c) l'intestin grêle d) les poumons</p> <p>Réponse : c. 80 % de l'alcool absorbé passe dans le sang par l'intestin grêle et 20 % par l'estomac.</p>	<p align="center">Le temps requis pour éliminer du système sanguin une bière ou un verre de vin est de une heure.</p> <p>Réponse : VRAI.</p>
<p align="center">Près de la moitié des accidents de la route sont causés par l'alcool.</p> <p>Réponse : VRAI. Il y a trois fois plus de risques d'avoir un accident après avoir pris un seul verre.</p>	<p align="center">Quelles drogues peuvent provoquer une dépendance physique si elles sont consommées régulièrement ?</p> <p>a) Les Inhalants b) le crack c) les barbituriques et les somnifères d) toutes ces réponses</p> <p>Réponse : d.</p>

CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES

PHOTOCOPIEZ ET DÉCOUPEZ CES CARTES

<p>Les stéroïdes anabolisants :</p> <p>a) sont des drogues b) ne sont pas des drogues c) sont des vitamines</p> <p>Réponse : a. Les effets secondaires des stéroïdes anabolisants ont une influence sur le système nerveux central.</p>	<p>Laquelle de ces drogues engendre une dépendance psychologique ?</p> <p>a) cocaïne b) haschisch - marijuana c) L.S.D. d) toutes ces réponses</p> <p>Réponse : d.</p>
<p>Nommez deux effets de l'inhalation de colle ?</p> <p>a) ivresse et vertige b) excitation, insomnie c) stimulation, augmentation de la faim</p> <p>Réponse : a. Les effets de la consommation de colle ressemblent à ceux de l'alcool.</p>	<p>Choisissez les symptômes qui laissent croire que quelqu'un a « sniffé » de la colle.</p> <p>a) Nez et yeux qui coulent b) rougeur à l'entrée des narines c) bouche pâteuse d) toutes ces réponses</p> <p>Réponse : d. L'odeur de colle et la toux sont aussi des symptômes qui dénotent la consommation de colle.</p>
<p>Le degré d'alcool permis est de 0,08 %.</p> <p>Un degré de 0,03 % d'alcool dans le sang affecte déjà les réflexes et le jugement.</p> <p>Réponse : VRAI.</p>	<p>Parmi ceux qui expérimentent les drogues, quel pourcentage auront des problèmes de consommation?</p> <p>a) 50 % b) 35 % c) 15 % d) 5 %</p> <p>Réponse : c.</p>

CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES

PHOTOCOPIEZ ET DÉCOUPEZ CES CARTES

<p style="text-align: center;">Quelles drogues parmi les suivantes ne créent pas une dépendance physique ?</p> <p>a) Opiacés b) barbituriques c) haschisch - marijuana d) alcool e) tabac</p> <p>Réponse : c.</p>	<p style="text-align: center;">Les parents nous donnent des conseils parce qu'ils :</p> <p>a) se pensent bons b) ont du temps à perdre c) nous aiment d) aucune de ces réponses</p> <p>Réponse : c. Les parents offrent des conseils parce qu'ils veulent le bien de leurs enfants.</p>
<p style="text-align: center;">Lorsque j'ai une décision difficile à prendre, la meilleure chose à faire est de :</p> <p>a) la remettre à plus tard b) en parler avec quelqu'un en qui j'ai confiance c) tirer à pile ou face d) essayer de l'oublier</p> <p>Réponse : b. Tes bons amis, tes parents, tes profs, tes animateurs sont tous des personnes à qui tu peux parler si tu es dans le doute.</p>	<p style="text-align: center;">Un ami qui essaie de me pousser à faire quelque chose que je ne veux pas faire :</p> <p>a) sait mieux que moi ce qui est bon pour moi b) le fait parce qu'il me respecte c) est gentil de décider à ma place d) ne me respecte pas</p> <p>Réponse : d. Il n'y a que toi qui peux choisir. De vrais amis ne te pousseront pas à faire des choses contre ta volonté.</p>
<p style="text-align: center;">En groupe, une vraie marque d'amitié est :</p> <p>a) de suivre la gang même si les autres font quelque chose qui me dérange b) d'expliquer aux autres pour quelle raison je préfère ne pas les suivre c) de laisser tomber mon vrai choix pour faire comme les autres d) aucune de ces réponses</p> <p>Réponse : b. De cette façon, tu démontres à tes amis que tu es honnête envers eux et que tu préfères t'exprimer librement plutôt que d'être un « suiveux ».</p>	<p style="text-align: center;">Lorsque j'aurai à prendre une décision par rapport à la cigarette, à l'alcool ou aux drogues, je devrai le faire en pensant à :</p> <p>a) mon budget b) ce que mes amis vont penser c) ne pas être vu d) moi</p> <p>Réponse : d. Toi seul peux décider de consommer ou non du tabac, de l'alcool ou des drogues. Tu dois être heureux par rapport à ton choix.</p>

