

# La CAMERUP

L'Entraide<sup>5</sup>

Coordination des Associations et Mouvements  
d'Entraide Reconnus d'Utilité Publique

Printemps 2025



Dossier spécial :  
**Les jeunes et les addictions :**  
Comprendre les tendances,  
trouver des ressources

Décryptage  
de la couverture  
au verso



Photos © Céline Tavares



# La CAMERUP

## QUI SOMMES NOUS ?



### Décryptage de la couverture

Cette photo est issue du spectacle de danse ADDICT, qui propose une démarche à double sens : un spectacle de danse contemporaine et un débat avec les jeunes autour du sujet de la prévention des addictions. Titulaire de l'agrément académique de l'éducation nationale, la compagnie Magali Lesueur intervient régulièrement auprès de jeunes avec la pièce / débat ADDICT en milieux culturel, scolaire et social et carcéral. S'agissant d'un projet à la fois culturel, éducatif et préventif, l'objectif est de susciter l'échange avec différents publics par le biais d'une démarche originale. Retrouvez les informations sur ce spectacle sur le site de la compagnie <https://cieml.com>

Depuis 13 ans

#### ► La CAMERUP réunit cinq acteurs de référence

qui interviennent dans :

- L'accompagnement des personnes présentant une addiction avec ou sans produit,
- L'aide au rétablissement,
- Le soutien de l'entourage,
- L'information et la sensibilisation.

► Elle renforce les compétences des bénévoles par des actions de formation, des séminaires et des conférences.

► Elle soutient les valeurs fondatrices des associations telles que l'empathie, la neutralité, la convivialité, la confidentialité.

► Elle renforce le travail en réseau et les relations avec les structures de soins et les autres partenaires.

► En fédérant les outils de communication, elle donne une meilleure visibilité à chacune des structures qui la constitue.

Partager  
Rayonner  
Aider  
Fédérer  
Mutualiser  
Agir



01 45 65 19 28  
contact@camerup.fr  
www.camerup.fr

**Addictions Alcool Vie Libre**  
03 26 87 31 78 • [vielibremh@vielibre.org](mailto:vielibremh@vielibre.org)  
[www.vielibre.org](http://www.vielibre.org)

**Fédération Nationale Joie et Santé**  
06 26 60 08 27 • [alcoolecoute@fin@yahoo.fr](mailto:alcoolecoute@fin@yahoo.fr)  
[www.alcoolecoutejoieetsante.com](http://www.alcoolecoutejoieetsante.com)

**Société Française de la Croix-Bleue**  
01 42 28 37 37 • [cbleuesiege@gmail.com](mailto:cbleuesiege@gmail.com)  
[www.croixbleue.fr](http://www.croixbleue.fr)

**Entraid'Addict**  
06 37 68 07 85 • [contact@entraidaddict.fr](mailto:contact@entraidaddict.fr)  
[www.entraidaddict.fr](http://www.entraidaddict.fr)

**Les Amis de la Santé**  
03 87 85 81 51 • [lesamisdelasante@orange.fr](mailto:lesamisdelasante@orange.fr)  
[www.lesamisdelasante.org](http://www.lesamisdelasante.org)

Soutenu par les fonds de lutte  
contre les addictions



## SOMMAIRE



[L'actualité de nos associations](#) p. **4-8**

[Portrait](#) p. **9-10**

DOSSIER SPÉCIAL :  
[Qui sont les jeunes ?  
leurs occupations ?  
leur état d'esprit ?](#)  
p. **11-21**

[Vous êtes formidables](#)  
p. **22-25**

[Lire Voir Écouter](#) p. **26**

[Nous y étions](#) p. **27-28**

[Faites-nous rêver](#) p. **29**

[Bloc notes](#) p. **30**

[Contacts](#) p. **31**



## Le mot du président

Que de temps passé depuis le numéro 2, que d'incertitudes durant les deux dernières années, notamment des incertitudes budgétaires occasionnées par le changement du mode de financement. Ainsi 2023 aura été l'année la plus éprouvante pour notre

coordination avec le versement de notre subvention le lendemain de Noël ! Et voilà que l'histoire se répète en 2024 !

Malgré tout, nous avons décidé d'avancer, de faire évoluer nos actions pour une meilleure reconnaissance de notre engagement.

### Au sommaire de ce nouveau numéro :

Vous allez découvrir **Sandrine Udovicic**, notre nouvelle coordonnatrice générale, qui nous a rejoint le 1er octobre 2024. Sandrine va nous apporter toute sa rigueur, son savoir-faire dans la gestion de nos projets, et surtout son enthousiasme et toute sa vitalité.

Vous retrouverez l'ensemble des rubriques telles que « **Vous êtes formidables** », « **Lire Voir Écouter** », « **Faites-nous rêver** », ainsi que les actualités de vos associations et de la CAMERUP.

Un hommage particulier à **Marcel Ratzel**, vice-président et secrétaire général de la CAMERUP de 2014 à 2019, disparu en 2023. Marcel fut une des chevilles ouvrières de notre coordination.

À partir de ce numéro, nous ferons un focus sur des personnalités œuvrant pour notre cause, dans le domaine de la santé, de la prévention, du médico-social, de la société civile ou de la recherche. Pour commencer, un portrait de **Karine Gallopel-Morvan**, professeure des universités à l'École des Hautes Études en Santé Publique. Ses travaux portent sur l'analyse des stratégies marketing des industriels du tabac et de l'alcool.

Le dossier spécial « Panorama sur les jeunes et les addictions : Comprendre les tendances, trouver des ressources », sujet ô combien important, mais tellement vaste tant les tentations, alimentées par les lobbies, sont nombreuses.

Malgré les incertitudes du moment, la coordination se projette vers l'avenir. Et cet avenir se veut communicatif, participatif. La CAMERUP mettra à disposition de l'ensemble des adhérents et des associations membres des outils et des documents leur permettant d'avoir les éléments de langage nécessaires pour accomplir notre mission principale, l'accompagnement des personnes en proie à des conduites addictives, sans oublier leur entourage.

Philippe SAYER  
Président de la CAMERUP

Ce magazine est téléchargeable gratuitement sur [camerup.fr](http://camerup.fr)

► Les liens internet présents dans ces pages y sont directement cliquables

### MAGAZINE DE LA CAMERUP

Édition printemps 2025

La Coordination des Associations et Mouvements d'Entraide Reconnus d'Utilité Publique (CAMERUP) représente les cinq associations ou mouvements qui la composent auprès des organismes de tutelle et de tout autre interlocuteur. Elle agit en qualité de force de proposition. Elle coordonne et organise des actions communes aux cinq partenaires, sur l'ensemble du territoire national.

**Comité de rédaction :** Sandrine Udovicic, Marie Constanças, Jean-Gilles Vincent, Philippe Sayer, Gérard Lustig, Éric Bignon, Estelle Labourg.

**Rédactrice :** Sandrine Udovicic.

**CAMERUP.** Coordination des Associations et Mouvements d'Entraide Reconnus d'Utilité Publique, inscrite à la Préfecture de Police à Paris sous le numéro W751213726 en date du 15.2.2012 conformément à la loi du 1er juillet 1901, et le décret du 16 Août 1901 portant règlement d'administration publique pour l'exécution de la loi précitée.

**CAMERUP :** 10 rue des Messageries 75010 PARIS • [www.camerup.fr](http://www.camerup.fr)  
• 01 45 65 19 28 • [contact@camerup.fr](mailto:contact@camerup.fr)

**Correction :** [ciseurprose.com](http://ciseurprose.com) • [ciseurprose@gmail.com](mailto:ciseurprose@gmail.com)  
**Conception et réalisation :** [dfdesign.fr](http://dfdesign.fr) • [contact@dfdesign.fr](mailto:contact@dfdesign.fr)  
**Imprimerie :** Promoprint • [contact@promoprint.fr](mailto:contact@promoprint.fr)





# L'ÉQUIPE CAMERUP

## LES 11 ADMINISTRATEURS DE LA CAMERUP

Marc  
Margelidon



Jean-Gilles Vincent  
Président



Daniel Morlet



Marie Constancias  
Présidente



Daniel Salvi



Philippe Sayer  
Président



Gérard Fauconnier  
Président



Jean-Robert Mille  
Président



Robert  
Peloux



Jean-Claude Tomczak  
Président





## LES SALARIÉES DE LA CAMERUP



**Sandrine Udovicic**  
Coordinatrice générale

J'ai rejoint la CAMERUP en octobre 2024. De formation Ingénieur qualité j'ai évolué dans des secteurs industriels variés avec toujours comme objectif de mettre des valeurs d'écoute, de partage et de bienveillance au cœur des organisations. Certifiée Patient-Expert Addictions depuis décembre 2024, je suis ravie de rejoindre la CAMERUP pour contribuer aux missions qui lui sont confiées et notamment aider, fédérer et faire connaître les associations qu'elle coordonne.



**Estelle Labourg**  
Secrétaire comptable

Salariée de la CAMERUP depuis 8 ans, j'ai intégré le poste de secrétaire-comptable. Issue d'une licence en comptabilité effectuée en alternance au sein de l'association Entraid'adict, j'ai pu apporter mon expérience professionnelle, ainsi que mon sens de l'écoute, d'organisation, de communication envers les membres de la coordination. Je suis enchantée de travailler pour la CAMERUP et surtout en collaboration avec le CA et la nouvelle coordinatrice afin d'accomplir les missions et objectifs de l'association.

## DES NOUVEAUX OUTILS DE COMMUNICATION

Association CAMERUP **Padlet**

### Le mur de la CAMERUP

Les événements à venir dans nos régions, les nouvelles études, les articles, les sorties littéraires et ciné





◀ Gabriel Pinna est notre nouveau community manager. La CAMERUP communique désormais avec tous les membres des associations et ses partenaires sur de nouveaux réseaux : Instagram, le mur de la CAMERUP, avec chaque numéro de votre magazine sa version numérique...

Le mur de la CAMERUP

Le Padlet contenant des informations complémentaires aux articles de votre magazine

### + d'INFOS

Retrouvez des **informations complémentaires** à ce magazine dans une des rubrique de : <https://urlz.fr/uc42>

Vous retrouverez ce lien au fil des pages



+ les réseaux sociaux



[www.facebook.com/Camerup](http://www.facebook.com/Camerup)



[www.linkedin.com/company/camerup](http://www.linkedin.com/company/camerup)



Nouveau : [www.instagram.com/lacamerup](http://www.instagram.com/lacamerup)



# L'ACTU DE NOS ASSOCIATIONS



## FÉDÉRATION NATIONALE JOIE ET SANTÉ, LES ACTUS

Pendant ces deux dernières années, la Fédération Nationale Joie et Santé est restée très engagée dans ses missions d'aide et d'accompagnement des malades et de leur entourage dans les groupes de soutien, mais aussi en présentant leurs activités et en proposant des animations lors de forums d'associations dans plusieurs départements.

L'accent a été mis sur les formations à la RDR (Réduction Des Risques) pour sensibiliser les bénévoles à l'importance de l'accompagnement et à la connaissance des



messages à apporter, notamment en milieu festif (formation au FIAP Jean Monnet à Paris en juin 2023 et juin 2024).

Les sorties loisirs thérapeutiques restent des moments forts des associations qui permettent de réunir les bénévoles autour d'événements culturels, d'activités ludiques ou de bien-être. Quelques belles sorties ont

permis à nos adhérents de s'élever avec les Aigles du Léman à Sciez en juillet, de s'imprégner de la sérénité du cloître de la Chartreuse de Neuville près de Mon-

treuil-sur-Mer en août et également d'enfiler leur tenue de chevalier lors des Grandes Médiévales d'Andilly, le 18 mai 2024, qui ont transporté 40 bénévoles au Moyen Âge le temps d'un week-end.



+ d'infos :  
<http://alcoolecoutejoieetsante.com>

## SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE LA CROIX BLEUE, LES ACTUS

Les années 2023 et 2024 ont été marquées par des événements exceptionnels. Notre association a su faire face à divers défis et a célébré de grandes réussites.

Parmi les grands événements, les 3 et 4 juin 2023 ont été célébrés à Valentigney les 140 ans de notre association La Croix Bleue Française, l'occasion de se remémorer l'histoire de Pierre Barbier (1883), lequel, voulant se sortir de son alcoolisme, a trouvé refuge auprès de Louis Lucien Rochat de l'autre côté de la frontière à la Chaux de Fonds en Suisse. Cette guérison a été rendue possible grâce à la découverte de cette nouvelle méthode et

à la collaboration avec Lucy Peugeot, Valentigney étant le fief de la famille Peugeot. De nombreuses personnes ont pu retrouver une vie saine et épanouie dans notre association à travers toute la France.

250 personnes se sont retrouvées lors de cette manifestation, qui a aussi été marquée par l'intervention d'un addictologue et d'un cancérologue. Ils ont retracé l'histoire de cette pathologie qu'est l'alcoolisme et exposé les multiples impacts de cette maladie sur notre organisme, incluant notamment les risques accrus de développer différents cancers.



Comme le faisait remarquer très justement un nouvel adhérent «Savoir que toutes ces personnes ici présentes s'en sont sorties et visent une abstinence heureuse, c'est un bel exemple.»

Toute l'histoire de l'association et la rétrospective de ces deux jours sont sur notre site!

+ d'infos :  
[www.croixbleue.fr](http://www.croixbleue.fr)







En juin 2024, l'assemblée générale de la fédération nationale Entraid'Addict s'est tenue à Salies-de-Béarn, dans le département des Pyrénées-Atlantiques, et a réuni 200 participants, venus de la France entière pour saluer le nouveau président de la Fédération : Jean-Robert Mille. L'occasion de revenir sur les activités, le bilan financier et les perspectives de l'association, et de partager des moments festifs.

Les actions de prévention et de réduction des risques et des dommages continuent à être déployées par les bénévoles dans

## ENTRAID'ADDICT, LES ACTUS



de très nombreux départements. Depuis la levée des contraintes sanitaires en 2022, les activités ont repris, et des actions de réduction des risques en milieu festif sont réalisées chaque année dans plus de 60 festivals, rassemblements ou fêtes municipales.

