



ADDICTION | VALAIS  
SUCHT | WALLIS

# LA CONSOMMATION DE TABAC, D'ALCOOL ET DE CANNABIS CHEZ LES ÉCOLIERS VALAISANS EN 2010



ANNICK CLERC BÉROD

AVRIL 2012

En collaboration avec Promotion Santé Valais et l'Observatoire Valaisan de la Santé



## **Impressum**

© Addiction Valais, avril 2012

Reproduction partielle autorisée, sauf à des fins commerciales, si la source est mentionnée.

## **Rédaction et analyse des données**

Annick Clerc Béro, PhD – Addiction Valais

## **Collaboration**

Jean-Bernard Moix – Promotion Santé Valais

Dr Arnaud Chiolero – Observatoire Valaisan de la Santé

Jean-Daniel Barman – Addiction Valais

## **Remerciements**

Nous remercions Addiction Suisse pour la mise à disposition des données romandes et suisses.

Nous remercions le Dr Arnaud Chiolé, Monsieur Jean-Bernard Moix, Monsieur Jean-Daniel Barman et Monsieur Patrick Suard pour leurs précieux commentaires sur ce rapport et les précisions apportées sur les actions préventives menées en Valais.

## **Citation proposée**

La consommation de tabac, d'alcool et de cannabis chez les écoliers valaisans en 2010, Clerc Béro A, Addiction Valais, Sion, 2012.

## **Disponibilité**

Addiction Valais : [www.addiction-valais.ch](http://www.addiction-valais.ch)

Langue du texte original : Français

## Tables des matières

Résumé .....	4
Introduction .....	6
But du rapport .....	6
Consommation de tabac .....	6
Consommation d'alcool .....	7
Consommation de cannabis .....	11
Les principales actions préventives menées en Valais .....	12
Sources et informations complémentaires .....	16

## Résumé

L'adolescence est une période sensible, marquée par une transformation corporelle, psychique et sociale où la transgression et la prise de risques sont particulièrement fréquentes, telle la consommation de tabac, d'alcool et de drogues, à la fois quête de plaisir, expérimentation ou partage d'expériences dans un groupe.

La plupart des jeunes qui consomment n'arrivera pas nécessairement à une consommation problématique ou ne développera pas nécessairement de dépendance. Toutefois, plus un adolescent commence jeune à consommer du tabac, de l'alcool ou de la drogue, plus il court de risques d'éprouver des difficultés à un moment ou un autre. Il convient donc de surveiller le niveau de consommation des jeunes.

Le but de ce rapport est de décrire la prévalence de consommation de tabac, d'alcool et de cannabis chez les jeunes écoliers valaisans de 11 ans à 15 ans en 2010, sur la base des données de l'enquête quadriennale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Cette enquête européenne est menée en Suisse par Addiction Suisse sous l'égide de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et est financée par l'Office fédéral de la Santé Publique (OFSP) et les cantons. Depuis 1994, le canton du Valais participe à cette enquête et commande une récolte supplémentaire de données afin de pouvoir comparer les résultats cantonaux avec les résultats romands et les résultats nationaux. Le financement du sur-échantillonnage valaisan est assuré par Addiction Valais et Promotion Santé Valais.

Les principales actions préventives menées auprès des jeunes en Valais sont également décrites dans ce rapport.

## Situation de consommation

### *Consommation de tabac*

- En 2010, la grande majorité des écoliers valaisans de 11-15 ans interrogés (90%) indique ne pas fumer au moment de l'enquête, les filles en plus grande proportion que les garçons (91% contre 88%). En Suisse, la part observée est de 89% (garçons : 87% et filles : 90%) et en Suisse romande, elle s'élève à 89% (garçons : 87% et filles : 91%).
- Si entre 2002 et 2006, la consommation régulière de tabac (au moins une fois par semaine) avait nettement baissé en Valais pour concerner 5% des écoliers et 6% des écolières, elle a augmenté à 8% en 2010 chez les garçons valaisans (augmentation également observée chez les garçons romands et suisses).
- En 2010, à 15 ans, la part des fumeurs quotidiens est de 17% chez les garçons (Suisse : 13% et Suisse romande : 14%) et de 17% chez les filles (Suisse : 11% et Suisse romande : 11%).