CARTES POUR LE JEU SERPENTS ET ÉCHELLES

PHOTOCOPIEZ ET DÉCOUPEZ CES CARTES

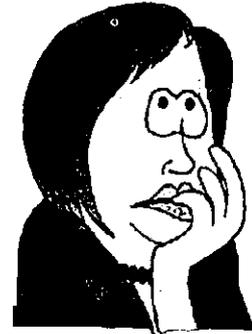
<p>Il est bon de s'informer sur un sujet comme la cigarette , l'alcool ou les drogues :</p> <p>a) pour impressionner les autres b) au cas où il y aurait un sondage téléphonique sur le sujet c) pour pouvoir faire un choix éclairé d) pour ne pas avoir l'air naïseux</p> <p>Réponse : c. Lorsqu'on connaît bien un sujet, on peut se faire une opinion et les décisions sont plus faciles à prendre.</p>	<p>En affirmant ses idées devant ses amis, même si les autres ne les partagent pas, on fait preuve de :</p> <p>a) courage b) confiance en soi c) honnêteté d) respect pour soi et pour les autres e) aucune de ces réponses f) toutes ces réponses</p> <p>Réponse : f.</p>
<p>Pour se tenir en santé, il faut :</p> <p>a) manger des épinards trois fois par jour b) courir 50 kilomètres par jour c) faire des poids et haltères tous les matins d) aucune de ces réponses</p> <p>Réponse : .d. Ben voyons ! Se tenir en santé ce n'est pas si difficile. Bien manger et faire quelques heures d'activité physique par semaine, c'est déjà un bon départ.</p>	<p>Mes amis peuvent-ils m'influencer à prendre de la drogue ?</p> <p>Réponse : OUI. Toutefois, la décision doit toujours demeurer la tienne, pas celle de tes amis. La décision de ne pas consommer de drogue peut parfois nous amener à choisir d'autres amis.</p>
<p>Plusieurs prennent de l'alcool ou des drogues pour faire comme la « gang ».</p> <p>Réponse : VRAI. Ça fait plaisir de se sentir accepté par la « gang ». Mais jusqu'où es-tu prêt à aller pour être accepté ?</p>	<p>Des parents qui posent des questions à leurs enfants au sujet de leurs amis et de leurs activités :</p> <p>a) le font pour les espionner b) les aiment et veulent leur bien-être c) ne leur font pas confiance d) aucune de ces réponses</p> <p>Réponse : b. En parlant régulièrement à vos parents de vos activités et de vos amis, vous les rassurez et leur épargnez des soucis.</p>

ANNEXE III : QUESTIONNAIRE POUR LE JEU VRAI OU FAUX?

Découpez cette page et photocopiez-la en quantité suffisante pour en remettre une exemplaire à chaque jeune (utilisez du papier couleur)



Vrai ? Faux ?
????



1. L'alcool, la cigarette et les médicaments sont des drogues.	VRAI	FAUX
2. Il n'y a pas de risque pour ma santé à « sniffer » de la colle, de l'essence, du vernis ou du décapant.	VRAI	FAUX
3. Mes amis peuvent m'influencer à prendre de la drogue.	VRAI	FAUX
4. Ma famille, mes amis, mes professeurs peuvent m'aider si j'en ai besoin.	VRAI	FAUX
5. Quand on prend de la drogue ou de l'alcool pour avoir du plaisir, on risque de rester accroché à ça.	VRAI	FAUX
6. Il y a plusieurs façons de dire non à une personne qui nous offre de la drogue.	VRAI	FAUX
7. Par rapport à la drogue, les parents s'inquiètent pour rien.	VRAI	FAUX
8. Souvent, on prend de l'alcool ou des drogues pour faire comme les autres.	VRAI	FAUX
9. On n'a pas besoin d'alcool ou de drogue dans un « party » pour avoir du « fun ».	VRAI	FAUX
10. On se sent moins gêné quand on a pris de la drogue ou de l'alcool.	VRAI	FAUX

ANNEXE IV : RESPONSABLES EN PRÉVENTION DE LA TOXICOMANIE DANS LES RRSS.**Région 01**

M. Nelson Charrette, Régie régionale de la santé et des services sociaux du Bas St-Laurent, 288, Pierre-Saindon, Rimouski (Québec) G5L 9A8 - Télécopieur : (418) 723-1597. Pour information, téléphoner au (418) 724-5231, poste 4547.

Région 02

Mme Josette Bouchard, Régie régionale de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-St-Jean, 930, rue Jacques-Cartier Est, Chicoutimi (Québec) G7H 2A9 Télécopieur : (418) 545-6413 ou 545-8791. Pour information, téléphoner au (418) 545-4980, poste 407.

Région 03

Mme Odile Bédard, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Québec, 525, boul. Wilfrid-Hamel, Québec (Québec) G1M 2S8 Télécopieur : (418) 525-1443. Pour information, téléphoner au (418) 529-5311.

Région 04

M. Guy Godin, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Mauricie-Bois-Francs, 550, rue Bonaventure, Trois-Rivières (Québec) G9A 2B5 Télécopieur : (819) 373-1627. Pour information, téléphoner au (819) 693-3936.

Région 05

Mme Marie-Thérèse Payre, Régie régionale de la santé et des services sociaux de l'Estrie, 2 424, rue King Ouest, Sherbrooke (Québec) J1J 2E8 Télécopieur : (819) 569-8894. Pour information, téléphoner au (819) 566-7861.

Région 06

M. Denis Boivin, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre, 3 725, rue Saint-Denis, Montréal (Québec) H2X 3L9 Télécopieur : (514) 286-5669. Pour information, téléphoner au (514) 286-6500, poste 6959.

Région 07

M. Gilles Strasbourg, Régie régionale de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, 104, rue Lois, Hull (Québec) J8Y 3R7 Télécopieur : (819) 771-8632. Pour information, téléphoner au (819) 770-7747.

Région 08

M. Ghislain Beaulé, Régie régionale de la santé et des services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue, 1, 9^e Rue, Larivière, Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9 Télécopieur : (819) 797-1947. Pour information, téléphoner au (819) 764-3264, poste 324.

Région 09

Mme Line Caron, Régie régionale de la santé et des services sociaux de la Côte-Nord, 691, rue Jalbert, Baie-Comeau (Québec) G5C 2A1 Télécopieur : (418) 589-8574. Pour information, téléphoner au (418) 589-9845.

Région 10

Mme Paule Gravel, Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nord du Québec, 179, 5^e Avenue, Chibougamau (Québec) G8P 3A7 Télécopieur : (418) 748-6391. Pour information, téléphoner au (418) 748-7741.

Région 11

Mme Christiane Ste-Croix, Régie régionale de la santé et des services sociaux de la Gaspésie et des Iles-de-la-Madeleine, C.P. 5 002, Gaspé (Québec) G0C 1R0 Télécopieur (418) 368-4942. Pour information, téléphoner (418) 368-2349, poste 257.