Des journées de prévention de sécurité routière sont également organisées au travers de stands, d'ateliers ou d'interventions en milieu scolaire. C'est là l'occasion de sensibiliser les plus jeunes aux risques et à la perte de vigilance



sous l'effet de la consommation d'alcool ou de drogues.

Enfin, Entraid'Addict a soutenu Mathieu, jeune étudiant de 22 ans, qui s'est lancé dans l'un des plus grands Ironmans de France pour prendre sa revanche sur ses années d'addictions. Nouveau Souffle, le reportage qui a été élaboré, avec le soutien de l'association, pour raconter sa transformation, fait l'objet de séances de ciné-débat pour échanger autour de son expérience : retrouvez Mathieu dans la rubrique **Voir Lire Écouter**.

+ d'infos : [www.entraidaddict.fr](http://www.entraidaddict.fr)



## FÉDÉRATION NATIONALE DES AMIS DE LA SANTÉ (FNAS), LES ACTUS

Cette année, la Fédération Nationale des Amis de la Santé, membre du groupe alcool à France Assos Santé a pris part à une action d'engorgement en partenariat avec France Assos Santé, la Ligue contre le cancer, l'UNAF (Union Nationale des Associations Familiales) et Entraid'Addict, pour dénoncer le marketing aux abords des écoles.

Cette campagne «Pas d'alcool sur le chemin de l'école» a permis de relayer des messages et des informations sur les réseaux sociaux et le site Internet des Amis de la Santé. Des membres

de notre bureau ont également participé à la journée sur le marketing publicitaire des alcooliers, organisée à la Maison de la Chimie par l'Association Addictions France.



De gauche à droite : Animateur Addictions France, M. Isaac-SIBILLE, député du Rhône, M. Delaporte, député du Calvados, Mme Canalès, sénatrice du Puy-de-Dôme.

Le MOST (Mois Sans Tabac) de novembre ainsi que le Défi de Janvier sont devenus des rendez-vous incontournables dans l'agenda de l'association.

Des programmes pilotes à résonance nationale sur des thématiques, comme «Associations d'entraide et structures de soins», ont également été déployés pour la valorisation et la reconnaissance des patients-experts et des pairs aidants en addictologie.

Les actions en termes de représentation des usagers en santé ont permis la reconduction de notre agrément national de représentant des usagers du système de santé dans les instances hospitalières et de santé publique.

+ d'infos : [www.lesamisdelasante.org](http://www.lesamisdelasante.org)





## ▶ ADDICTIONS ALCOOL VIE LIBRE, LES ACTUS



En 2023, l'association Addictions Alcool Vie Libre a célébré un jalon historique : ses 70 ans d'engagement au service des personnes touchées par les addictions. Cet anniversaire, marqué par une série d'événements régionaux et nationaux, a été l'occasion de réunir les adhérents, les bénévoles et les partenaires autour de valeurs de solidarité et de résilience.

En novembre dernier a eu lieu à Paris l'avant-première de la pièce de théâtre retraçant la vie de Germaine Campion après sa rencontre, en 1937, avec l'abbé André Talvas, une rencontre qui va faire basculer son existence. Après la guerre, durant laquelle elle fut résistante, elle suivra une cure de désintoxication et en sortira guérie. Dès lors, elle n'aura qu'une idée en tête : « Aller le dire à tout le monde. » C'est en 1953 que Germaine Campion et l'abbé André Talvas

créent l'association Addictions Alcool Vie Libre, dont la vocation est d'aider ceux qui luttent au quotidien contre une addiction à l'alcool.



Durant ces deux dernières années, l'association a intensifié ses efforts en matière de prévention, en mettant l'accent sur des campagnes de sensibilisation et des actions éducatives. 2024 a également vu l'émergence de différents projets et notamment l'amélioration et l'élargissement de nos capacités de communication, ainsi que la poursuite de nos efforts de

formation afin que chaque militant puisse acquérir ou parfaire ses connaissances tant sur l'organisation de notre association que sur l'approche du malade.

Addictions Alcool Vie Libre a poursuivi ses actions en faveur de l'accueil et du soutien des personnes en situation d'addiction, avec une attention particulière portée aux femmes, comme en témoigne la mise en place de l'initiative « Accueil Femmes ». L'association continue en outre de promouvoir des événements tels que le « Mois sans alcool » en janvier, afin de sensibiliser le public aux risques liés à la consommation d'alcool et d'encourager des comportements responsables.

Addictions Alcool Vie Libre demeure ainsi un acteur-clé dans la lutte contre les addictions, en adaptant constamment ses actions aux évolutions sociétales et aux besoins des personnes concernées pour les sortir de leur isolement et combattre l'individualisme par l'ouverture aux autres. La collaboration avec l'ensemble des structures engagées dans l'entraide, la prévention et l'accompagnement en matière d'addictions est essentielle pour renforcer notre présence, notre message et ainsi assurer la pérennité de notre association.

+ d'infos : [www.vielibre.org](http://www.vielibre.org)



## Hommage à Marcel RATZEL

Le parcours de Marcel à Vie Libre a été bien rempli, en voici les grandes lignes.

Il est entré à Vie Libre en 1996 dans la section de Florange en Moselle, et un an plus tard il en est devenu le responsable adjoint. Depuis le début de ce siècle, il a eu différentes responsabilités en section, au comité départemental de la Moselle et à la région Alsace-Moselle. En 2002, il

remplace Guy Duchman, décédé, comme délégué national et, depuis, il est toujours resté à ce poste. De 2006 à 2009, puis de 2014 à 2015, il a été vice-président national.

Il a été secrétaire de la CAMERUP de 2014 à 2016, puis de 2017 à 2019, période pendant laquelle il a assuré également le poste de vice-président. En 2016, il a été





# L'ACTU DE LA CAMERUP

## LA CAMERUP, LES ACTUS



Le 9 novembre 2023, dans la salle Laroque du ministère de la Santé et de la Prévention, la CAMERUP, en collaboration avec RESALCOG (Association pour le développement d'un réseau de soins autour des troubles cognitifs liés à l'alcool) et l'association Aidons les Korsakoff, organise un colloque sur le thème : Le syndrome de Korsakoff et les Troubles Cognitifs Sévères Liés à l'Alcool, causes, conséquences et réalités sociales.



Après l'ouverture de la journée par madame Corinne Drougard de la MILDECA, puis une intervention du professeur Mickaël Naassila, président de la Société Française d'Alcoologie, la matinée fut consacrée aux professionnels de la thématique. L'après-midi a été l'oc-

casion d'aborder la réalité du terrain sur la prise en charge des patients atteints du syndrome. Puis vint le temps de laisser la parole aux patients, aux aidants, aux proches (parents, enfants...) qui ont exprimé toute leur souffrance et leur découragement devant la pauvreté des solutions de prise en charge de ces patients, très souvent ballottés d'établissement en établissement! 115 personnes (professionnels, associations, proches aidants...) ont participé à cette journée, avec un taux de «satisfait» ou «très satisfait» de 96%.

### **Merci à l'ensemble des participants et des intervenants pour la qualité et la réussite de cette journée.**

Des remerciements particuliers à madame Malika Rossard, présidente de l'association Aidons les Korsakoff, et au Docteur Frank Questel, président de RESALCOG, pour leur implication dans l'organisation de cette journée. Un remerciement aux bénévoles de la CAMERUP et de ses associations membres pour leur participation à la tenue de ce colloque.



Les représentants des associations Entraid'addict, FNAS et CAMERUP réunis autour de Guylaine Benech

Une sensibilisation sur la thématique des jeunes et des conduites addictives a démarré en 2024 avec le soutien de Guylaine Benech. Des formations sur la prévention et la réduction des risques chez les jeunes ont été organisées, comme ici à Agen en octobre 2024, pour apporter des outils aux bénévoles des associations.

Des conférences-débats organisées par la CAMERUP, en collaboration avec les associations, ont débuté en 2024 et vont se poursuivre en 2025 sur le thème «Comment parler d'alcool avec mon ado». C'est l'occasion de réunir les bénévoles des associations, les partenaires locaux, et de faire parler de nos associations. Cette conférence est animée par Guylaine Benech, sociologue et autrice de Sa première cuite, manuel de prévention positive autour de l'alcool. La première conférence s'est tenue au Palais des Congrès de Perros-Guirec le 14 novembre 2024. D'autres dates pour cette action baptisée «C'est ma tournée» seront fixées en 2025, comme Amiens en avril et Forbach en mai, et seront communiquées sur le Mur de la CAMERUP.

secrétaire national d'Addictions Alcool Vie Libre, avant d'en être le président national de 2017 à 2022.

Président national, c'est beaucoup de choses, c'est beaucoup d'heures, c'est beaucoup de kilomètres, c'est beaucoup de patience, c'est beaucoup de travail. Il assurait également des permanences à ArcelorMittal deux matinées par

semaine. Et pour se détendre, il planchait sur la philatélie : il faut parfois sortir de Addictions Alcool Vie Libre, s'occuper de soi, des siens, et de ses hobbies.

Merci Marcel, au nom de tous, pour tout ce que tu as fait pour Addictions Alcool Vie Libre et la CAMERUP.

+ d'infos : [www.camerup.fr](http://www.camerup.fr)



# PORTRAIT KARINE GALLOPEL-MORVAN



Elle aurait pu travailler dans un grand cabinet de communication d'influence ou dans une agence de publicité prestigieuse offrant des salaires faramineux, mais elle a préféré consacrer sa carrière à la prévention des conduites addictives. À la CAMERUP, nous avons beaucoup d'admiration et de respect pour la chercheuse Karine Gallopel-Morvan, professeure des universités à l'École des Hautes Études en Santé Publique, et professeure honoraire à l'université de Stirling, en Écosse. C'est pourquoi nous l'avons choisie comme personnalité de la saison. Retour sur un parcours hors norme.

Rien ne prédestinait Karine Gallopel à la santé publique. Après un baccalauréat, obtenu dans un lycée de Lannion, en Côtes-d'Armor, la Bretonne intègre l'École Universitaire de Management (IGR-IAE Rennes), où elle poursuit des études en sciences de gestion. En 1998, elle obtient son doctorat avec mention très honorable et félicitations du jury. Sa thèse porte sur «l'influence de la musique sur les réponses des consommateurs à la publicité : prise en compte des dimensions affective et symbolique inhérentes au stimulus étudié». La suite logique aurait été de faire carrière dans le marketing «marchand», mais ce serait sans compter sur les valeurs altruistes qui l'animent. Elle découvre le travail réalisé par le monde associatif dans la lutte contre le tabac et décide de mettre ses compétences au service du bien commun (tout en arrêtant elle-même de

## PORTRAIT KARINE GALLOPEL-MORVAN

*Du paquet de cigarettes neutre au décryptage du marketing et du lobbying de l'alcool : plus de deux décennies d'engagement en faveur de la santé publique.*

fumer!). Elle est rapidement sollicitée par diverses instances pour mener des recherches de haut niveau sur le marketing des produits addictifs. Elle présente en 2002 le tout premier d'une longue série de rapports scientifiques (en l'occurrence le fruit d'une recherche sur l'étiquetage des produits du tabac en France, commanditée par la Ligue contre le cancer et l'Union européenne). Par la suite, elle publiera une centaine d'articles scientifiques et des dizaines de rapports pour différents ministères, mais aussi pour l'Académie nationale de médecine, l'Institut national du cancer, l'Inserm, l'OMS... Son CV, consultable sur Internet, ne fait pas moins de... cinquante pages!

Karine a largement contribué au déploiement, en France, d'une discipline innovante qu'est le «marketing social». Le principe de cette approche est simple : il s'agit peu ou prou d'utiliser les outils classiques du marketing des entreprises marchandes à des fins sociales. Les travaux de la chercheuse ont ainsi contribué à faire adopter, en France, un paquet de cigarette neutre. Karine Gallopel a en effet scientifiquement montré l'intérêt de cet outil pour réduire l'impact du marketing du tabac. Elle a aussi beaucoup travaillé sur l'impact des campagnes de prévention et œuvre actuellement au développement des campus sans tabac\*, dont le 1er a été mis en place à l'École des Hautes Études en Santé Publique (EHESP) en 2018, mais qui sont pour le moment faiblement développés dans les lieux d'enseignement supérieur en France. En marketing social, il est essentiel d'étudier la «concurrence» des comportements de santé, c'est pourquoi elle analyse depuis de nombreuses années

les stratégies de lobbying et de marketing des industriels du tabac et de l'alcool. Ces travaux s'intègrent dans le champ des «déterminants commerciaux de la santé» pointés du doigt par l'OMS. Elle dirige, depuis 2024, le 1er réseau sur le sujet : RECLAMS (Réseau Eclairage sur le Lobbying et Analyse du Marketing des industriels), dont l'objectif est de diffuser des informations sur ce sujet aux acteurs de la santé et aux associations (avec des formations, un site Internet à venir et des conférences).

On a lu et aimé le dernier ouvrage de Karine Gallopel-Morvan, co-dirigé par le docteur Bernard Basset. En 10 questions, dans un format clair et concis, cet ouvrage fait le point sur l'ensemble des aspects du sujet complexe et passionnant qu'est la consommation d'alcool et des mesures efficaces pour la réduire.



**Alcool : Santé, prévention, marketing et lobbying**

Bernard Basset,  
Karine Gallopel-Morvan  
- Hygée Éditions,  
2024

\* Campus sans tabac est un dispositif qui peut être adopté par tous les établissements d'enseignement supérieur pour encourager les étudiants à arrêter ou à limiter leur consommation de tabac et pour proposer à tous un environnement sain.