### *Consommation d'alcool*

- En 2010, la part des écoliers valaisans de 11-15 ans déclarant de ne pas consommer d'alcool ou en consommer moins d'une fois par semaine s'élève à 85% chez les garçons (Suisse : 88% ; Suisse romande : 87%) et à 94% chez les filles (Suisse : 94% ; Suisse romande : 94%).
- 7% des jeunes garçons valaisans de 11-15 ans et 3% des jeunes filles valaisannes du même âge ont déjà été vraiment soûl(e)s au moins 4 fois dans leur vie. Ces parts observées globales sont en légère diminution par rapport à 2006, où elles s'élevaient respectivement à 10% et à 4%.
- En 2010, 16% des garçons valaisans de 14-15 ans (Suisse : 8% et Suisse romande : 9%) et 6% des filles valaisannes du même âge (Suisse : 5% et Suisse romande : 4%) indiquent avoir bu au moins 3 fois au cours des 30 derniers jours au moins 5 boissons alcooliques lors d'une même occasion.

### *Consommation de cannabis*

- La proportion d'écoliers ayant consommé au moins une fois dans la vie du cannabis avait baissé

entre 2002 et 2006. Elle est restée relativement stable en 2010, avec 25% des jeunes valaisans et valaisannes de 14-15 ans indiquant avoir pris du cannabis au moins une fois dans leur vie (33% des garçons et 18% des filles). Les proportions romande et suisse sont similaires.

- En Valais, 10% des écoliers de 14-15 ans (14% des garçons et 8% des filles) déclarent avoir consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours. Les proportions romande et suisse sont similaires.

### **Actions préventives menées en Valais**

Le Centre d'Information pour la Prévention du Tabagisme (CIPRET VS) met continuellement en place des actions de prévention de lutte contre le tabagisme auprès des établissements scolaires valaisans et développe de nouveaux messages préventifs auprès des écoliers, des étudiants et des apprentis.

Dans ses actions préventives, Addiction Valais s'attache à impliquer autant les jeunes, leur entourage que les institutions et milieux concernés, en développant des prestations de prévention sur des champs d'activités qui vont de la prévention universelle à la gestion des risques (le programme de prévention scolaire « Je gère... mais jusqu'où ? », les achats-test d'alcool, le label Fiesta).

## Introduction

L'adolescence est une phase du développement caractérisée par de nombreux changements touchant les plans physique, émotionnel, social et relationnel. Le jeune développe sa propre identité, en cherchant à se détacher du monde des adultes et à se tourner de plus en plus vers ses pairs pour obtenir leur appui et leur approbation. Il vit ses doutes face à l'avenir et à la société, désire tester ses limites et s'y confronter. C'est une période de prises de risques et d'expériences diverses, notamment en ce qui concerne la découverte du tabac, de l'alcool et du cannabis.

Le corps et le psychisme des enfants et des jeunes sont particulièrement sensibles aux effets des substances psychoactives, car le développement n'est pas encore achevé à l'adolescence (poids corporel plus faible, maturations du foie et du cerveau inachevées). La consommation d'alcool ou d'autres drogues peut interrompre des processus importants de leur développement. En outre, par exemple en matière d'alcool, les adolescents ne connaissent pas encore bien leurs limites, ils sont souvent victimes d'intoxications alcooliques particulièrement dangereuses pour leur organisme.

Des conséquences négatives à la consommation d'alcool et de drogues peuvent survenir à court et à long terme, liées à la santé physique ou psychique (problèmes liés au développement neurocognitif, difficultés de concentration, dépression, troubles des perceptions sensorielles et des réflexes), ou aux relations sociales (ruptures avec l'école, la famille ou les amis, violences commises sous l'effet d'un produit, accidents de circulation, relations sexuelles non protégées).

La consommation d'alcool et d'autres drogues ne mène pas toujours à l'alcolodépendance et à la toxicomanie, et la plupart des adolescents qui consomment n'arrivera pas nécessairement à une consommation problématique ou ne développera pas nécessairement de dépendance. Toutefois, plus un adolescent commence jeune à consommer de l'alcool ou de la drogue, plus il court de risques d'éprouver des difficultés à un moment ou un autre de sa vie.

La question de la prévalence de consommation de ces substances chez les jeunes est une question sérieuse de santé publique et fait régulièrement l'objet de publications internationales et suisses, mais plus rarement de publications cantonales ou régionales. La connaissance régulière de la prévalence de consommation chez les jeunes en Valais est importante, car elle permet de saisir l'ampleur et l'évolution d'un phénomène, et d'établir des mesures de prévention et de les évaluer.

## But du rapport

Le but de ce rapport est de décrire la prévalence de consommation de tabac, d'alcool et de cannabis chez les écoliers de 11-15 ans en Valais, de les placer dans des perspectives régionale et nationale, ainsi que temporelle. Il s'agit également de présenter les principales actions menées actuellement par les acteurs de prévention.