Région 12

Mme Brigitte Tardif, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches, 253, 108^e Rue, Beauceville (Québec) G0M 1A0, Télécopieur : (418) 774-4677. Pour information, téléphoner au (418) 774-4214.

Région 13

Mme Carole Hince, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Laval, 800, boul. Chomedey, Tour A, 2^e étage, Laval (Québec) H7C 3Y4 Télécopieur : (514) 978-2100. Pour information, téléphoner au (514) 978-2000.

Région 14

M. Robert Peterson, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Lanaudière, 1 000, boul. Ste-Anne, Aile 5-C, St-Charles-Borromée (Québec) J6E 6J2 Télécopieur 759-0023. Pour information, téléphoner au (514) 759-9900.

Région 15

Mme Monique Laganière, Régie régionale de la santé et des services sociaux des Laurentides, 1 000, rue Labelle, local 210, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5N6 Télécopieur : (514) 432-8712. Pour information, téléphoner au (514) 436-8622.

Région 16

M. Rolland Tremblay, Régie régionale de la santé et des services sociaux de la Montérégie, 5 245, boul. Cousineau, Suite 3 000, St-Hubert (Québec) J3Y 6J8 Télécopieur : (514) 928-6781. Pour information, téléphoner au (514) 928-6777, poste 5437.

Région 17

Mme Donna Roberts, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Nunavik, C.P. 900, Kuujjuak (Québec) J0M 1C0 Télécopieur : (819) 964-2338. Pour information, téléphoner au (819) 964-2222, poste 239.

Région 18

M. Wally Rabbitskin, Conseil régional des Terres-Cries-de-la-Baie-James, 206, boul. Mistissini, Mistissini (Québec) G0W 1C0 Télécopieur : (418) 855-2098. Pour information, téléphoner au (418) 855-2844.

ANNEXE V : QUELQUES OUTILS DE PRÉVENTION DE LA TOXICOMANIE

LES BOÎTES À OUTILS

Les responsables de la toxicomanie dans les régies régionales de la santé et des services sociaux du Québec ont constitué des boîtes à outils de prévention de la toxicomanie. Elles sont composées de :

- brochures, dépliants ;
- cassettes audio ;
- jeux ;
- logiciels ;
- programmes ;
- références ;
- tableaux ;
- tests ;
- trousse ;
- vidéocassettes avec ou sans guides d'animation.

Selon leur disponibilité, ces outils peuvent être empruntés gratuitement auprès du centre de documentation de chaque régie régionale. Pour plus d'information au sujet de la boîte à outils, vous pouvez contacter le centre de documentation de la régie régionale de la santé et des services sociaux de votre région.

FICHES DESCRIPTIVES DE QUELQUES OUTILS DE PRÉVENTION DE LA TOXICOMANIE

Vous trouverez aux pages suivantes les fiches descriptives de quatorze outils de prévention de la toxicomanie qui s'adressent aux jeunes. Vous trouverez sur ces fiches les coordonnées pour acheter ou emprunter ces outils.

1. Vade-mecum ;
2. Toxicogénie ;
3. Psycho Quoi? ;
4. Programme Action-Jeunesse ;
5. Pavot en images ;
6. Les jeunes et l'alcool ;
7. Drogues...allons voir ;
8. Des pistes et moi ;
9. Des bidules pour se connaître ;
10. Charivari-Drogues. Guide d'organisation ;
11. C'est quoi l'problème ? ;
12. Action préventive en toxicomanie ;

13. À propos des jeunes ;
14. Le passage du primaire au secondaire.

Les fiches descriptives (à l'exception de 14. Le passage du primaire au secondaire) sont extraites du *Répertoire des outils de prévention des toxicomanies (imprimés et multimédias)*, ministère de la Santé et des Services sociaux, juin 1997 (mise à jour).

Vous pouvez télécharger ce répertoire à partir du site Web du ministère de la Santé et des Services sociaux : <http://www.msss.gouv.qc.ca> (voir la section **Documentation-publications gratuites**).

FICHE DESCRIPTIVE

Titre **Vade-mecum**

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahiers, brochures**

Pages

Multimédia **Cassette vidéo**

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition

Auteur

Producteur **Le Centre Le Beau Voyage**

Distribution **Le Centre Le Beau Voyage**

Adresse **4540, rue Garnier**

Ville **Montréal**

Région **06**

Province **Québec**

Code postal **H2J 3S7**

Téléphone **(514) 523-5852**

Télécopieur **(514) 523-8223**

Modalité **Vente (disponible à l'AITQ)**

Coût **75,00**

Responsable

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents; Interv. (en prév., auprès d'ados, scol.); Enseig.**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence; Dév. des compétences**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Grande trousse multi-outils produite par un Centre de jeunes et permettant une animation de groupe autour de sept ateliers préventifs sur les thèmes suivants: la sexualité des jeunes et les MTS, la violence chez les jeunes, la prostitution juvénile, délinquance et fugue, le tabagisme, la drogue et les jeunes. Ces ateliers correspondent à sept jeux pour lesquels un matériel original a été produit (planches à jeu, fiches d'identité, cartons questions et réponses, accessoires divers). Aussi, à partir d'un guide présentant un résumé théorique des problématiques en question ainsi que l'ensemble des consignes des jeux, les jeunes sont invités à acquérir des connaissances et développer des compétences à travers des activités pratiques comme le jeu de rôle, les jeux de planches, les débats contradictoires, le bricolage et la création collective, etc. Une cassette vidéo présente l'organisme et l'outil.

Fond

Outil approchant de façon globale les problématiques jeunesse et particulièrement pertinent pour les Maisons de jeunes; Centres jeunesse, écoles secondaires où se retrouvent des groupes d'adolescents avec qui il est souvent difficile de faire de la prévention. La somme impressionnante de collaborateurs et d'experts aura permis de réaliser des produits conviviaux, proches des jeunes, mais aussi riches de l'intégration de données et d'analyses récentes dans chacun des domaines touchés.