**Pour plus d'informations :**  
<https://campus-sans-tabac.ehesp.fr>



# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS : TENDANCES ET RESSOURCES

### ▶ DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS : COMPRENDRE LES TENDANCES ET TROUVER DES RESSOURCES

«JPP», «chiller», «crush», «seum», «cocaïne rose», «poppers», «kétamine», «puff», «chemsex»\* sont des expressions et des substances qui émergent chez les jeunes, nous laissant parfois perplexes. Face à des codes et des usages qui évoluent rapidement, il est essentiel de mieux comprendre pour mieux communiquer et protéger. Les jeunes d'aujourd'hui grandissent dans un monde en perpétuel changement : les réseaux sociaux, les jeux vidéo, l'intelligence artificielle transforment leur quotidien. En parallèle, ils sont exposés à de nombreux produits addictifs – alcool, tabac, cannabis – mais aussi à des comportements à risque liés au numérique. Le «trouble du jeu vidéo», conséquence de l'usage excessif des jeux vidéo, est par exemple reconnu comme une maladie par l'OMS depuis le 18 juin 2018. Par ailleurs, l'influence de la publicité et des stratégies de lobbying en matière de marketing renforce cette attractivité, notamment par le biais des réseaux sociaux et des campagnes ciblées.



Quand McFly et Carlito, stars de YouTube, annoncent l'arrêt de leurs vidéos de dégustation d'alcool et affirment qu'ils n'ont pas besoin de boire pour s'amuser, les médias en parlent, Addictions France le relaie sur

son site : s'agit-il d'un simple buzz ou d'un véritable tournant dans la lutte contre les addictions chez les jeunes ?

Parallèlement, une tendance intéressante se dessine : l'essor des boissons "no-lo", sans alcool ou avec de faibles teneurs en alcool.

Ces alternatives permettent de participer aux moments festifs tout en adoptant un mode de vie plus sain. Cette évolution reflète un changement de mentalité, où la convivialité et le plaisir ne sont plus synonymes de consommation excessive, mais d'expériences partagées dans un esprit responsable.

Ce dossier sous forme de panorama, repères et travaux associés vise à mieux comprendre les jeunes, leurs influences, leurs vulnérabilités pour prévenir et accompagner. Chacune des thématiques suivantes sera présentée de manière globale avec des ressources associées dans le complément numérique qui permettront d'approfondir les sujets :

- **Qui sont les jeunes ? leurs occupations ? leur état d'esprit ?** > p. 12
- **Les conduites addictives chez les jeunes : grandes tendances** > p. 13
- **Focus sur le cerveau des jeunes avec le professeur Mickael Naassila** > p. 14
- **Risques et dommages** > p. 15
- **Nouveaux produits et tendances émergentes** > p. 16 et 17
- **Quelles préventions ?** > p. 18
- **Conseils éducatifs avec Guylaine Benech** > p. 19
- **Des outils pour aider, accompagner, sensibiliser** > p. 20
- **Témoignages de bénévoles de l'entraide** > p. 21

### + d'INFOS

Retrouvez des informations associées sur le complément numérique sur <https://urlz.fr/uc42>

\* Lexique «Parler jeunes »

Rubrique *Les jeunes parlent*





# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS :

### DOSSIER

#### QUI SONT LES JEUNES ? LEURS OCCUPATIONS ? LEUR ÉTAT D'ESPRIT ?

Difficile de donner une définition précise ainsi que des bornes claires et consensuelles à cette période charnière entre l'enfance et l'âge adulte. Elle dépend beaucoup de chaque individu, de son milieu social, de son environnement, de sa maturité. On parle généralement de jeunes pour la période qui se situe entre la puberté et la maturation du cerveau, aux alentours de 25 ans, ou pour d'autres jusqu'à son émancipation, son départ de la maison ou son accession à une indépendance

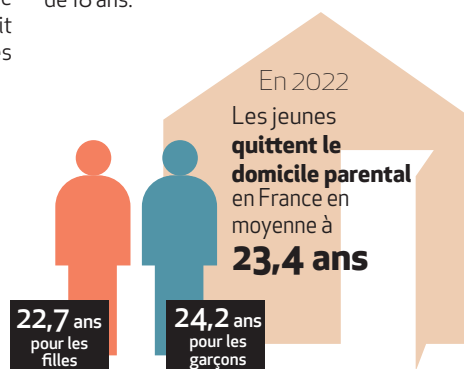
financière. Les parcours d'entrée dans la vie adulte se sont aujourd'hui complexifiés et diversifiés, se traduisant par un allongement de la jeunesse. C'est pour cela, par exemple, que l'INJEP a étendu son étude statistique en 2024 sur les jeunes à une période plus étendue allant jusqu'à 30 ans. Pour ce dossier, nous avons choisi de ne pas préciser d'âge, mais de couvrir la période de vulnérabilité où l'individu se construit et s'expose aux risques sans avoir tous ses

mécanismes de défense. Les études sur les conduites addictives chez les jeunes varient en tranches d'âge et périmètre : EnCLASS concerne collégiens et lycéens, ESCAPAD interroge les jeunes de 17 ans via la JDC (Journée Défense et Citoyenne). Certaines données restent difficiles d'accès, notamment sur les jeunes déscolarisés, sur les plus de 18 ans.

#### Des disparités sur le mode de vie des jeunes :

Les données issues de l'étude de l'INJEP, Les chiffres clé de la jeunesse 2024 sur les jeunes de 15 à 30 ans, nous montrent que les jeunes évoluent dans des environnements

très variés, campagne ou ville, études supérieures longues ou accès à la vie active précoce.



#### Les jeunes ne restent pas isolés !

Malgré le développement du numérique, le sport, les sorties culturelles et le temps passé avec les proches représentent une part importante de leurs occupations.

En 2019

**45 %** des 18-30 on affirment qu'en général ils aiment occuper leur temps en passant du temps avec leurs proches (famille, amis).

#### Des conditions de vie parfois difficiles :

La part des jeunes en situation de pauvreté est inquiétante, notamment pour **20 % des jeunes de moins de 18 ans.**

**4,1 million** de jeunes de moins de 30 ans on a un niveau de vie inférieur au seuil de pauvreté\*.

Cela concerne :

- **20,6 %** des moins de 18 ans,
- **16,4 %** des 18-29 ans,
- **14,5 %** de l'ensemble de la population française hexagonal

\*Seuil de pauvreté monétaire :  
Moins de 1158 € par mois par personne

**32 %** habitent en milieu rural

**47 %** sont scolarisés

**50 %** sont diplômés de l'enseignement supérieur (entre 25 et 34 ans)

#### Un baromètre santé au vert :

le baromètre santé est plutôt positif même si la part des jeunes déclarent un problème de santé est importante (17 %)

En 2022

**88 %** des 16-29 ans déclarent que leur état de santé en général est très bon ou bon :

**35 %** estiment qu'il est bon

**53 %** estiment qu'il est très bon

**17 %** des 16 29 ans déclarent qu'ils ont un problème de santé ou une maladie de longue durée.

#### Un équilibre état d'esprit / santé mentale mitigé :

Le baromètre 2024 DJEPVA de l'INJEP sur la Jeunesse donne des chiffres plutôt en amélioration sur l'état d'esprit des jeunes, qui sont légèrement plus confiants par rapport à l'année précédente. Pour autant, les disparités de situation et de ressenti restent marquées selon le genre, l'âge, le niveau de diplôme, le statut d'activité, la situation familiale, l'autonomie résidentielle (vivre ou non chez ses parents) ou encore selon les revenus du foyer ou le lieu de résidence.

Pour autant le rapport EnCLASS de Santé publique France sorti en avril 2024 est plus pessimiste sur la santé mentale des jeunes collégiens et lycéens. Même si les chiffres montrent un bon niveau de bien-être, ils font aussi apparaître un sentiment de solitude qui peut toucher 40 % des filles en 1ère, des problèmes de sommeil et des symptômes dépressifs qui atteignent 24 % des filles en 3e alors qu'un quart des lycéens déclarent avoir eu des pensées suicidaires.

#### Satisfaction à l'égard de la vie

Début 2024

**71 %** des jeunes âgés de 15 à 30 ans déclare que leur vie correspond à leurs attentes (+ 4 points par rapport à 2023).

#### Confiance dans l'avenir proche

Début 2024

**71 %** des jeunes âgés de 15 à 30 ans se disent confiant pour les 3 années à venir (+ 3 points par rapport à 2023), dont :

**67 %** parmi les jeunes femmes

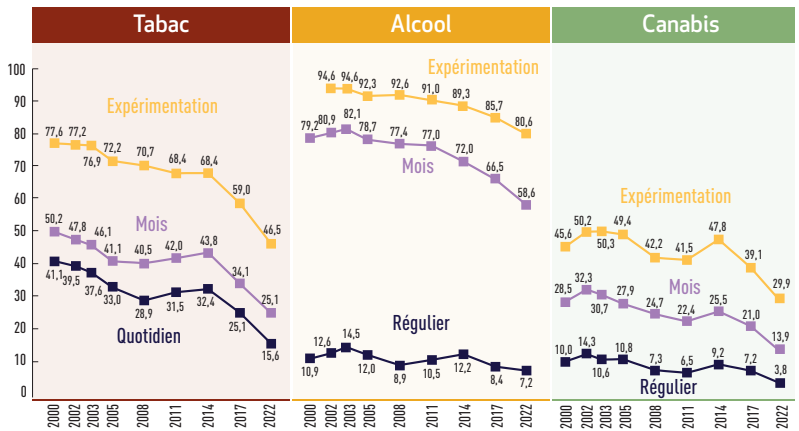
**76 %** parmi les jeunes hommes



# TENDANCES ET RESSOURCES (suite)

## Une tendance positive!

Les différentes études sur la consommation de substances psychoactives chez les jeunes confirment une tendance encourageante et générale à la baisse, comme le montre l'étude chez les jeunes de 17 ans sur une période de plus de 20 ans sur les trois produits majeurs que sont l'alcool, le tabac et le cannabis que ce soit pour les indicateurs d'expérimentation ou la consommation (Étude OFDT ESCAPAD de 2023). Cette tendance se confirme plus globalement pour la tranche d'âge des 12-18 ans suivant l'étude OFDT EnCLASS 2022 sur les jeunes au collège et au lycée. Cette étude montre également comment les consommations évoluent progressivement en fonction de l'âge, l'alcool et le tabac étant perçus comme facilement accessibles alors que le cannabis ne l'est qu'à partir du lycée. Les chiffres sur l'alcool, qui est le produit le plus consommé, le plus tôt, avec des API (Alcoolisations Ponctuelles Importantes), en baisse mais toujours significatives (API = 5 verres d'alcool standard en une même occasion), restent préoccupants et montrent que les pressions sociales sont fortes à cet âge et que l'effort en termes de prévention doit être porté dès le plus jeune âge. L'usage de la e-cigarette poursuit sa progression chez les élèves et devance celui de



Évolution 2000-2022 des niveaux d'usage de tabac (cigarettes), de boissons alcoolisées et de cannabis à 17 ans (%)

la cigarette (enquête ESCAPAD et EnCLASS 2021), notamment auprès des plus jeunes : au collège, l'usage quotidien de la e-cigarette concerne désormais 1,4 % des collégiens, alors qu'au lycée, il continue de progresser, passant de 2,8 % en 2018 à 3,8 % en 2022.

### Chez les jeunes de 17 ans

Étude OFDT ESCAPAD de 2023

**80,6 %**

Ont déjà expérimenté l'alcool



**7,2 %**

Ont une consommation régulière (au moins 10 fois/mois)



**10 %**

Se sont sentis obligés de boire alors qu'ils n'en avaient pas envie



**1/3**

A connu une API dans le mois (versus 44 % en 2017)



### Chez Les élèves de 3<sup>e</sup>

Étude ENCLASS de 2022

**Baisse des expérimentations d'alcool**

2018

**75,3 %**

2021

**64,1 %**

**30,7 %**

des élèves de 3<sup>e</sup> ont consommé de l'alcool au cours du mois en 2021 c'est le plus bas niveau d'usage depuis 2018

**1/5** a connu une alcoolisation ponctuelle importante dans le mois



## Des facteurs influents à prendre en compte

Les inégalités sociales, régionales et de genre viennent encore contraster les chiffres. L'étude de l'OFDT ESCAPAD de 2023 montre, par exemple, que 43,5 % des jeunes de 17 ans sortis du système scolaire fument quotidiennement, contre 22 % des élèves de 17 ans des lycées généraux et technologiques. Et 18,2 % des apprentis reconnaissent un usage régulier de l'alcool, contre 5,9 % des élèves des lycées généraux et technologiques. La France reste en outre un pays fortement marqué par la tradition de l'alcool : avec près d'un garçon

sur deux qui a déjà bu de l'alcool à 13 ans (49 %), **la France se place en 5<sup>e</sup> position sur 42 pays concernant la proportion de jeunes de 13 ans ayant déjà consommé de l'alcool** (Étude HBSC 2022 : Focus sur les substances consommées par les adolescents en Europe, Asie centrale et Canada). Même si les autres indicateurs portant sur les consommations régulières et les ivresses sont moins alarmants, ces chiffres justifient les efforts actuels en matière de prévention pour repousser l'âge de la première consommation.

## Des nouvelles pratiques à surveiller

(étude EnCLASS 2022)

Chez les lycéens, les expérimentations de drogues illicites autres que le cannabis se maintiennent à des niveaux très faibles, majoritairement en baisse ou stable compris entre 0,8 % pour l'héroïne et 2,2 % pour la cocaïne; 2,2 % pour les champignons hallucinogènes et 1,9 % pour l'ecstasy (L'étude EnCLASS 2022). Certains nouveaux produits apparaissent : cette étude a interrogé pour la première fois l'expérimentation de poppers et de protoxyde d'azote : 8,1 % des lycéens ont déclaré avoir déjà consommé du poppers, tandis que 5,4 % ont déclaré avoir déjà expérimenté le protoxyde d'azote. De nouveaux produits ou tendances préoccupantes font régulièrement leur apparition comme les drogues de synthèse, la « cocaïne rose », les polyaddictions comme le chemsex, et une augmentation significative de l'usage quotidien des écrans, qui accentue également les risques de dépendance comportementale.