### *Méthode*

Depuis 1994, le canton du Valais participe à l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) et commande une récolte supplémentaire de données afin de pouvoir comparer les résultats cantonaux avec les résultats romands et les résultats nationaux. L'enquête HBSC est menée en Suisse par Addiction Suisse sous l'égide de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), et est financée par l'Office fédéral de la Santé Publique (OFSP) et les cantons. Le financement du sur-échantillonnage valaisan est assuré par Addiction Valais et Promotion Santé Valais.

Les résultats valaisans 2010 présentés sont basés sur un échantillon cantonal de 1'198 écoliers (583 garçons et 615 filles) âgés entre 11 et 15 ans, et décrivent comment les jeunes valaisans et les jeunes valaisannes consomment ou ne consomment pas de tabac, d'alcool et de cannabis. Ils sont placés dans une perspective temporelle ainsi que dans une perspective romande et nationale. Addiction Valais et Promotion Santé

Valais remercie Addiction Suisse pour sa collaboration et la mise à disposition des chiffres nationaux et romands.

## Consommation de tabac

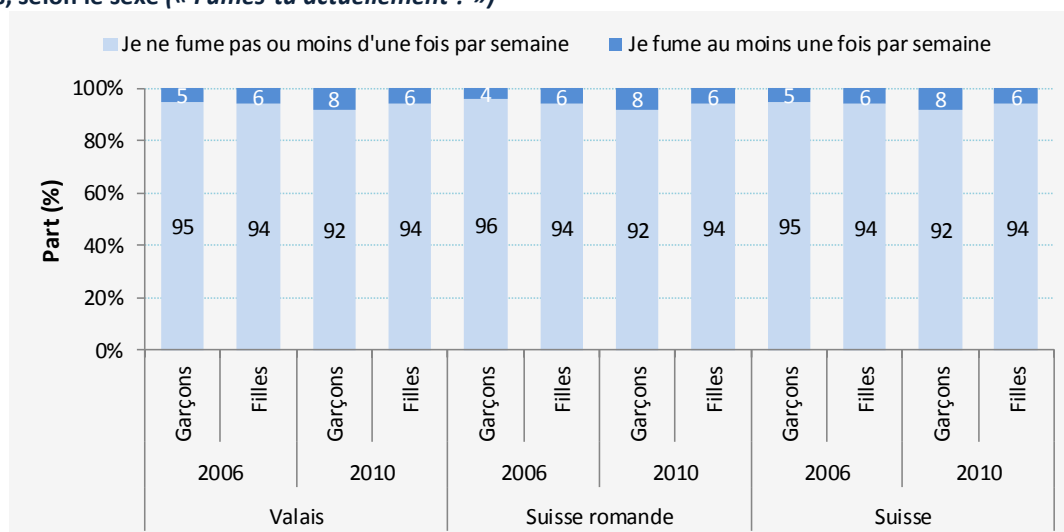
Le tabagisme demeure une cause majeure de mortalité, de maladies cardiovasculaires, de cancers et d'invalidité. En Suisse, il est en cause dans le décès d'environ 8'700 personnes annuellement (14% de tous les décès), ce qui en Valais correspond à plus de 300 décès annuels.

La plupart des consommatrices et consommateurs de tabac ont commencé à fumer à l'adolescence. L'important potentiel addictif de la nicotine fait que la consommation occasionnelle peut se transformer rapidement en une consommation quotidienne. Il est alors important que le jeune négocie bien ce virage de l'adolescence.

En 2010, la grande majorité des écoliers valaisans interrogés (90% ; 91% en 2006) indique ne pas fumer au moment de l'enquête, les filles en plus grande proportion que les garçons (91% contre 88% ; 90% contre 88% en 2006). En Suisse, la part observée est de 89% (garçons : 87% et filles : 90%) et en Suisse romande, elle s'élève à 89% (garçons : 87% et filles : 91%).

Lorsque les jeunes fument au moins une fois par semaine, on parle de consommation régulière de cigarettes. La consommation régulière de tabac chez les jeunes avait baissé en Valais comme en Suisse entre 2002 et 2006. En 2006, 5% des écoliers valaisans et 6% des écolières valaisannes déclaraient fumer régulièrement. En 2010, ces parts se montent respectivement à 8% et à 6%. Ces chiffres sont similaires à ceux observés en Suisse et en Suisse romande (Figure 1). Chez les garçons, les parts observées de consommation régulière en 2010 sont ainsi plus élevées que celles observées en 2006. La Figure 2 illustre de quelle manière la part des jeunes valaisans qui disent fumer au moins une fois par semaine augmente entre 11 ans et 15 ans.