Forme

La trousse (une boîte à pizza maquillée) déborde littéralement de matériel qu'il faut prendre le temps de repérer et d'associer à chacun des jeux ou ateliers. Cette boîte fourre-tout et les deux planches à jeu de carton ont tendance à se déchirer. Le Guide est dense et plutôt volumineux si bien qu'on peut penser qu'il serait pratique de publier séparément un Cahier théorique et un Cahier d'animation réunissant les consignes d'ateliers.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre **Toxicogénie**

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahier**

Pages **123**

Multimédia **Jeu**

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition **1994**

Auteur **Sonia Beauregard, Sonia Côté, Jean-Paul Raymond**

Producteur **Action Toxicomanie Bois Franc inc.**

Distribution **Action Toxicomanie Bois Franc inc.**

Adresse **59, rue Monfette, bureau 004**

Ville **Victoriaville**

Région **04**

Province **Québec**

Code postal **G6P 1J8**

Téléphone **(819) 758-6574**

Télécopieur **(819) 758-1345**

Modalité **Vente**

Coût **66,00**

Responsable **Dorothée Leblanc**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents, Parents, Intervenants en prévention**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Toxicogénie est un jeu qui s'inspire de «Génies en herbe». Il se présente sous la forme d'un cahier de 123 pages divisé en 7 sections. Chaque section traite d'un thème à travers 5 types de questions différentes: Vrai ou faux, Mot-mystère, Qui suis-je, Choix de réponses, Toxicopardy. Les 7 thèmes sont: Alcool, Alcool au volant, Drogues générales, Drogues illégales, Nicotine et caféine, Médicaments, Inhalants. Une courte bibliographie est insérée à la fin du cahier.

Fond

Recueil impressionnant de questions. Très bon outil pouvant servir à animer des jeunes ou des parents.

Forme

Cahier boudiné qui contient 123 pages photocopiées. Aucun autre élément n'est fourni avec le jeu.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre ***Psycho Quoi?***

Statut de l'outil **Intégré (programme JADE)**

Imprimé **Brochure (guide)**

Pages **71**

Multimédia **Cassette vidéo**

Minutes **30**

Langue **Français**

Dernière édition **1988**

Auteur **T. Robitaille, R. Tremblay (rédacteurs); Robert Stuart (réalisateur)**

Producteur **Centre de réadaptation Alternatives, CECM; Jacques-Simon Perreault, CSSMM**

Distribution **Fondation Alternatives**

Adresse

Ville

Région **06**

Province

Code postal

Téléphone **(450) 348-0203**

Télécopieur

Modalité **Vente**

Coût **75,00**

Responsable **Rock Tremblay**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences** Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Trois étudiants préparent un kiosque d'informations sur les produits psychotropes (drogues) dans le cadre d'une activité para-scolaire. Se divisant les tâches, chacun part à la recherche d'informations sur divers types de produits, leur histoire, leurs effets et les contextes de consommation. Tout au long du document, il nous font partager avec humour et dynamisme leurs découvertes et leurs réflexions. Informations sur le rôle du système nerveux central, la classification des drogues, les facteurs influents de l'expérience des drogues et les risques associés à la consommation.

Fond

Informations crédibles et exactes, concepts clairs présentés de façon efficace dans une approche informative très professionnelle et scientifique. Suscite et éclaire la réflexion, excellent outil déclencheur pour animer débats et discussions. Le guide d'accompagnement s'avère un précieux élément complémentaire, reprenant l'essentiel de l'information et personnalisant l'approche et la démarche.

Forme

Document bien monté, personnages crédibles et dynamiques, jeu convaincant des comédiens, rythme soutenu. Un peu chargé au plan de l'information diffusée, mais l'emploi de l'humour fait bien passer le message et rend la vidéo agréable à regarder.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre *Programme «Action» Jeunesse*

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahier**

Pages **101**

Multimédia

Minutes

Langue **Bilingue**

Dernière édition **1993**

Auteur **Ruth Mekneson, Robert Mann, Paulette Walters**

Producteur **Fondation de la recherche sur la toxicomanie**

Distribution **Association des intervenants en toxicomanie du Québec**

Adresse **505, rue Sainte-Hélène, 2^e étage**

Ville **Longueuil**

Région **16**

Province **Québec**

Code postal **J4K 3R5**

Téléphone **(450) 646-3271**

Télécopieur **(450) 646-3275**

Modalité **Vente**

Coût **34,95 \$**

Responsable **Jeanne Raymond**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents, Pairs aidants, Intervenants auprès d'adolescents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Outil conçu pour des jeunes de 13 à 19 ans démontrant des qualités de chef, le document présente un processus à trois volets: formation du leadership, élaboration du projet, mise en oeuvre du projet. Le Programme «Action»-Jeunesse vise ainsi à donner des responsabilités aux jeunes en faisant appel à leur énergie et leur créativité: Une fois formés à exercer leur leadership auprès d'autres jeunes, les «pairs aidants» sont appelés à créer «un programme dont ils assurent la mise en oeuvre auprès d'autres jeunes», depuis les étapes d'évaluation des besoins jusqu'à l'évaluation finale du projet d'intervention. Le présent document est destiné aux adultes (moniteurs, intervenants loisirs) appelés à jouer le rôle d'animateur, idéalement dans le contexte de centres communautaires (Maisons de jeunes etc.)

Fond

Outil le plus approfondi et novateur au plan de la prévention par les pairs en ce qu'il s'intéresse, dans un premier temps, à développer l'aptitude à exercer son leadership et qu'il propose, par la suite, non pas le simple transfert d'informations ou d'activités auprès d'autres jeunes mais la conception et la mise en oeuvre d'un projet préventif original, basé sur une évaluation des besoins existants.

Forme

Cahier avec onglets plastifiés, contenu dans un cartable à anneaux. Qualité de réalisation supérieure (à l'image des produits de la Fondation de la recherche sur la toxicomanie).