## LES JEUNES ET LES TRAFICS DE DROGUE

Alors que les derniers chiffres de l'OFDT du 15 janvier 2025 montrent que le **nombre d'usagers de cocaïne a presque doublé en un an**, que le ministère de l'Intérieur annonce des saisies historiques (47 tonnes de cocaïne sur les 11 derniers mois), **que la production mondiale de cette drogue augmente, des jeunes, des enfants même dès 11 ans se voient impliqués dans le narcotrafic**, car ils représentent une main-d'œuvre facile et pas chère. Dans son livre *Cramés*, le journaliste **Philippe Pujol** dépeint un tableau saisissant de la réalité brutale vécue par les adolescents des quartiers défavorisés (*Rubrique Voir Lire Écouter*). Des initiatives existent pour organiser des démarches préventives, mais face à l'inefficacité de la politique répressive actuelle, une approche globale et une réorientation des politiques publiques vers la santé publique, la prévention et le soutien aux usagers est nécessaire pour prendre en charge ce fléau. Appel à projet 2024 - « Prévenir la participation des jeunes aux trafics de stupéfiants »



# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS :

### DOSSIER

#### LA VULNÉRABILITÉ DU CERVEAU D'UN JEUNE



Entretien exclusif avec Mickael Naassila, professeur à l'université de Picardie Jules Verne et directeur du groupe de recherche sur l'alcool et les pharmacodépendances de l'Inserm. Il est président de la Société Française d'Alcoologie.

**Question :** Pourquoi le cerveau des jeunes est particulièrement vulnérable aux addictions ?

**Mickael Naassila :** Le cerveau des jeunes est en pleine maturation, un processus qui se poursuit jusqu'à environ 25 ans. Cette période, appelée « plasticité cérébrale », est une phase critique où le cerveau est très sensible aux influences extérieures, y compris les drogues dont l'alcool. Par exemple, lors d'épisodes de binge drinking, l'alcool provoque une neuroinflammation et un stress oxydatif qui sont responsables d'atteintes des neurones et des fibres neuronales. Ces atteintes peuvent perturber la communication entre les neurones et affecter des fonctions essentielles comme la mémoire ou la prise de décision.

**Question :** Quels sont les mécanismes en jeu dans cette sensibilité accrue ?

**M.N. :** Plusieurs mécanismes sont impliqués. D'abord, les drogues, dont l'alcool, influencent directement la libération de neurotransmetteurs, comme la dopamine, qui joue un rôle dans le circuit de la récompense. Chez les jeunes, ce circuit est encore plus réactif, ce qui favoriserait une plus grande vulnérabilité à

développer une addiction. De plus, l'épigénétique entre en jeu : des modifications chimiques induites par les drogues, dont l'alcool, peuvent influencer durablement l'expression des gènes, renforçant les comportements de dépendance.

**Question :** Quels impacts à long terme peut-on observer ?

**M.N. :** Les études montrent que même de courtes périodes d'exposition à des drogues, comme le cannabis ou l'alcool, peuvent altérer le développement du cortex préfrontal. Cela se traduit par une augmentation des comportements impulsifs, des difficultés de régulation émotionnelle et des troubles de l'apprentissage. De plus, une consommation régulière peut laisser des traces visibles à l'âge adulte, augmentant le risque de maladies mentales ou d'addictions. Ainsi, au moins deux épisodes de binge drinking par mois entre 18 et 25 ans multiplie par environ 3 le risque de développer une addiction à l'alcool. Il est aussi frappant de constater que de nombreuses atteintes cérébrales connues chez les patients alcoolodépendants sont aussi déjà retrouvées chez les jeunes binge drinkers.

**Question :** Existe-t-il des différences dans la réaction des jeunes face aux produits addictifs ?

**M.N. :** Oui, et elles sont souvent influencées par des facteurs individuels comme le sexe, le patrimoine génétique, ou l'environnement, ou des facteurs socio-économiques. Par exemple, les jeunes filles peuvent développer plus rapidement une dépendance à l'alcool ainsi que des maladies dues à l'alcool, comme par exemple la cirrhose.

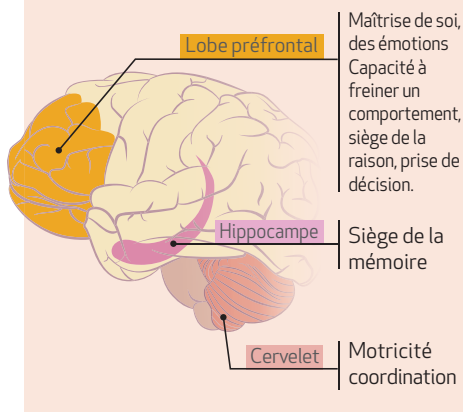
**Question :** Quels sont les nouveaux défis posés par les addictions ?

**M.N. :** Les jeunes d'aujourd'hui sont confrontés à des produits plus accessibles et diversifiés. Outre l'alcool et le tabac, nous observons une montée en puissance des drogues de synthèse, du protoxyde d'azote et de la cigarette électronique. Ces produits sont souvent perçus comme moins dangereux, mais leurs effets à long terme restent mal connus.

**Question :** Quels messages de prévention pourraient être efficaces ?

**M.N. :** La prévention doit s'adresser aux jeunes dans leur langage, avec des outils adaptés à leurs habitudes, comme les réseaux sociaux. Il est crucial de leur expliquer les effets des drogues sur leur cerveau, mais aussi de proposer des alternatives positives pour s'amuser ou gérer le stress. Les campagnes doivent également inclure les familles et les écoles, car l'entourage joue un rôle déterminant dans la protection des jeunes.

#### Effets psychoactifs des drogues sur le cerveau des jeunes adolescents :



**Lobe préfrontal** : Maîtrise de soi, des émotions  
Capacité à freiner un comportement, siège de la raison, prise de décision.

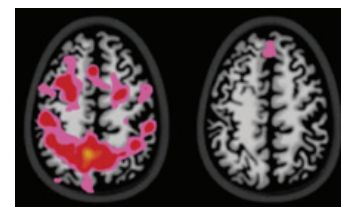
**Hippocampe** : Siège de la mémoire

**Cervelet** : Motricité coordination

- Risque d'impulsivité, d'agressivité, de non-maîtrise de la consommation. Moins bonne évaluation des situations (bagarres, violence, mauvaises décisions).
- Risque de relations sexuelles non-consenties (viols), de troubles cognitifs et émotionnels à l'âge adulte.
- Risque de dommages irréversibles sur ces fonctions.

- Risque de black-out, réflexion plus lente, oublis plus fréquents, baisse des capacités d'apprentissage.
- Effet sur la mémoire à court et long termes.

- Risque à court terme d'accidents de la route qui peuvent être fatals.



Susan Tapert, de l'université de San Diego, a soumis le cerveau de volontaires de 15 ans à une IRM pendant qu'ils réalisaient un exercice de mémorisation. Les zones rouges montrent les aires actives lors du test. A gauche, le cerveau d'un adolescent qui ne boit pas ; à droite, son cerveau une fois qu'il s'est mis à pratiquer le binge drinking. © Susan Tapert/ University of California/ San Diego





## LES CONSÉQUENCES, LES DOMMAGES SANITAIRES ET SOCIAUX

**Des dommages à court et moyen termes :** L'alcool, comme le cannabis ou le tabac, est une drogue. Naturelles, extraites d'une plante (tabac, vin, bière, cannabis, cocaïne, héroïne...) ou synthétiques (fabriquées en laboratoire à partir de produits chimiques), licites ou illicites, ces drogues présentent toutes des dangers à des niveaux différents, mais se caractérisent toutes par ce qu'on appelle le cube de la dangerosité, qui définit les potentiels risques de chaque substance en fonctions des 3 caractéristiques suivantes :

- **La toxicité :** la drogue est une substance qui agit sur les organes à court et à long termes et peut engendrer des perturbations et des maladies chroniques. Dans le cas de l'alcool par exemple, la production d'acétaldéhyde pour éliminer l'éthanol est encore plus toxique que l'éthanol : outre les risques sur le développement du cerveau évoqués plus haut, la consommation régulière d'alcool chez les jeunes peut avoir des conséquences sur l'état de santé à l'âge adulte : affections gastro-intestinales, maladies cardiovasculaires, cancers, risques accrus de maladies infectieuses. La fumée de tabac, elle, contient plus de 7000 substances chimiques, dont 80 sont connues

comme étant cancérigènes avec comme conséquences des cancers, en particulier des voies aérodigestives supérieures et des poumons, des bronchites chroniques et des pathologies cardiovasculaires. Comme le mentionne l'étude MILDECA de 2018 Jeunes addictions et prévention, des recherches ont mis en évidence que la dépendance au cannabis pourrait entraîner une diminution du quotient intellectuel, dont l'ampleur dépend de la précocité de la consommation (avant l'âge de 18 ans).

- **La dépendance :** la drogue agit sur le circuit de la récompense et, pour les jeunes, le risque est accru de développer une addiction. Dans le cas de l'alcool par exemple,

comme le souligne l'étude MILDECA, les intoxications massives (Alcoolisations Ponctuelles Importantes (API)) peuvent constituer une porte d'entrée vers une alcoolisation chronique, voire une dépendance ultérieure.

- **Enfin l'effet psychoactif de la substance :** il entraîne des perturbations psychiques qui modifient la perception, le rapport au monde et le comportement. On trouve chez les jeunes des troubles de l'humeur, de la motivation, des capacités d'apprentissage, des risques dépressifs et leurs conséquences associées (isolement, pensées suicidaires...). Enfin ces consommations entraînent de nombreux accidents et dommages sociaux comme on va le voir ici.

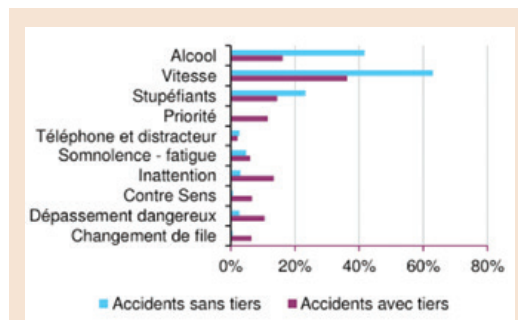
### L'accidentologie, la mortalité et les conséquences :

Aucune étude formelle n'existe en France pour mettre en évidence le lien entre décès et conduites addictives chez les jeunes. Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), l'alcool serait à l'origine de 300 000 décès par an chez les 15-29 ans, soit un mort toutes les deux minutes. Les spécialistes en France placent l'alcool comme première cause de mortalité avant 25 ans (un décès de jeune sur quatre serait attribuable à l'alcool). Le nombre de décès par an chez les 15-25 ans s'élèveraient à 800, soit 2 décès par jour, d'après Guylaine Benech dans *Sa première cuite*.

Dans son Bilan de l'accidentalité en France de l'année 2023, la sécurité routière a enregistré 497 décès par an chez les jeunes adultes de

18-24 ans. Même si ce chiffre est en baisse, leur mortalité est deux fois supérieure à celle de l'ensemble de la population (16% des tués alors qu'ils ne représentent que 8% de la population). Ils sont majoritairement tués la nuit et en fin de semaine. Dans 19 % des accidents mortels où ils sont présumés responsables, l'alcool et les stupéfiants font partie des 3 premières causes des accidents (en 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> position après la vitesse).

Ces chiffres doivent nous sensibiliser à poursuivre les efforts de prévention et de réduction des risques en milieu festif.



Principales causes des accidents mortels dont le présumé responsable est un jeune adulte.

### Alcool et violence :

L'alcool est aussi impliqué dans les violences intrafamiliales et notamment dans les violences faites aux enfants. Une récente étude d'octobre 2024, réalisée conjointement entre l'université de Grenoble et le CNRS, Violences sexuelles dans l'enseignement supérieur, indique que l'alcool est présent dans plus de la moitié des violences sexuelles rapportées depuis l'arrivée des

jeunes dans l'enseignement supérieur. Selon les estimations des victimes, l'auteur était alcoolisé dans 61,9 % des tentatives d'agression sexuelle et 42,6 % des viols. Pour leur part, les victimes se souvenaient avoir elles-mêmes consommé de l'alcool dans 47,5 % des cas de tentative d'agression sexuelle, 36,8 % des viols. Il existe des programmes de prévention pour agir sur la prise de conscience

des potentiels agresseurs, la protection et la défense des victimes, mais aussi des outils d'intervention pour les témoins : SAFE (Sexual Assault and Alcohol Feedback), PRSM (Preventing and Responding to Sexual Misconduct) et SARE (Sexual Assault Resistance Education).



# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS :

### DOSSIER

#### ZOOM SUR LES NOUVELLES TENDANCES

Des consommations plus marginales, mais avec des effets très nocifs :



#### Protoxyde d'azote :

Le protoxyde d'azote, surnommé « gaz hilarant », est un gaz initialement utilisé dans les applications médicales (anesthésie) ou culinaires (siphon à chantilly). Lorsqu'il est inhalé, il provoque une sensation euphorisante. Les effets sont courts, mais son usage est très dangereux : il peut causer des brûlures par le froid au niveau des voies respiratoires, des vertiges, des pertes de connaissance et, à forte dose ou consommation régulière, une privation d'oxygène (hypoxie), des carences en vitamine B12, et être responsable de troubles neurologiques.

#### La MDMA (ecstasy) :

La MDMA est une drogue de synthèse aux effets stimulants et empathogènes. Elle procure une sensation de bien-être, d'énergie et de connexion sociale accrue. Cependant, elle perturbe la régulation de la température corporelle et peut entraîner une hyperthermie sévère, une déshydratation et des troubles cardiovasculaires. La prise répétée de MDMA peut également provoquer une altération de la mémoire et de l'humeur, ainsi qu'un risque de dépendance psychologique.



#### Cocaïne rose :

La cocaïne rose est une drogue de synthèse qui ne contient en réalité pas de cocaïne. Apparue en France en 2021, elle est composée d'un mélange de substances pas toujours connu des consommateurs, comme la kétamine, la MDMA, la caféine et parfois des produits hallucinogènes ou opiacés. Vendue sous forme de poudre, parfois aromatisée à la fraise ou à la banane, elle est consommée par inhalation ou injection. Ses effets combinent stimulation et hallucinations, avec des risques élevés : anxiété, pensées suicidaires, pertes de connaissance et overdoses pouvant être fatales.