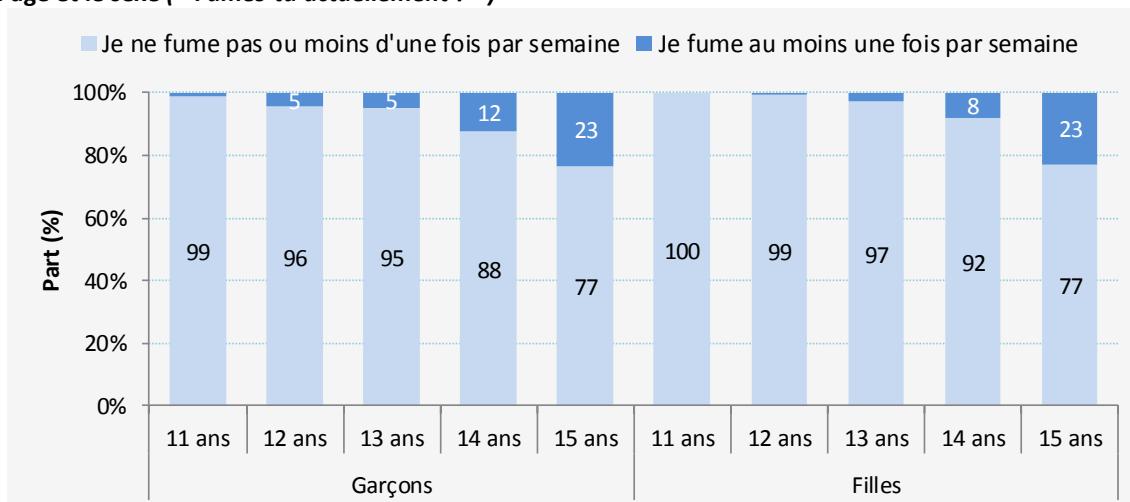
**Figure 1. Evolution 2006-2010 de la prévalence (%) de consommation de tabac chez les écoliers valaisans, romands et suisses, selon le sexe (« Fumes-tu actuellement ? »)**



La consommation quotidienne concerne 4% des garçons valaisans et 3% des filles valaisannes (Suisse : respectivement 5% et 4% ; Suisse romande : respectivement 5% et 3%).

La part des jeunes valaisans qui disent fumer quotidiennement s'accroît de façon importante entre l'âge de 14 ans et l'âge de 15 ans, aussi bien chez les filles que chez les garçons. A 15 ans la part des fumeurs quotidiens est de 17% chez les garçons (Suisse : 13% et Suisse romande : 14%) et de 17% chez les filles (Suisse : 11% et Suisse romande : 11%).

**Figure 2. Prévalence (%) de consommation de tabac au moins hebdomadaire chez les écoliers valaisans en 2010, selon l'âge et le sexe (« Fumes-tu actuellement ? »)**



## Consommation d'alcool

Différentes raisons amènent les jeunes à consommer de l'alcool, comme par exemple pour s'amuser davantage lors d'une fête, pour être plus détendu, pour surmonter des problèmes ou simplement pour en découvrir les effets.

De faibles quantités d'alcool peuvent cependant avoir déjà beaucoup d'impact chez les jeunes : les effets de l'alcool se font sentir plus rapidement que chez les adultes, l'élimination de l'alcool se fait plus difficilement et les états d'ivresse seront ressentis plus vite. Les adolescents se révèlent particulièrement vulnérables aux effets psychotropes de l'alcool (d'abord l'excitation et la désinhibition, puis la sédation), et lorsqu'ils recherchent systématiquement les effets de l'alcool, ils peuvent être freinés dans l'apprentissage des aptitudes qu'ils doivent développer pour faire face aux autres, au stress, et aux problèmes qu'ils rencontrent.

Rappelons que la loi interdit la remise d'alcool aux jeunes.