FICHE DESCRIPTIVE

Titre **PAVOT en images**

Statut de l'outil **Intégré (programme PAVOT)**

Imprimé

Pages

Multimédia **Cassettes vidéo (6)**

Minutes **143**

Langue **Français**

Dernière édition **1995**

Auteur **L. Cloutier, M. Coulombe, J. Matteau**

Producteur **Productions Novel**

Distribution **CECOM-Hôpital Rivière-des Prairies**

Adresse **7070, boulevard Perras**

Ville **Montréal**

Région **03**

Province **Québec**

Code postal **H1E 1A4**

Téléphone **(514) 328-3503**

Télécopieur **(418) 323-4163**

Modalité **Vente**

Coût **40,00 l'unité**

Responsable **Lise Martin**

175,00 la série

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Parents, Intervenants en prévention**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

La série *Pavot en images*, qui comprend cinq cassettes thématiques et une de présentation générale, est tirée du programme de prévention du même nom (Promotion de l'Autonomie et de la Volonté de faire Obstacle aux Toxicomanies) qui comporte trois volets: un s'adressant aux jeunes, un aux parents et un à la communauté. La série de vidéos est plus particulièrement destinée aux parents afin de favoriser la communication avec leurs enfants et supporter la prise de décision plus réfléchie chez ceux-ci concernant la consommation de drogues. Les thèmes abordés sont les suivants: Images et usages de la drogues (36 min); Raisons et risques (23 min); Influences et pressions (26 min); Les décisions (23 min); Réactions des parents (24 min).

Fond

Les vidéos font le tour de l'ensemble des thèmes relatifs à la consommation de psychotropes: effets des produits, modes de consommation, cycle de l'assuétude, pression des pairs et de l'environnement, processus de prise de décision, influence des parents. Le mélange de commentaires d'experts, de parents et de jeunes ne donne pas toujours un message clair entre le protectionnisme et la responsabilisation.

Forme

Documents de grande qualité au plan technique et reposant sur un effort remarquable de scénarisation. L'ensemble comporte cependant des longueurs et des redites qui pourraient rebuter ou décourager les parents auditeurs. L'essentiel du propos aurait sans doute pu être synthétisé en moins de temps et sur moins de cassettes.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre ***Les jeunes et l'alcool***

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Brochure**

Pages **14**

Multimédia

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition **1993**

Auteur **Ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec**

Producteur **Ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec**

Distribution **Ministère de la Santé et des Services sociaux
Service des Communications**

Adresse **1075, chemin Sainte-Foy, 16^e étage**

Ville **Québec**

Région **03**

Province **Québec**

Code postal **GIS 2M1**

Téléphone **ND**

Télécopieur **(418) 644-4574**

Modalité **Don**

Coût **Gratuit**

Responsable **ND**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Alcool**

Clientèle **Adolescents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Document présentant aux adolescents toute une palette d'informations concernant l'alcool et sa consommation. Information sur les niveaux de consommation, les effets physiques de l'usage et de l'abus, l'intoxication, la combinaison de l'alcool avec d'autres produits psychotropes. L'alcool au volant ainsi que les divers choix possibles face à l'alcool sont aussi abordés, ainsi que certaines ressources accessibles pour recevoir de l'aide.

Fond

Document bien rédigé, approche informative visant à transmettre certaines informations de base aux jeunes qui commencent à consommer de l'alcool. La notion de libre choix est respectée tout au long du document, le lecteur ne se sent pas bousculé, on vise plutôt à nourrir sa réflexion et à lui fournir des explications.

Forme

Document bien présenté et d'un format pratique. L'utilisation des couleurs rouge et vert contrastantes ainsi que de nombreux dessins à l'allure avant-gardiste le rendent attrayant. Texte clair, très aéré, utilisation de gros caractères et d'un niveau de langue de qualité mais accessible à tous.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre *Drogues... allons voir*

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahier**

Pages **20**

Multimédia **Logiciel**

Minutes

Langue **Bilingue**

Dernière édition **1994**

Auteur **Pierre Legault**

Producteur **Pierre Legault**

Distribution **Pierre Legault**

Adresse

Ville **Montréal**

Région **06**

Province **Québec**

Code postal

Téléphone **(514) 274-9370**

Télécopieur

Modalité **Vente**

Coût **50,00**

Responsable **Pierre Legault**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents, Intervenants auprès d'adolescents,
Enseignants**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Ce didacticiel se veut un logiciel d'enseignement destiné aux jeunes du niveau secondaire dans le cadre du volet «Éducation à la santé» du programme «Formation personnelle et sociale». Il se divise en quatre volets. Dans le premier volet, le jeune développe ses capacités de juger de situations de vie fictives. Le deuxième volet lui permet de mieux connaître les drogues dans un contexte lui permettant de classer les produits psychotropes. Dans le troisième volet, son jugement est à nouveau mis à l'épreuve via diverses activités et dans le quatrième volet, le jeune retrouve des notions supplémentaires sur le phénomène-drogues.

Fond

Logiciel interactif très intéressant à utiliser de préférence auprès de petits groupes et avec de bons animateurs pour en tirer le maximum de bénéfices. Stratégie informative abordant aussi bien les notions de plaisir que de déplaisir reliées à la consommation des adolescents. L'accent et l'emphase sont cependant placés sur la surconsommation. L'information véhiculée est exacte et précise, présentée sur un ton réaliste qui évite la dramatisation.