#### Chemsex :

Le chemsex désigne l'usage de certaines substances psychoactives dans un contexte sexuel, dans le but d'intensifier les sensations et de prolonger les rapports. Les substances les plus couramment consommées incluent les cathinones (3-MMC, 4-MEC), la méthamphétamine, la MDMA, la cocaïne, la kétamine et le GHB, souvent utilisées pour leur effet stimulant ou désinhibant. En plus des effets secondaires, des complications complémentaires avec l'injection de certaines substances appelées « slam », cette pratique présente des risques d'infections sexuellement transmissibles (IST).



#### GHB :

Le GHB (gamma-hydroxybutyrate) est un dépressif du système nerveux central aux effets sédatifs et euphorisants. Il se présente généralement sous forme liquide et est parfois utilisé en contexte festif ou dans le chemsex. Ses effets varient selon la dose : détente, désinhibition, perte de conscience, troubles respiratoires et surdose potentiellement mortelle. Le risque de dépendance est élevé. C'est dans les années 1990 que le GHB a acquis sa réputation de « drogue du violleur ». Souvent ajouté à la dérobée dans les verres, le GHB permet une soumission chimique de la victime, facilitant une agression sexuelle.

#### Drogues de synthèse :

Les drogues de synthèse, aussi appelées « nouvelles substances psychoactives » (NSP), désignent un ensemble de produits fabriqués en laboratoire pour imiter les effets de drogues connues comme la cocaïne, la MDMA ou le cannabis. Souvent commercialisées sur Internet sous différentes formes (poudres, comprimés, liquides), leur composition varie fortement d'un lot à l'autre, rendant leurs effets imprévisibles et particulièrement dangereux. Le fentanyl, par exemple, est un opioïde synthétique 50 fois plus puissant que l'héroïne, et est impliqué dans de nombreuses overdoses mortelles.



# TENDANCES ET RESSOURCES (suite)

## Poppers :

Les poppers sont des substances chimiques à base de nitrites, initialement développées comme médicaments pour traiter l'angine de poitrine. Ils se présentent sous forme de fioles contenant un liquide volatil, qui est inhalé pour procurer un effet euphorisant et une sensation de chaleur corporelle. Ces effets, éphémères, sont liés à une vasodilatation intense. Bien que l'usage récréatif soit légal en France, les poppers peuvent entraîner des maux de tête, une baisse de tension et des irritations respiratoires. Leur utilisation répétée peut aussi provoquer une irritation chronique des voies respiratoires et un risque de dépendance psychologique.



## Purple drank :

Le purple drank, aussi appelé lean ou codé, est une boisson obtenue en détournant l'usage de médicaments à base de codéine et d'antihistaminiques, souvent mélangés à des sodas sucrés. Originaire des États-Unis et popularisé dans la culture hip-hop, ce cocktail provoque des effets relaxants, une somnolence et, à forte dose, une euphorie. Toutefois, il présente de graves dangers : la codéine est un opioïde qui peut entraîner une dépendance rapide et, en cas de surdose, des dépressions respiratoires potentiellement mortelles. L'association avec l'alcool ou d'autres déprimeurs du système nerveux central augmente ces risques.

## Les « traquenards » créés par les industriels pour attirer les jeunes :

*Derrière des goûts enfantins tels que barbe à papa, cola ou myrtille, des packagings colorés, des offres promotionnelles, les nouveaux produits sont nocifs et dangereux.*

Sniffy, La Cocaïne décocainée sur Radio France, 26 août 2024 : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-terres-sur-terre/sniffy-la-cocaine-decocainee-7597085>.



Le Sniffy, une poudre énergisante, a été lancé au printemps 2024 avec pour ingrédients de la taurine, de la caféine, de la créatine et de la bêta-alanine.

Vendu dans des boîtes fluos, aromatisé avec des saveurs sucrées, il se consomme en inhalant une ligne tracée avec une carte bancaire. Le produit, rappelant la cocaïne par son mode d'administration nasal, visait une clientèle jeune. Initialement légal et bien que non toxique, il a été interdit le 25 juillet 2024 par précaution au vu des risques sur ses effets nasaux, mais surtout pour prévenir les comportements addictifs. À l'heure où nous écrivons cet article, le 30/01/25, voici le premier lien qui apparaît sur google lorsque je fais une recherche sur le Sniffy...



L'étude **Les Puffs : La promotion insidieuse du tabac** de l'association Addiction France, sortie en avril 2022, explore les risques liés aux cigarettes électroniques jetables, les puffs, populaires auprès des jeunes. Créées en 2019, elles se sont rapidement propagées via les réseaux sociaux, comme TikTok et Instagram, grâce à un marketing ciblant cette tranche d'âge. Les puffs sont très accessibles, jetables, et proposent des saveurs sucrées qui rappellent les bonbons, ce qui attire les adolescents. Elles contiennent de la nicotine, souvent à des doses suffisamment élevées pour entraîner une dépendance rapide. Le produit est promu comme une alternative plus « saine » au tabac, mais cette image est trompeuse. Bien qu'il n'y ait pas de combustion, la nicotine reste addictive, et la puff fonctionne comme une porte d'entrée vers le tabagisme traditionnel. L'absence de contrôles sur la vente aux mineurs et le laxisme des autorités renforcent la vulnérabilité des jeunes. La conclusion de l'étude pointe l'inefficacité des mesures de prévention, affirmant que la puff constitue un produit à risque, pourtant largement toléré. « Ce qui m'attire

dans la Puff, ce n'est pas le côté nocif, c'est le goût. Comme si tu mangeais un bonbon. » Les pouches, ces sachets de nicotine aux arômes fruités ou mentholés. Les pouches sont des sachets de nicotine. Consommés par les jeunes, notamment dès le collège, ils seront bientôt interdits en France. Ces produits, vendus à bas prix, contiennent des fibres imprégnées de nicotine et sont de plus en plus utilisés, souvent dans un but de sevrage du tabac. Derrière des goûts enfantins tels que barbe à papa, cola ou myrtille, ces sachets



peuvent contenir une très forte dose de nicotine. En octobre 2024, la ministre de la Santé de l'époque, Geneviève Darrieussecq, annonce sa volonté d'interdire sa vente en raison des effets néfastes sur la santé, notamment des syndromes nicotiniques aigus (vomissements, convulsions, hypotension) signalés par les centres anti-poisons. Des cas d'intoxication chez les jeunes, principalement âgés de 12 à 17 ans, ont été rapportés, notamment suite à des publicités ciblant cette population sur les réseaux sociaux. À l'heure où nous écrivons cet article, le 30/01/25, voilà ce que nous trouvons sur Internet...





# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS :

### DOSSIER

#### NOUVELLES TENDANCES : ÉCRANS, RÉSEAUX, JEUX

##### Écrans, Internet, jeux, réseaux : risques pour la santé ou conduites addictives ?

Les écrans, Internet, les réseaux et les jeux vidéo occupent une place importante dans les occupations des enfants et des adolescents, comme l'indique la commission d'experts interrogée par l'Élysée dans son rapport d'avril 2024, *Enfants et écrans, à la recherche du temps perdu*.



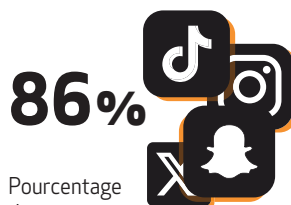
Nombre moyen d'appareils numériques avec écrans par foyer (téléphones mobiles/smartphones, téléviseurs, ordinateurs, consoles de jeu, tablettes)

Selon l'édition 2022 du Baromètre du numérique



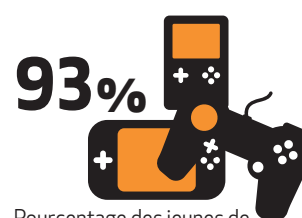
Temps moyen passé par les jeunes âgés de 16 à 19 ans sur les écrans chaque jour (en plus du temps passé devant un écran pour l'école, les études ou le travail)

Étude 2024 sur les jeunes et la lecture, réalisée par l'institut IPSOS pour le Centre national du Livre (CNL)



Pourcentage des jeunes de 8 à 18 ans inscrits sur les réseaux sociaux

Étude de l'association e-Enfance/3018 et de la Caisse d'Épargne rendue publique fin 2023



Pourcentage des jeunes de 10 à 17 ans jouant aux jeux vidéo

Étude Les Français et le jeu vidéo, réalisée en juin-juillet 2023 par Médiamétrie pour le Syndicat des éditeurs de logiciels de loisirs (SELL)

Les études s'entendent sur le fait que les conduites addictives ne sont pas induites par les écrans, mais par les activités en ligne qui captent l'attention des jeunes comme les sites internet ou les jeux. L'usage excessif des écrans chez les enfants et adolescents nuit à leur développement, à leur sommeil, à leur santé physique ou peut présenter des risques d'exposition à des contenus inappropriés,

traumatiques, voire dangereux pour la sécurité des mineurs. Les écrans peuvent aussi être bénéfiques lorsqu'ils sont utilisés dans des conditions appropriées, car ils contribuent à la construction des jeunes, à l'accès à la connaissance, à de nouvelles compétences et au divertissement, et peuvent leur permettre de sortir de l'isolement et de compenser certains handicaps.

##### LES CASINOS EN LIGNE BIENTÔT AUTORISÉS ? Une mesure qui fait débat, en termes de santé publique

Dans sa lettre ouverte au gouvernement du 22 octobre 2024, le docteur Bernard Basset, président d'Association Addictions France, dénonce l'amendement autorisant l'ouverture des casinos en ligne : «Addictions France souhaite attirer votre attention sur les risques considérables que fait peser cette mesure, en particulier en matière de dépendance des plus jeunes aux jeux d'argent. En 2019, 41 % du chiffre d'affaires des casinos traditionnels provenait de joueurs excessifs ou à risque d'addiction.»

##### Internet et les jeux vidéo

Dans le cas d'Internet, on parle d'un comportement addictif, car les contenus ont pour objectif de retenir les jeunes le plus longtemps possible, favorisant ainsi des temps d'usage excessifs. Les pratiques problématiques portent, en premier lieu, sur le jeu vidéo, puis sur les réseaux sociaux. Certains professionnels parlent de cyberdépendance ou d'addiction aux technologies de l'information et de la communication. Dans son dossier Addictions comportementales - Synthèse des connaissances, l'OFDT souligne la difficulté de mesurer le niveau d'addiction, car les méthodologies varient et les chiffres sont parfois insuffisants. Les taux d'usage problématique sur l'ensemble de la population sont évalués de 1 % en Norvège à 50 % en Asie. En Europe, l'usage problématique d'Internet toucherait entre 1,2% et 4,4 % des adolescents.

L'addiction aux jeux vidéo est quant à elle reconnue par l'OMS comme «usage pathologique des jeux sur Internet». Toutefois, les professionnels insistent sur les bénéfices du jeu sur des périodes limitées, qui peuvent concerner, à un moment ou à un autre, une grande partie des adolescents. Ils orientent le débat sur la nécessité de réguler plutôt que de stigmatiser cette pratique. En France, d'après une mesure suivant la GAS\* de l'usage problématique du jeu vidéo auprès de 434 adolescents de 4e de plusieurs collèges, on estime que 8,8 % des jeunes sont concernés par ce trouble du comportement lié aux jeux vidéo (Étude Bonnaire et Phan, 2017).

\* GAS, échelle de mesure Game Addiction Scale

##### + d'INFOS

Retrouvez des informations associées sur le complément numérique sur <https://urlz.fr/uc42>  
Rubrique Études



# TENDANCES ET RESSOURCES (suite)

## LES PROGRAMMES DE PRÉVENTION, LES INITIATIVES

Comme le souligne la MILDECA dans son dossier Les jeunes Addictions Prévention de 2022 pour expliquer pourquoi certains jeunes consomment et pas d'autres : «La vulnérabilité aux conduites addictives résulte d'une combinaison de facteurs de risques et de facteurs de protection, des caractéristiques personnelles innées et liées à l'histoire de vie, à l'environnement familial et social. »La prévention doit se mettre en place sur ces différents niveaux.

La MILDECA préconise une approche globale de la prévention, qui doit s'appuyer sur des méthodes éprouvées, des actions adaptées à l'âge et au niveau de consommation, et une sensibilisation précoce, avant les premières

consommations, pour développer les capacités de chaque jeune à l'analyse, la prise de décision, la communication et la gestion des émotions. Cette approche concerne tous les acteurs de la sphère des facteurs de risques, depuis le jeune et son développement personnel, en passant par la famille, l'école, jusqu'aux mesures plus globales au niveau de la société et des réglementations. Des programmes à l'école comme Unplugged ou au niveau national comme celui développé en Islande ont fait leur preuve.

À plus petite échelle, des actions sont possibles dans la sphère familiale et l'environnement proche en améliorant la communication et en apportant aux jeunes des informations

simples et illustrées, notamment sur la vulnérabilité de leur cerveau et les risques à court et moyen termes. Des actions doivent aussi être menées pour réduire l'exposition des jeunes aux produits qui, comme le démontrent plusieurs études, est un facteur significatif sur la consommation d'alcool chez les jeunes (Expertises collectives INSERM : Conduites addictives chez les adolescents, 2014; Réduction des dommages associés à l'alcool, 2021). Des projets sont en cours pour faire respecter les législations en termes d'interdiction de vente de tabac et d'alcool aux mineurs ainsi que pour lutter contre la publicité sur ces produits dans l'espace public et aux abords des écoles.

Voici les **10 recommandations** en matière de prévention de la MILDECA dans son dossier Les jeunes Addictions Prévention de 2022, ainsi que quelques ressources. Retrouvez les sources et les programmes complets sur le complément numérique.