Forme

Montage intéressant, concept original, personnages crédibles auxquels les jeunes peuvent facilement s'identifier dans le cadre d'une démarche individuelle. L'utilisateur a un accès constant à un lexique concernant tous les termes spécialisés du domaine, ce qui s'avère un atout précieux. Utilisation heureuse d'une grande variété de couleurs brillantes et contrastantes, dessins amusants et animation vivante.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre ***Des pistes et moi***

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Brochure, fiche**

Pages **15**

Multimédia

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition

Auteur **Sylvie Fréchette**

Producteur **Centre Domrémy du KRTB**

Distribution **Centre Domrémy du KRTB**

Adresse **127B, rue Galarneau**

Ville **Saint-Pacôme**

Région **01**

Province **Québec**

Code postal **G0L 3X0**

Téléphone **(418) 852-2866**

Télécopieur **(418) 852-2898**

Modalité **Vente**

Coût **35,50**

Responsable **Réjeanne Hudon**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Intervenants (auprès d'ados, scol.);
Enseig.; Trav. de rue**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence; Dévelop. des
compétences**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Trousse d'intervention comprenant un guide explicatif et une tablette de questionnaires sur les facteurs de risque. Le guide explique l'origine de l'outil puis fournit une interprétation des principaux facteurs de risque conduisant à des problèmes de consommation chez les jeunes, au niveau de la personne, du contexte et de la substance. Des consignes pour l'administration et l'interprétation du questionnaire ainsi qu'une bibliographie complètent le guide. Chaque fiche-questionnaire comprend 25 questions (15 se rapportant à la personne, 7 au contexte, 3 à la substance) et une échelle de réponses à quatre niveaux (absent, plutôt absent, plutôt présent, présent).

Fond

Outil conçu à partir d'une réflexion rigoureuse sur la logique d'une démarche préventive qui devrait toutefois être abordé comme instrument de connaissance et d'analyse de la réalité des jeunes pour concevoir des actions préventives mieux ciblées, plutôt que comme outil de "dépistage" des individus, démarche propre à la prévention secondaire auprès de jeunes déjà en difficultés et qui, à la fois, exige des outils et des compétences d'intervention plus élaborés.

Forme

Le guide, rédigé dans un style clair, n'est ni trop dense ni volumineux malgré la documentation intégrée. L'outil de base, le questionnaire, est un bijou de concision (une feuille recto verso).

FICHE DESCRIPTIVE

Titre ***Des bidules pour se connaître***

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Brochure, fiches (23 ppts)**

Pages **19**

Multimédia **Affiches (3)**

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition **1996**

Auteur **Luc Grenier, Michèle Lévesque**

Producteur **Centre Domrémy du K.R.T.B.**

Distribution **Centre Domrémy du K.R.T.B.**

Adresse **127B, rue Galarneau**

Ville **Saint-Pacôme**

Région **01**

Province **Québec**

Code postal **G0L 3X0**

Téléphone **(418) 852-2866**

Télécopieur **(418) 852-2898**

Modalité **Vente**

Coût **150,00 la trousse**

Responsable **Réjeanne Hudon**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Cientèle **Population en général (8 ans et plus),
Intervenants en prévention**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences** Objectif de prévention **Usage, abus**

Résumé

Trousse constituant «un outil d'animation simple et pratique, s'adressant à toute clientèle et ayant pour objectif une meilleure connaissance de soi par le biais de l'identification et de l'expression de ses émotions. (...) c'est une trousse qui peut s'utiliser dans de multiples contextes, notamment : à l'intérieur des cours de FPS, à l'école primaire et secondaire; dans des groupes de thérapie ou de croissance (...); dans le cadre d'activités d'animation pour les ressources communautaires (...). Chaque trousse d'animation Bidule comprend: 23 tablettes couleur de 200 feuilles chacune contenant une émotion différente (...); 1 tablette contenant un Bidule neutre; 3 affiches de Bidule; 200 pochettes de rangement des émotions; un Guide d'animation.» À partir de diverses activités utilisant les fiches d'émotion, le guide peut servir à atteindre plusieurs objectifs: reconnaître ses propres émotions, améliorer la communication avec autrui, faire le point sur la dynamique d'un groupe, etc.

Fond

Outil d'animation de nature promotionnelle et d'utilisation polyvalente, le tout reposant sur le développement de l'habileté à ressentir, verbaliser, reconnaître ses émotions, seul ou à l'intérieur d'un groupe. Les émotions utilisées sont bien décrites en introduction et les exercices proposées faciles à réaliser ou à adapter. Trousse récipiendaire du Prix Persillier-Lachapelle *Santé ou services communautaires prévention/promotion*.

Forme

Excellente qualité de réalisation de l'ensemble des éléments. La trousse complète est toutefois fort lourde à transporter.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre **Charivari-Drogues. Guide d'organisation**

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahier**

Pages **74**

Multimédia **Jeu**

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition **1990**

Auteur **Carmen L'Allier**

Producteur **CLSC des Hautes-Laurentides**

Distribution **CLSC des Hautes-Laurentides**

Adresse **515, boul. Albiny-Paquette**

Ville **Mont-Laurier**

Région **15**

Province **Québec**

Code postal **J9L 1K9**

Téléphone **(819) 623-1228**

Télécopieur **(819) 623-1311**

Modalité **Vente**

Coût **22,00**

Responsable **Gervaise Gougeon**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Adolescents, Intervenants auprès d'adolescents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Ce document est un guide qui décrit comment organiser un quiz inspiré du jeu télévisé «Charivari» dont les thèmes tournent uniquement autour des drogues, de l'alcool, des médicaments et des modes de consommation. L'objectif de l'activité est de favoriser de saines habitudes chez les jeunes en matière de drogues et d'alcool.

Fond

Ce guide est très bien fait et propose une activité originale pour traiter des drogues.

Forme

Le cahier en lui-même est un ensemble de feuilles photocopiées reliées par une arête en plastique. La présentation est plutôt simple. Les photocopies, une fois transformées en acetates, deviennent les outils d'animation.

FICHE DESCRIPTIVE

Titre ***C'est quoi l'problème?***

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé
Multimédia **Cassette vidéo**

Langue **Français**

Auteur **Michel Sénécal**

Producteur **Services audiovisuels, Université du Québec à Montréal**

Distribution **Université du Québec à Montréal
Audiovidéothèque,**

Adresse **C.P. 8889, succursale A, bureau AM-312**

Ville **Montréal**

Province **Québec**

Téléphone **(514) 987-3193**

Modalité **Vente**

Pages

Minutes **13**

Dernière édition **1988**

Région **06**

Code postal **H3C 3P3**

Télécopieur **(514) 987-4820**

Coût **50,00**

Responsable

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Clientèle **Adolescents, Parents**

Psychotrope **Alcool et drogues de rue**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Influence**

Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Vidéo réalisée à partir d'un montage synthèse d'extraits du document initial *Sans préjuger* et présentant essentiellement le témoignage de cinq jeunes adolescents de la polyvalente Jeanne-Mance, à Montréal, à propos de leur vécu et de leurs réflexions sur le phénomène drogue. Peut être utilisé, avec une mise en contexte à propos, aussi bien avec des jeunes qu'avec leurs parents.

Fond

Malgré l'époque où les entrevues ont été menées et donc l'absence de référence à des réalités plus actuelles comme le sida, le crack, l'itinérance, etc., il s'agit là d'un des rares documents où des adolescents non toxicomanes parlent librement de leurs expériences, de leurs craintes, de leurs revendications, de leurs rêves en rapport à la question des drogues.

Forme

De la même facture, quasi documentaire, que le document de base *Sans préjuger*, le document possède une force d'impact probablement plus grande du fait qu'il se concentre sur la parole des jeunes et le fait en un temps concis (moins de 15 minutes).

FICHE DESCRIPTIVE

Titre *Activité préventive en toxicomanie*

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Cahiers (2)**

Pages **76**

Multimédia

Minutes

Langue **Français**

Dernière édition **1992**

Auteur **Sylvie Bénard, Denise Couture, Marthe Deschesnes**

Producteur **DSC de l'Outaouais**

Distribution **Direction de la santé publique**

Adresse **104, rue Lois**

Ville **Hull**

Région **07**

Province **Québec**

Code postal **J8Y 3R7**

Téléphone **(819) 777-3871**

Télécopieur **(819) 777-0271**

Modalité **Vente**

Coût **20,00**

Responsable **Jeannette Allard**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Médicaments, alcool et drogues de rue**

Clientèle **Pairs aidants, Enseignants, Adolescents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences** Objectif de prévention **Abus**

Résumé

Outil composé de deux documents: un manuel de l'intervenant et un manuel de l'élève. Il s'agit d'un projet s'insérant à l'intérieur du contexte scolaire et visant l'éducation par les pairs «où des jeunes sont formés par des intervenants pour transmettre de l'information préventive à d'autres jeunes afin de promouvoir des attitudes et des comportements sains». Le premier cahier supporte l'animation de l'intervenant (professeur) afin qu'il puisse informer, regrouper et habiliter un groupe de jeunes pairs aidants; le second cahier contient le matériel informatif destiné aux jeunes qui recevront l'éducation par les pairs.

Fond

Projet bien conçu et articulé, qui a su tenir compte d'une expérience préalable et des recommandations qui en ont été tirées. L'intérêt réside à la fois dans le processus de transfert des connaissances via les pairs et dans la vulgarisation et la concision des informations de base qui sont transmises (qu'est-ce qu'une drogue, comment classer les drogues, comment résister aux pressions, etc.).

Forme

Excellente qualité de réalisation, format compact. Le choix de couleurs n'est pas des plus attrayants (pêche et vert).

FICHE DESCRIPTIVE

Titre **À propos des jeunes**

Statut de l'outil **Indépendant**

Imprimé **Brochure (guide d'animation)**

Multimédia **Cassette vidéo**

Langue **Français**

Auteur **Marc Joly**

Producteur **Le Réseau**

Distribution **Le Réseau communautaire d'aide
aux alcooliques et autres toxicomanes**

Adresse **200, rue de Salaberry**

Ville **Joliette**

Province **Québec**

Téléphone **(514) 759-4545**

Modalité **Vente**

Responsable **Lynda Allard**

Pages **8**

Minutes **20**

Dernière édition **1994**

Région **14**

Code postal **J6E 4G1**

Télécopieur **(514) 759-8749**

Coût **23,00**

FICHE ANALYTIQUE

Catégorie préventive **Primaire**

Psychotrope **Drogues de rue**

Clientèle **Adolescents, Parents**

Sexe **Mixte**

Stratégie préventive **Développement des compétences** Objectif de prévention **Abus**

Résumé

L'objectif principal de cette bande vidéo est de favoriser la communication parents-adolescents face à la toxicomanie. Il comporte trois volets: l'opinion des jeunes concernant la prévention, leurs attitudes face à la consommation, le point de vue de certains parents et intervenants.

Fond

«À propos des jeunes» est un outil à utiliser pour déclencher des discussions dans les groupes de parents ou des groupes de jeunes.

Forme

Le document dans son ensemble est d'une bonne qualité technique. L'approche utilisée pour les entrevues avec les jeunes ressemble aux images des chaînes spécialisées (ex.: Musique Plus): caméra qui bouge, changements de plans rapides. Les mises en situation et les entrevues avec les parents sont tournées de façon conventionnelle. L'ensemble donne une bande vidéo variée et dynamique.