MILDECA 2024  
Appel Projet protection des jeunes au trafic

**10** Protéger les jeunes du trafic



**1** Adapter son programme et ses objectifs aux niveaux et modes de consommation

**9** Promouvoir et communiquer sur les dispositifs d'écoute, d'accueil et d'accompagnement pour les jeunes

Comprendre, se faire aider  
Dans les ressources numériques



Grille ASPIRE : aide à la sélection de projets | OFDT

**2** Utiliser des outils méthodologiques reconnus pour mettre en place les projets (ex : grille ASPIRE en France)



**8** Protéger les jeunes des risques en contexte festif

MOOC Festivals en transition  
Réduction des risques en milieu festif



### + d'INFOS

Retrouvez toutes les ressources illustrées ici dans notre complément numérique :  
<https://urlz.fr/uc42>



Colonne "Prévention" et autres

**3** Développer à l'école les capacités des jeunes à l'analyse, à la prise de décision, à la communication et à la gestion des émotions (Exemples de programmes transposés en France : GBG et Unplugged)

le programme unplugged - OTCRA  
Programme Good Behavior Game (GBG) ou le Jeu du comportement adapté



**7** Réduire l'exposition des jeunes aux produits et limiter leur accessibilité

Addictions France 2024 Dossier sur les dérives du marketing sur les réseaux sociaux  
addictions-france.org



**6** Sensibiliser les jeunes et le grand public sur la vulnérabilité du cerveau de l'adolescent

MAAD, des vidéos pour mieux comprendre  
maad-digital.fr

ÇA GRANDI COMMENT UN CERVEAU ?



**5** Renforcer les compétences familiales

Sa première cuite  
Manuel de prévention positive autour de l'alcool



Co-venture - Évaluation à long terme d'un programme de prévention de l'abus d'alcool et de drogues chez les adolescents



# DOSSIER SPÉCIAL

## LES JEUNES ET LES ADDICTIONS :

## DOSSIER

### COMMENT REPÉRER, ACCOMPAGNER, PARLER AUX JEUNES

#### La prévention, c'est l'affaire des parents, des grands-parents, et de tous les adultes au contact de jeunes.

Notre ancienne chargée de projets, Guylaine Benech, a quitté la CAMERUP pour se consacrer à temps plein à son activité d'indépendante. Elle vient de publier un livre, intitulé *Sa première cuite. Manuel de prévention positive autour de l'alcool*. Elle partage avec nous cinq conseils pour agir au mieux en prévention, quand on est parent ou grand-parent.

#### 1. Faites-en sorte de rester curieux et d'apprendre un peu chaque jour :

Comme le montre ce dossier spécial, le monde change à toute vitesse. Il peut arriver, quand on est parent ou grand-parent, de se sentir dépassé et impuissant. Mais soyez rassuré. Il est tout à fait possible de se tenir au courant grâce à des lectures, des conférences, en surfant sur le net ou en sollicitant votre association. Plus vous vous renseignerez sur les conduites addictives, plus vous serez outillé pour parler avec votre jeune. Attention à bien choisir vos sources, pour éviter la désinformation. Bref, ne cessez jamais d'apprendre et parlez avec votre jeune de ce que vous découvrez.

#### 2. Commencez tôt à parler des substances :

À partir de quel âge dois-je commencer à parler d'alcool, ou des autres drogues, à mon enfant ? Cette question m'est souvent posée. Ma réponse est la suivante : le plus tôt possible. Des études montrent en effet que les informations acquises dans l'enfance déterminent en grande partie le rapport d'un individu aux addictions plus tard dans sa vie. Plus vous commencez tôt, mieux c'est. Mais bien entendu, il faudra veiller à vous adapter à l'âge et au niveau de maturité de votre enfant. Vos messages évolueront avec lui. Ils se feront de plus en plus précis au fil des années.

#### 3. Adoptez une posture équilibrée :

Si vous avez-vous-même connu l'addiction, le sujet est probablement sensible. Plus que tout, et cela est bien normal, vous souhaitez protéger votre enfant ou petit-enfant de ce fléau. S'il ne faut en aucun cas banaliser les produits, attention toutefois à ne pas être trop radical. L'idée est d'informer votre jeune des dangers, sans diaboliser pour autant l'alcool et les autres drogues, car vous risqueriez de ne pas être entendu.

#### 4. Mettez des mots sur votre histoire :

Certains adultes préfèrent éviter de parler de leur vécu, par peur d'inquiéter

leur enfant, par pudeur ou par honte. C'est bien compréhensif. Mais nos enfants ont des antennes. Un « secret de famille » est souvent plus douloureux qu'une vérité expliquée. En parlant à cœur ouvert de votre histoire, vous rendez service à votre jeune. Vous lui donnez des clés pour comprendre sa propre histoire. Si vous ne savez pas comment vous y prendre, n'hésitez pas à demander conseil aux membres de votre association ou à contacter une ligne d'écoute.

#### 5. N'ayez pas peur de poser l'interdit :

J'entends souvent dire qu'avec un jeune interdire ne sert à rien et serait même contreproductif. C'est une idée reçue. La recherche scientifique montre que les adolescents qui ont des parents qui leur interdisent de consommer de l'alcool, du tabac ou d'autres drogues, sont moins à risque que les autres de développer une addiction au cours de leur vie. Mais il va de soi que la manière de poser le cadre est très importante. Une éducation rigide est tout aussi contreproductive qu'une approche laxiste. L'idée est d'exprimer clairement vos attentes (vous désapprouvez la consommation d'alcool, de tabac ou de cannabis, et lui interdisez de le faire), mais vous prenez le temps d'expliquer pourquoi et de répondre à ses questions. Les Anglo-Saxons utilisent une jolie expression pour décrire la posture la plus efficace : l'autorité-démocratique. Parce que ce qui protège votre jeune, c'est d'abord et avant tout la qualité de votre relation.



Elle nous en parlait depuis des années, et voici qui est fait : le livre sur lequel Guylaine travaillait depuis 7 ans a enfin vu le jour. Son titre : *Sa première cuite. Manuel de prévention positive autour de l'alcool*. Ce livre réunit toutes les informations que les parents, les grands-parents et les adultes doivent connaître à propos de l'alcool et du rapport que les jeunes d'aujourd'hui entretiennent avec ce produit. Il réunit mille et un conseils concrets pour parler avec les jeunes, adopter une juste posture et faire de la prévention efficace de la petite enfance à l'âge adulte. « Mon livre doit beaucoup aux bénévoles de l'entraide, et à tout ce que j'ai appris au contact de vos associations, nous a confié Guylaine. C'est un peu pour vous toutes et tous que je l'ai écrit, parce que j'avais envie de répondre à vos questions, mais aussi pour vous remercier pour votre engagement. En ces temps troublés, ça fait du bien de savoir qu'il existe d'un bout à l'autre du pays des personnes animées par de belles valeurs. Tous ensemble on constitue une grande force, un élan dont la société a tant besoin pour trouver du sens et protéger les jeunes des conduites addictives. »



Guylaine Benech  
*Sa première cuite - Manuel de prévention positive autour de l'alcool*  
Publishroom Factory

Si vous souhaitez faire un achat groupé du livre, à un tarif préférentiel, un bon de commande est disponible sur le Mur de la CAMERUP.





# TENDANCES ET RESSOURCES (suite)

## DES OUTILS POUR AIDER, ACCOMPAGNER ET SENSIBILISER LES JEUNES AUTOUR DE VOUS

### • Le dossier numérique et ses ressources

Auxquelles vous pouvez accéder grâce à l'URL ou au QR code :

**+ d'INFOS**

<https://urlz.fr/uc42>



N'hésitez pas à consulter ces ressources avec les jeunes de votre entourage pour pouvoir échanger

Retrouvez toutes les ressources citées dans ce magazine dans les rubriques suivantes

#### Nouvelles tendances

Les produits, les comportements

#### Etudes / publications

#### Les jeunes parlent

Témoignages, lexiques

#### Lire Voir Écouter

Les livres, les spectacles, les publicités, des séries pour comprendre et sensibiliser

#### Comprendre, se faire aider

Les ressources pour comprendre, les adresses où orienter les jeunes

#### La prévention

Des programmes, des idées pour la sensibilisation

### • Comment puis-je trouver de l'information pour aider les jeunes dans nos associations ?

Il existe des sites de référence qui regroupent un ensemble d'informations pour comprendre, sensibiliser et intervenir auprès des jeunes et notamment Tabac Info service, Mois sans tabac, Alcool Info service, Drogues Info service, Joueurs Info service, Addict'AIDE. Consultez également le complément numérique, *rubrique Comprendre / Se faire aider*.

### • Où orienter un jeune s'il veut parler de ses problèmes de consommation et d'addiction ?

- Les sites internet peuvent permettre d'orienter un jeune dans leur recherche d'informations.
- Drogues-info-service permet d'aborder l'ensemble des problématiques addictives (site / numéro vert : 0800 23 13 13).
- Fil santé jeunes : site dédié aux jeunes et à leur santé avec des témoignages, forums,

chats, infos thématiques ...

- Les lieux d'accueil spécifiques peuvent permettre une première prise en charge : Infirmerie scolaire / médecine scolaire / ou dans des lieux spécialisés dans l'accueil des jeunes (Maisons des adolescents et Points accueil écoute jeunes). Les Consultations Jeunes Consommateurs

(CJC) : animées par des professionnels des addictions et de l'adolescence, elles accueillent gratuitement les jeunes de 12 à 25 ans ou leurs parents.

- Les CSAPA, les CAARUD ou le SAMU (15) pour les urgences médicales graves. Consultez également le complément numérique, *rubrique Comprendre / Se faire aider*.

### • Comment sensibiliser les jeunes aux risques liés aux addictions ?

Il faut surtout s'adapter à l'âge du jeune, lui demander d'expliquer ce qu'il connaît du sujet, s'il a déjà consommé, ce qu'il a vécu et envie de dire sur lui, son entourage, ses amis, sa famille, et en fonction de son récit se servir des ressources à disposition : s'appuyer, par exemple, sur l'explication des risques sur la santé, la vulnérabilité du cerveau, les risques d'accident et de violence...

Vous trouverez dans nos rubriques numériques des outils ludiques et appropriés pour vous aider :

- Des témoignages de jeunes sur leur parcours, des explications données aux jeunes par les jeunes sont souvent plus facilement acceptées : vous pouvez utiliser les vidéos d'Angélique dont les explications scientifiques sont vulgarisées et illustrées par son propre parcours sur son site « Livre de vie ». *Rubrique Les jeunes parlent*
- Des expériences de jeunes qui se sont lancés dans des défis pour se sortir des

addictions peuvent inspirer d'autres jeunes: Mathieu et son Nouveau souffle, Inoxtag dans Kaizen. *Rubrique Les jeunes parlent*.  
• Des vidéos pédagogiques et ludiques permettent d'aborder le sujet au travers de thématiques comme sur le site [www.maad-digital.fr](http://www.maad-digital.fr).

*Rubrique Comprendre / Se faire aider*.

- Les publicités canadiennes décalées peuvent permettre de sensibiliser par l'humour. *Rubrique Voir Lire Écouter*.
- Le jeu permet également de rentrer en contact avec les jeunes comme par exemple

le jeu INFO / INTOX téléchargeable ici : Jeu prévention Drogue - Info Intox | Crips Île-de-France ou des quiz qui peuvent être organisés avec des groupes : [www.maad-digital.fr/node/988/take](http://www.maad-digital.fr/node/988/take). *Rubrique La prévention*



# VOUS ÊTES Formidables !



## VOUS ÊTES FORMIDABLES !

Dans ces pages vous trouverez un focus particulier sur nos bénévoles et leurs histoires vibrantes : des témoignages des « juniors » de nos groupes, qui nous racontent leur descente aux enfers et leur nouveau chemin de vie étonnant depuis leur rétablissement, ainsi que des interviews de bénévoles qui mènent des actions en faveur des jeunes et leur vision de ces générations.

### MICHEL, 69 ans

Addictions  
Alcool Vie Libre

Michel Barré a toujours travaillé auprès des jeunes. Éducateur auprès de jeunes en grande difficulté, après une carrière sociale, il monte un centre de réinsertion dans le domaine agricole et prend en charge la direction d'une communauté EMMAÛS.

Il vit aujourd'hui près de Saumur et a rejoint l'association Addictions Alcool Vie Libre après sa cure et souhaite à son tour aider les autres dans leur rétablissement, mais surtout intervenir dans la prévention. Comment parler aux jeunes sans être moralisateur ? En 2016 il a trouvé une réponse à cette question en montant un projet incroyable avec Unis-Cité à Saumur, qui accueille chaque année des jeunes en service civique. « Je me rendais compte que la parole avait du mal à se libérer lors des interventions classiques auprès des jeunes, si on amène du jeu, ils ont une approche différente. »

Le principe ? Un Escape Game est monté chaque année avec une équipe de jeunes en service civique et en collaboration avec des bénévoles de Addictions Alcool Vie Libre. Le jeu est centré autour de la problématique des addictions : « Vous êtes dans la chambre d'un jeune, vous devez découvrir ce qu'il consomme, comment il le vit, quelles sont les solutions pour l'aider à résoudre ses problèmes. » C'est l'occasion de former les jeunes du service civique aux addictions, avec l'aide des bénévoles et en collaboration avec Addictions France. Le jeu est ensuite déployé au collège (à partir de la 3<sup>e</sup>), dans les lycées, les établissements supérieurs et les missions locales au cours d'une



intervention conjointe entre les bénévoles de Vie Libre et les jeunes du service civique. Une sensibilisation a également lieu à travers d'outils ludiques comme des quiz, des jeux, des mises en situation, pour aborder leurs consommations, les idées reçues, les conséquences à long terme sur leur organisme.

La vision de Michel sur la consommation et les habitudes des jeunes qu'il côtoie ? « Beaucoup de jeunes dans les structures comme les collèges et les lycées ne consomment pas d'alcool. Par contre ceux qui consomment, consomment beaucoup », « Ils sont bien souvent surpris, lorsqu'on analyse leur consommation, par les quantités ingérées par rapport aux repères et quand on aborde les risques associés. » Une superbe expérience de collaboration intergénérationnelle, qui est victime de son succès : 50 interventions cette année, 1200 jeunes concernés, Michel ne parvient pas à répondre à la demande ! Et comment cette expérience est accueillie par les jeunes ? « Hier, on devait finir notre Escape Game à 16 h 30, on était encore là à 18 h à échanger avec les jeunes ! » Bravo Michel ! Il faut parfois trouver des moyens astucieux pour communiquer avec les jeunes, une preuve que par le biais du jeu, ça marche ! Prochaine étape, évaluer les effets et envisager un déploiement dans nos associations.



### LOUIS, 36 ans

La Croix Bleue

« Bon vivant : personne qui profite des choses vraies de la vie, celles qui ont de la valeur, et non des plaisirs factices induits par l'alcool ou les autres addictions. » C'est dorénavant la définition qu'emploie Louis pour

décrire sa vie, celle qu'il s'est construit depuis qu'il a croisé la route de la Croix Bleue. À 36 ans, Louis trouve son adrénaline dans le sport, surtout sur les rings de boxe, boxe qu'il a démarrée il y a quelques années, et sa sérénité en lisant Baudelaire ou grâce à la méditation. Les soirées festives avec ses amis font toujours partie de son programme du week-end, et il reconnaît un avantage incontestable à sa situation : « À 4 heures du matin,





je suis encore en pleine forme alors que certains de mes amis ont du mal à suivre et je m’amuse tout autant, voire plus!»



Louis ne boit plus depuis 5 ans et s’est d’ailleurs aussi libéré, par la même occasion, d’autres addictions comme le tabac, les écrans, le sucre et la caféine. L’alcool s’est insinué progressivement dans sa vie, d’abord de façon festive pendant ses études, puis en l’aidant à se sociabiliser durant sa vie professionnelle. Cela est devenu problématique en à peine un an à son retour en France. Comme souvent l’addiction se crée à un moment où les difficultés s’accumulent : isolement suite à un déménagement, réflexions sur son projet professionnel, ennui pendant la période Covid. L’alcool était devenu le remède sournois pour lutter contre l’ennui, l’anxiété, le stress ou pour atténuer une trop grande sensibilité parfois. En 2020, Louis décide de demander de l’aide après le constat que non seulement l’alcool ne calme plus son stress, mais que pire encore, il génère au contraire des crises d’angoisse suite à une ivresse. Il décide de se soigner. Pas de cure, mais du sport, un suivi avec une psychologue et des visites régulières au groupe de parole de la Croix Bleue d’Oullins, ce qui sera décisif pour lui. Il trouve auprès des bénévoles de la bienveillance, des histoires inspirantes, des astuces et des conseils pratiques.

Dans ce groupe où les échanges se font sans complexes, son sentiment de honte fait place à la fierté de s’être battu. «Souvent, à l’extérieur, les personnes ne comprennent pas ce que vous avez vécu...» Il s’est construit sa «boîte à outils» en cas de besoin, en fonction des moments heureux ou difficiles de sa vie : du sport bien sûr, des passions enrichissantes, un travail stimulant, une hygiène de vie, de la cohérence cardiaque, la méditation, ses proches, et bien sûr ses réunions à la Croix Bleue. Il est le junior du groupe, aucun problème pour lui. Il admire les personnes qui l’entourent, leur résilience, leur bienveillance.

À ceux qui lui demandent pourquoi il ne boit pas, il répond qu’il en avait marre de boire et que c’est incompatible avec sa vie sportive. «Je dis simplement que j’ai fait le tour de la chose, et que cela ne m’amuse plus, les gens sont surpris mais comprennent.» L’idée

d’une vie abstinent ne l’inquiète pas : «Arrêter l’alcool, c’est l’une rares choses à faire qui n’entraîne que des choses positives!» Au contraire, ses nouveaux «super pouvoirs» lui ont permis d’accéder à de nouvelles responsabilités et de s’épanouir encore plus qu’avant sur le plan professionnel. Louis est fièrement intervenu lors de l’anniversaire des 140 ans de l’association : «Ce qui m’a plu, c’est d’être parmi des gens qui se battent comme moi : discipline, courage, volonté, entraide... Des survivants de vies très difficiles, vivre cela m’a endurci, les plus belles histoires sont les plus difficiles, à vaincre sans péril on triomphe sans gloire.» «Finalement comme la boxe, la Croix Bleue est un art martial contre les addictions : il y a un adversaire à combattre, des règles, quelque chose de fort à gagner, il faut faire des efforts, il faut du courage. Mais ça vaut la peine de se libérer!»

## JUSTINE, 23 ans

Fédération Nationale Joie et Santé



À 23 ans, Justine profite pleinement de sa vie d’étudiante lyonnaise. Elle aime se balader avec ses amis, se retrouver autour d’un jeu de société ou déguster un cocktail sans alcool en terrasse : «un bon moment entre amis, ce n’est pas synonyme d’alcool». L’alcool, il lui arrive d’en consommer, mais elle reste très vigilante et s’arrête dès qu’il y a le moindre risque de perte de contrôle, même léger, car elle garde à l’esprit l’histoire de son papa, Jérôme, qui a été confronté à un problème d’addiction. Elle était la plus grande d’une fratrie de 4 enfants et n’avait que 10 ans lorsque Jérôme a posé le verre. Des souvenirs, elle en a, un peu enfouis, peut-être volontairement : de la joie en allant remplir le verre de son père au cubi, de l’inquiétude lorsque qu’elle reste à la fenêtre un soir de neige et que sa mère part chercher son père au bar, et puis de la peur, quand l’alcool aidant, Jérôme devenait plus autoritaire, même s’il n’y a jamais eu de violence ce sentiment reste ancré encore aujourd’hui. «J’ai eu peur pendant

Suite page 24 ►





# VOUS ÊTES Formidables! (suite)



## VOUS ÊTES FORMIDABLES! (suite)

### Suite de la page 23

très longtemps de mon père, qu'il me gronde. Je cherchais beaucoup de sa reconnaissance. J'attendais qu'il soit plus calme pour parler. J'ai gardé des automatismes.»

En 2011, lorsque Jérôme prend conscience de son addiction : «il fallait que ça s'arrête». Décidé et conscient des conséquences sur sa vie et celle de ses proches, il pose le verre. Il ne replongera jamais. Son rétablissement se met en place rapidement avec l'aide d'un addictologue et bien sûr de l'association FNJS. Ses outils : de la prudence, pas d'alcool cuit, des boissons sans alcool bien choisies, des rendez-vous avec sa psychologue, le soutien des bénévoles FNJS avec lesquels il participe aux réunions deux fois par mois. Justine se souvient des week-ends festifs organisés par l'association : «C'était comme une grande fête de famille!»



Depuis que Jérôme est abstinente, sa vie a changé. Il s'est investi dans la vie de ses enfants, leur accompagnement, leur suivi médical, ainsi que dans la vie sportive : il est assidu à la salle de sport et dans son club de tennis. Et enfin, il s'est impliqué dans la vie de l'association, dont il a pris le poste de trésorier, et a multiplié les interventions dans les établissements scolaires. Il a un projet de formation dans les métiers du bois pour concevoir et vendre ses créations. Ce que Justine voit autour d'elle auprès des jeunes de sa génération ? «Beaucoup de jeunes de ma génération ne boivent pas ou peu. C'est une tendance, il faut paraître healthy et, puis, il y a la crainte d'avoir une vidéo de toi en état d'ivresse publiée sur les réseaux et qui risquerait de tomber entre les mains de tes amis, de tes employeurs ou de la fac.» Son message est le suivant : «Il faut être prudent, il ne faut pas que l'alcool devienne une solution à ses problèmes. Si on commence à avoir un problème avec l'alcool, ce n'est pas grave, il ne faut

pas en avoir honte, il faut en parler, avant que cela ne devienne un cercle vicieux.» Ce qu'elle a vécu avec son père lui rappelle au quotidien les risques engendrés par l'alcool, mais les autres, ses propres enfants si elle en a, n'ayant pas son passif, n'auront pas conscience de ces risques : «Il faudrait plus de communication, plus de spots publicitaires sur les risques.» Justine est fière de son papa, de son combat, de la nouvelle vie qu'il a su construire pour lui, pour elle, pour sa famille, de l'impact positif qu'il a à tous les niveaux, et dans le message qu'elle lui adresse pour conclure, elle glisse un furtif «Je t'aime».

### PASCAL, 59 ans

#### Les Amis de la Santé

Pascal a toujours été en contact avec les jeunes, notamment pendant les années où il a dirigé une équipe de football avec toujours cette envie de «faire grandir les autres, partager, enseigner». Malheureusement, la troisième mi-temps n'étant pas un mythe, avec sa récente abstinence, il s'est éloigné de certains événements à risques. Aujourd'hui, c'est surtout sur les festivals qu'il trouve sa place pour sensibiliser les jeunes à la réduction des risques en milieu festifs. Il tient un stand avec d'autres bénévoles pour échanger avec les jeunes et leur proposer des alcootests avant de reprendre leur véhicule : jusqu'à 400 alcotests réalisés par jour! : «C'est le point positif, les jeunes font attention aux risques d'accidents et c'est aussi un peu lié à la peur du contrôle par la police!» Malheureusement côté risques à long termes, la prise de conscience est moins évidente : «Ils n'ont pas conscience qu'ils se détruisent au niveau physique et mental.» Pascal témoigne souvent sur les risques engendrés par l'alcool et aussi sur les bénéfices obtenus depuis qu'il est abstinente : «Quand on boit, on passe à côté de beaucoup de choses, ce que j'ai retrouvé avec la sobriété ? Ma Liberté, celle de prendre le volant quand je veux, d'être en bonne santé, de vivre des expériences enrichissantes.» Depuis qu'il a rencontré Les Amis de la Santé en 2021, il s'est effectivement investi dans des activités de





prévention sur les festivals, des visites dans des centres de cure et a rejoint le conseil d'administration.

Son constat sur les jeunes et leur relation avec l'alcool : «La consommation des jeunes est devenue une recherche d'effets violents, une alcoolisation rapide, consciente, une mode, une façon de vivre.» Les polyaddictions ont également tendance à se développer avec une volonté manifeste d'augmenter encore l'effet des produits : «La société a également sa part de responsabilité, quand on voit les publicités et les traditions ou les soirées sponsorisées par des marques d'alcool.» Pascal souhaite continuer à s'investir auprès des jeunes, notamment en milieu festif, car il est convaincu que ces environnements sont propices à la mise en place d'habitudes de consommation. Il voudrait faire comprendre aux jeunes les conséquences sociales de l'alcoolisation et les risques à long terme sur la santé, mais aussi sur son libre arbitre.

## MATTHIAS, 25 ans

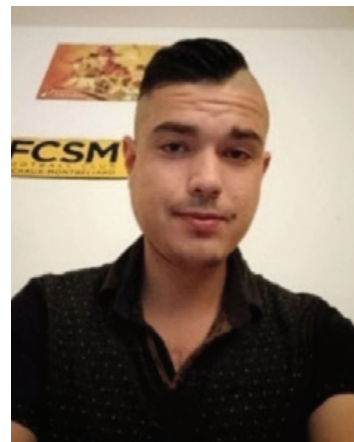
La Croix Bleue

Matthias n'a que 25 ans, pourtant il a déjà entamé «sa renaissance» dans le Jura, où il vient de s'installer. Il avait besoin de prendre de la distance avec son village natal dans le Doubs et de commencer une nouvelle vie sur des bases solides. La descente aux enfers, il l'a déjà connue avec une dégringolade vertigineuse, comme cela arrive souvent avec l'alcool. Alors qu'il prépare son master en histoire, sa consommation devient incontrôlable avec des conséquences à tous les niveaux de sa vie : arrêt des études, delirium tremens, accident de voiture, blessure d'un ami, suppression de permis, inquiétude et méfiance de ses parents et de ses amis...

Pourtant l'alcool n'était pas préjudiciable au début : «On boit pour s'amuser, pour faire comme les grands, et puis ça fait partie des mœurs en France. Que ce soit en famille ou pen-

dant les fêtes de village, on ne fait pas preuve de méfiance au début. Même une première cuite à 13 ans passe inaperçue.» L'alcool devient son compagnon de route pendant ses études et lui permet de calmer ses tocs et son stress. À 19 ans, Matthias commence à boire seul et prend conscience de l'ampleur de son addiction. Son parcours de soin a été long, plusieurs cures et hospitalisations, mais peu efficaces, car il est dans le déni. Sa dernière cure, dans le Jura, sera providentielle, car pour celle-là, Matthias s'est pleinement engagé dans le parcours de rétablissement. Après sa cure, il rencontre La Croix Bleue et ses bénévoles, qui vont l'accompagner et lui prodiguer de précieux conseils complémentaires par rapport aux approches qu'il a pu connaître en cure. La parole des anciens abstinents est précieuse, très pragmatique : «Il ne faut jamais avoir d'excès de confiance. Il faut toujours se méfier, faire attention.» Ces conseils des «sages», il les a bien en tête!

Prédisposition à la consommation ? biologique ? héréditaire ? Il ne sait pas vraiment comment il est tombé dedans. Nous ne sommes pas tous égaux face à l'alcool, d'où le conseil de Matthias aux jeunes : «Faire attention! Malheureusement, on aime tester les limites, mais il faut connaître les siennes.» et aussi



«S'entourer de personnes de confiance, écouter ce qu'elles te disent. Le premier à te dire que tu as un problème avec l'alcool, surtout si c'est ton meilleur ami, écoute-le!» Et comment accepter à 25 ans l'idée d'une vie dans l'abstinence ? : «Facilement en fait, quand on sait que l'on joue avec sa vie et celle des autres.»

**Merci à vous, Michel, Louis, Justine, Pascal, Matthias, d'avoir partagé votre histoire, vos messages et vos conseils, je suis sûre qu'ils inspireront d'autres personnes – ces échanges avec vous, ont définitivement été mes moments préférés dans la préparation de cette édition!**





## The Outrun

De Nora Fingscheidt avec Saoirse Ronan, 1h58, Drame, 2024

Approchant la trentaine, Rona mène une vie trépidante dans les nuits animées de Londres. Étudiante établie dans la capitale britannique, elle fréquente assidûment les lieux de fête, prenant des risques avec sa santé, son corps et sa réputation. Après avoir été abandonnée par son partenaire, fatigué de rentrer de ses débauches nocturnes répétées,

elle décide de faire une pause et de retourner chez ses parents aux Orcades, une île au nord de l'Écosse. Loin de tout. La solitude, la nature sauvage, le bruit assourdissant des vagues et la possible présence des phoques pourraient l'aider à retrouver une nouvelle manière de vivre et sa paix intérieure.