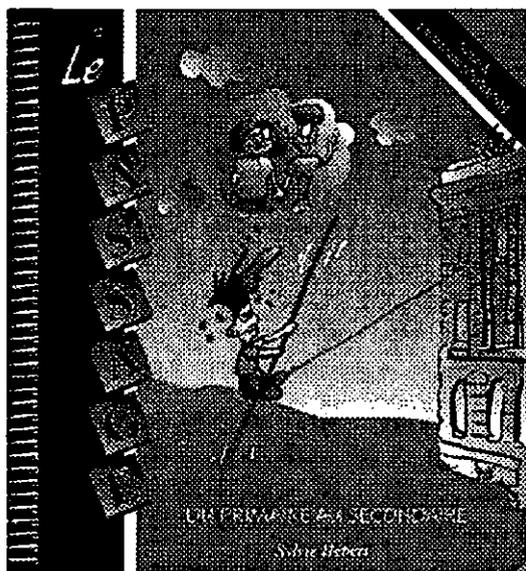


*Les
Parents
d'Abord enr. Éditions*



Extrait tiré du livre

"Le passage du primaire au secondaire"



LE PASSAGE DU PRIMAIRE AU SECONDAIRE

par Sylvie Hébert, psychologue et psychoéducatrice

Comment vivre sereinement le passage :

- du primaire au secondaire;
- de l'enfance à l'adolescence;
- de parent d'enfant à parent d'adolescent;
- de la communication à la négociation et aborder des sujets chauds comme le décrochage, la sexualité, les drogues et l'alcool, le suicide, le stress, le travail et la violence.

BON DE COMMANDE

QTE	TITRE	PRIX /UNITÉ	TOTAL
	LE PASSAGE du primaire au secondaire	14,00 \$	

Ci-joint la somme de _____ payable par chèque à l'ordre de : **Les parents d'abord enr.**

Taxes et frais d'expédition inclus

Nom : _____

No TPS : R136715075

Adresse : _____

No TVQ : 10162117292

Ville : _____ C.P. _____ Tél. : _____

Prix et conditions de vente modifiables sans autre préavis.

Pour commander : Les parents d'abord C.P. 94, St-Augustin, Québec G3A 1V9 • (418) 878-6092

K 15,637

E 4966

Ex. 2

AUTEUR
MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (MSSS)

TITRE :

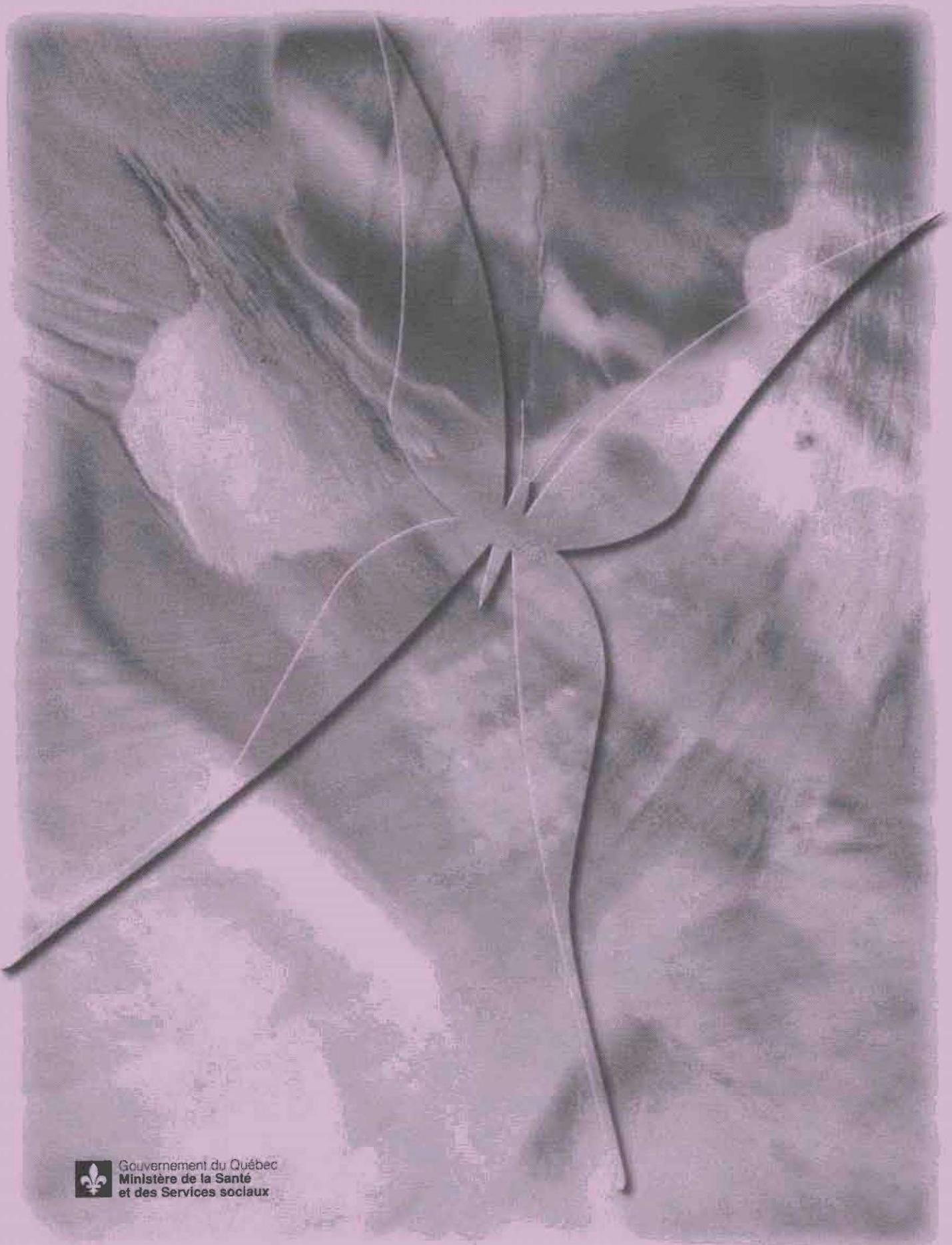
MON CHOIX, C'EST LE BON! ALCOOL ET DROGUES, J'AI LES IDÉES CLAIRES!
MES VRAIS AMIS [] CAHIER D'ANIMATION ET D'INFORMATION A
L'INTENTION DES INTERVENANTS [] JEUNESSE (SEMAINE DE PREVENTION
DE LA TOXICOMANIE [] 1998)

DATE

NOM

K 15,637

Ex. 2



Gouvernement du Québec
Ministère de la Santé
et des Services sociaux