## Nouveau souffle

De Pierrick Suu avec Mathieu Thullier, *Entraid'Addict*, documentaire, 52 minutes, 2024

Entraid'Addict a accompagné Mathieu, 22 ans, dans un projet d'Ironman qu'il a entrepris pour se lancer un défi et parler aux autres jeunes des risques liés aux addictions. Plongez dans son histoire captivante et sa quête de sens et de renouveau.

Le documentaire Nouveau souffle, d'une durée de 52 minutes, suit son parcours alors qu'il se lance le défi audacieux de participer à l'édition 2023 de l'Ironman de Vichy. À travers son histoire, le documentaire soulève des questions profondes sur la santé mentale des jeunes, confrontés à des comportements addictifs banalisés, voire valorisés.



## Cramés - Les enfants du Monstre

Philippe Pujol, Julliard, 2024, 224 pages

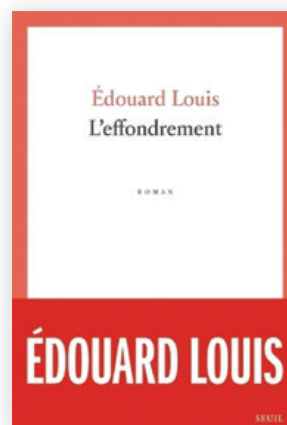
Philippe Pujol dépeint la réalité dure des adolescents des quartiers défavorisés dans son livre Cramés. Ils sont poussés vers la prostitution et le trafic de drogue dès l'âge de 13 ans. Les éducateurs luttent contre ce fléau, mais les autorités ne semblent pas s'en soucier. La situation est grave.



## L'Effondrement

Édouard Louis, Seuil, 2024 Roman, 240 pages

Le frère d'Édouard Louis est mort à 38 ans d'alcoolisme. C'est ce cercle vicieux, transmis de génération en génération de manière inéluctable, auquel il s'attaque dans son roman. Il y dépeint l'alcoolisme comme un mode de vie plutôt qu'une maladie et invite à briser ce schéma destructeur, à crier haut et fort que la guérison est possible.

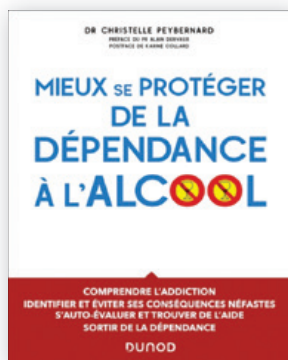


## Mieux se protéger de la dépendance à l'alcool

Christelle Peybernard, Dunod, 2025, 162 pages

Un ouvrage incontournable pour tous les responsables d'associations d'entraide aux personnes en difficulté avec l'alcool et à leur entourage. Oserais-je dire... une véritable Bible ?

Il offre des explications claires sur cette maladie, abordant aussi bien les aspects physiques, mentaux que sanitaires. Quant à la prévention, elle ne doit pas s'appuyer sur les idées reçues - et en matière d'alcool, elles sont nombreuses !



## + d'INFOS

<https://urlz.fr/udvZ>  
Rubrique Lire voir écouter





# NOUS Y ÉTIIONS

Tout au long de l'année, des représentant.e.s de la CAMERUP participent à certains temps forts de l'addictologie. Dans cette rubrique, ils vous proposent une petite synthèse de ces événements. N'hésitez pas, vous aussi, à nous écrire pour nous parler d'une manifestation à laquelle vous avez participé. Nous serons heureux de publier votre texte.



## 10<sup>e</sup> anniversaire du fonds Addict'AIDE, créé par le professeur Michel Reynaud

Au cœur de notre histoire, l'humain et l'envie d'œuvrer au changement



Voici presque 10 ans que le fonds Addict'AIDE, outil d'intérêt général, est porté par la même raison d'être fondamentale :

réunir dans une dynamique complémentaire, patients, familles, professionnels, mais aussi scientifiques et associations, afin de participer ensemble à prévenir les addictions en France, à en réduire les risques comme les dommages liés.

C'est en 2014 que Michel Reynaud, psychiatre et addictologue français de renom, professeur des universités et praticien hospitalier, qui a œuvré au cours de sa carrière universitaire à structurer l'addictologie comme une discipline en France, fonde le fonds Addict'AIDE.

En 2016, il crée également deux portails complémentaires et spécifiques dans leurs approches et leurs vocations : Addict'AIDE- Le village des addictions et Addict'AIDE Pro.

Toute l'information de cet événement sur le portail : [www.addictaide.fr/en-2024-addictaide-celebre-10-ans-dengagement-sans-faille-pour-la-prevention-et-la-lutte-contre-les-addictions](http://www.addictaide.fr/en-2024-addictaide-celebre-10-ans-dengagement-sans-faille-pour-la-prevention-et-la-lutte-contre-les-addictions)

## Conférence Addictions France : Marketing de l'alcool, influence et réseaux sociaux



À l'occasion de la publication de son rapport Promotion de l'alcool : les réseaux sociaux, un nouveau Far West, Addictions France a organisé une conférence le jeudi 26 septembre 2024 à la Maison de la Chimie. L'occasion de partager des résultats très préoccupants sur l'exposition des jeunes au marketing de l'alcool sur les réseaux sociaux et d'initier le dialogue en présence de l'ancien ministre Claude Évin, de la sénatrice Marion Canalès et des députés Arthur Delaporte et Cyrille Isaac-Sibille.

Retrouvez toutes les informations sur le site de l'association Addictions France :

<https://addictions-france.org/actualites/promotion-de-lalcool-les-derives-du-marketing-sur-les-reseaux-sociaux-10718/>



# NOUS Y ÉTIONS (suite)



## 9<sup>e</sup> journée RESALCOG

L'équipe de la CAMERUP, membre du réseau RESALCOG (Association pour le développement d'un réseau de soins centré sur les troubles cognitifs liés à l'alcool), a participé à la 9<sup>e</sup> journée, le 13 décembre 2024. Elle était accompagnée des membres des associations locales de la CAMERUP.

◀ Après le discours d'accueil du docteur Frank Questel, président de RESALCOG, nous avons pu assister en matinée à des exposés sur la recherche concernant la problématique des troubles cognitifs sévères liés à l'alcool.

Dans la continuité de la matinée, l'après-midi a été consacrée aux actions de terrain des différentes composantes de RESALCOG.

Merci à l'ensemble de l'équipe de RESALCOG pour l'organisation de cette journée, fort intéressante dans la connaissance des troubles sévères engendrés par l'alcool.

Vous pouvez retrouver l'ensemble des exposés sur le site du RESALCOG : <https://resalcog.fr/9eme-journee-2024>

## Défi de Janvier 2025

La CAMERUP et ses 5 associations ont rejoint le comité du Défi de Janvier et se sont associées aux différentes communications, publications et tribunes ainsi qu'aux manifestations.



## Dates à retenir

**JSFA 2025**  
26 > 27 mars 2025  
Paris | Ministère de la Santé Hybride

**ALCOOL, TABAC : Prévenir les usages Réduire les dommages**

### 26- 27 Mars 2025 Journées de la Société Française d'Alcoologie

ALCOOL, TABAC : Prévenir les usages - Réduire les dommages  
Paris | Ministère de la santé et de l'accès aux soins <https://jsfa.fr>

### 29 avril à AMIENS • 13 mai à FORBACH Comment parler d'alcool avec mon ado ?

Conférences organisées par la CAMERUP et animées par Guylaine Benech  
<https://padlet.com/contactcamerup/le-mur-de-la-camerup-rvh8ivsdiydpdhu>

**Comment parler d'alcool avec mon ado ?**

Une conférence participative, conviviale et ludique, animée par la sociologue Guylaine Benech, dans le cadre du programme "C'est ma tournée !"

10 Juin, 11 Juin et 12 Juin 2025 au NOVOTEL TOUR EIFFEL - PARIS - FRANCE

**Congrès International d'Addictologie de l'ALBATROS**  
Addictions & Environnement : On a changé de climat !

### 10 au 12 Juin 2025 Congrès International d'Addictologie de l'ALBATROS

Addictions & Environnement : On a changé de climat !  
Paris | Novotel tour eiffel <https://congresalbatros.org>





# FAITES-NOUS RÊVER

Dans chaque numéro, un bénévole du réseau CAMERUP nous parle d'un endroit qu'il aime particulièrement. Ce mois-ci,

## ÉRIC NOUS FAIT RÊVER EN NOUS PARLANT DE LA CITÉ CÉNOMANE, PLUS COMMUNÉMENT APPELÉE LE MANS!



Le Mans ne se réduit pas à sa célèbre course. Labellisée Ville d'art et d'histoire, elle présente un centre historique bien conservé, des espaces verts et des musées.



La première chose à faire au Mans, si vous êtes amateurs de voitures et/ou de courses automobiles, c'est de visiter le mythique circuit des 24 Heures du Mans qui a fait la renommée de la ville au niveau international. Il est utilisé depuis 1923 pour la mythique épreuve d'endurance où trois pilotes se relaient jour et nuit pour

réaliser la meilleure performance. Il est possible de le visiter, le parcours passe par 9 points incontournables, comme la passerelle Dunlop et le village.

Attendant au circuit, le musée retrace l'histoire de cette course qui fêtera ses 100 ans l'année prochaine. Des voitures aux pilotes qui ont fait sa légende, on plonge dans l'histoire des 24 Heures du Mans en suivant un parcours ludique, pensé aussi bien pour les fans de courses automobiles que pour les néophytes. C'est une visite qui plaira aussi beaucoup aux enfants!



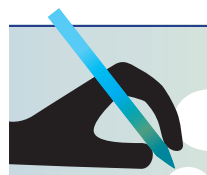
La Cité Plantagenêt correspond au centre historique de la ville. Il est très agréable de s'y balader : ruelles pavées, maisons à pans de bois, petites cours cachées, musées et hôtels Renaissance... La vieille ville a vraiment un charme fou!

La cathédrale Saint-Julien est l'un des monuments incontournables à visiter au Mans. C'est même le monument le plus visité de la Sarthe. Il faut dire que c'est l'une des plus grandes cathédrales de France! Son style architectural peut surprendre un peu, puisqu'elle est le résultat d'un mélange de styles gothiques et romans. Ne manquez pas la chapelle des anges musiciens, connue pour la peinture qui orne son plafond voûté.



L'abbaye royale de l'Épau est une autre visite incontournable à faire au Mans! Il s'agit d'une très belle abbaye cistercienne du XIIIe siècle remarquablement restaurée. On peut visiter son cloître, son église, le dortoir des moines, la salle du chapitre et son jardin cultivé en permaculture.

Et enfin, allez déambuler à l'Arche de la Nature pour y découvrir tous ses secrets.



**Vous aussi faites-nous rêver** en nous écrivant pour nous parler des lieux que vous aimez ou des passions qui vous animent, et que vous aimeriez faire découvrir aux lecteurs du magazine! Pour cela, vous pouvez envoyer un texte d'une page environ à l'adresse suivante : CAMERUP, 10 rue des Messageries, 75010 Paris - [projets@camerup.fr](mailto:projets@camerup.fr)








# CONTACTS DE LA CAMERUP




## CONTACTER L'ÉQUIPE DE LA CAMERUP

 Gérard LUSTIG (67)  
**Entraid'addict**  
vice-president@entraidaddict.fr  
06 75 86 11 40

 Marc MARGELIDON (03)  
**Croix Bleue**  
margelidon.marc@wanadoo.fr  
06 71 70 84 17

 Philippe SAYER (22)  
**Les Amis de la Santé**  
presidence@camerup.fr  
06 81 56 81 87

 Marie CONSTANCIAS (69)  
**Croix Bleue**  
croixbleueconstancias@gmail.com  
06 21 88 44 72

 Jean Robert MILLE (80)  
**Entraid'addict**  
presidence@entraidaddict.fr  
06 10 14 95 09

 Jean-Claude TOMCZAK (57)  
**Les Amis de la Santé**  
jctomczak@fibregglo.fr  
06 11 75 51 46

 Gérard FAUCONNIER (50)  
**Addictions Alcool Vie Libre**  
ggf@neuf.fr  
06-83-89-76-73

 Daniel MORLET (03)  
**Alcool Ecoute Joie et Santé**  
morlet-dan@wanadoo.fr  
06 50 76 42 98

 Jean-Gilles VINCENT (74)  
**Alcool Ecoute Joie et Santé**  
alcoolecoutefin@yahoo.fr  
06 26 60 08 27

 Daniel SALVI (60)  
**Addictions Alcool Vie Libre**  
danielsalvi@free.fr  
06 13 52 19 86

 Robert PELLOUX (38)  
**Les Amis de la Santé**  
pelloux.robert@wanadoo.fr  
06 45 39 47 19

Estelle LABOURG (75)  
comptabilite@camerup.fr  
01 45 65 19 28

Sandrine UDOVICIC (35)  
direction@camerup.fr  
06 85 68 46 88



## SIÈGE de la CAMERUP

10 rue des Messageries  
75010 PARIS  
contact@camerup.fr  
01 45 65 19 28  
www.camerup.fr



# La CAMERUP

Addictions,  
parlons-en avec  
**La Croix Bleue**



Addictions  
alcool  
**Vie libre**

Fédération Nationale des  
**Amis de la Santé**



**entraid'**  
addict  
entraide - prévention - formation

**5 associations nationales** reconnues d'utilité publique

• 11 administrateurs • 2 salariées

**14 500 adhérents**

**184** associations  
départementales

**85** départements

**13** Régions

**555** lieux d'accueil

**Aide aux  
personnes  
en situation  
d'addiction et à  
leur entourage**

**Soutien  
Écoute**

**10 000** bénévoles  
**170 000** personnes  
accompagnées

Plaidoyer

Pairs

Entraide

Recherche

Partenariats

Newsletter

Accompagnement

Séminaires

Formation

Milieu  
carcéral

Soins

Entreprise

Alcoolisation  
fœtale

Séniors

Femmes

Entourage

Enfants

Jeunes

Malade