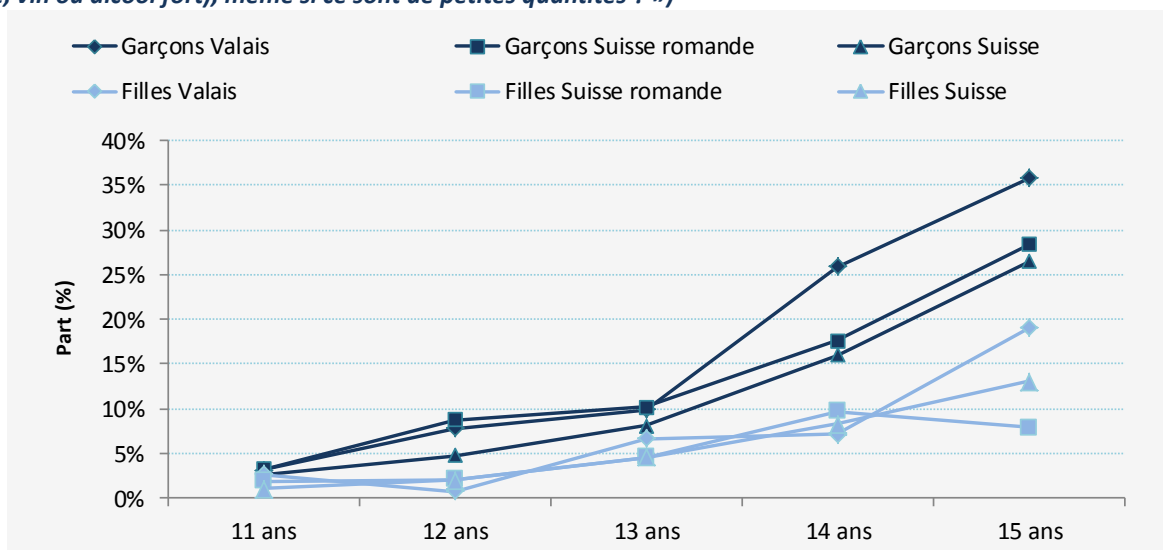
### Consommation hebdomadaire

En 2010, la part des écoliers valaisans de 11 ans à 15 ans déclarant de ne pas consommer d'alcool ou en consommer moins d'une fois par semaine s'élève à 85% chez les garçons (Suisse : 88% ; Suisse romande : 87%) et à 94% chez les filles (Suisse : 94% ; Suisse romande : 94%).

Environ un quart (26%) des jeunes garçons valaisans de 14 ans et un tiers (36%) des jeunes garçons valaisans de 15 ans indiquent boire de l'alcool au moins une fois par semaine (Figure 3). Ces jeunes garçons sont proportionnellement plus nombreux que leurs homologues romands et suisses à boire de l'alcool à cette fréquence. A 14 ans, les écolières valaisannes ne se distinguent pas des écolières suisses ou romandes, mais à 15 ans, elles déclarent relativement plus fréquemment consommer de l'alcool au moins une fois par semaine (19% ; 13% pour les écolières suisses et 8% pour les écolières romandes).



**Figure 3. Part (%) des écoliers valaisans, romands et suisses déclarant consommer au moins une fois par semaine de l'alcool, selon le sexe - Année 2010 (« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »)**

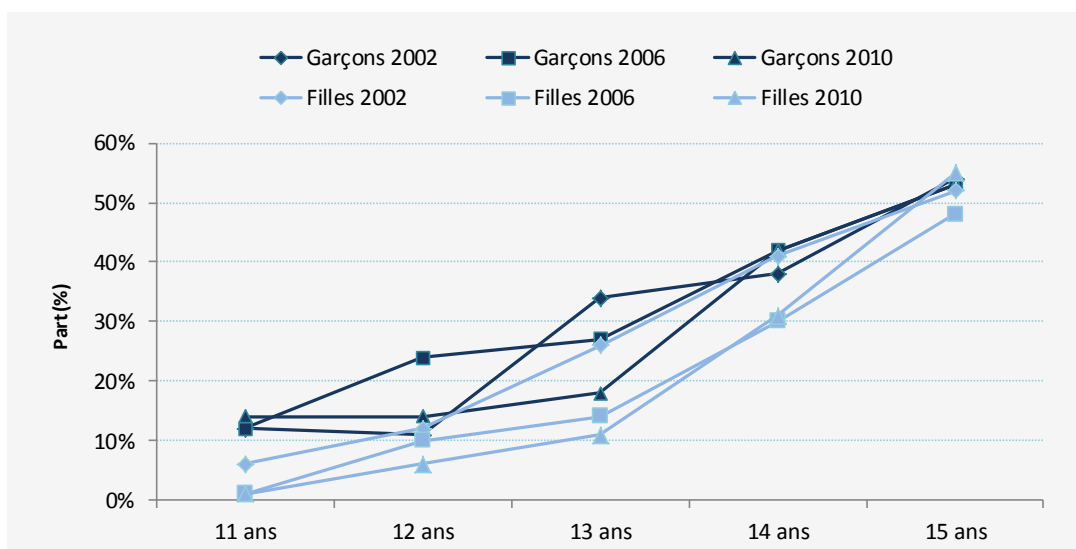


### Etats d'ivresse

La consommation problématique d'alcool chez les jeunes se manifeste par des épisodes d'ivresse ponctuelle. Une ivresse alcoolique n'a pas seulement des conséquences négatives sur la santé, elle augmente également le risque d'accidents ou de situations de violence.

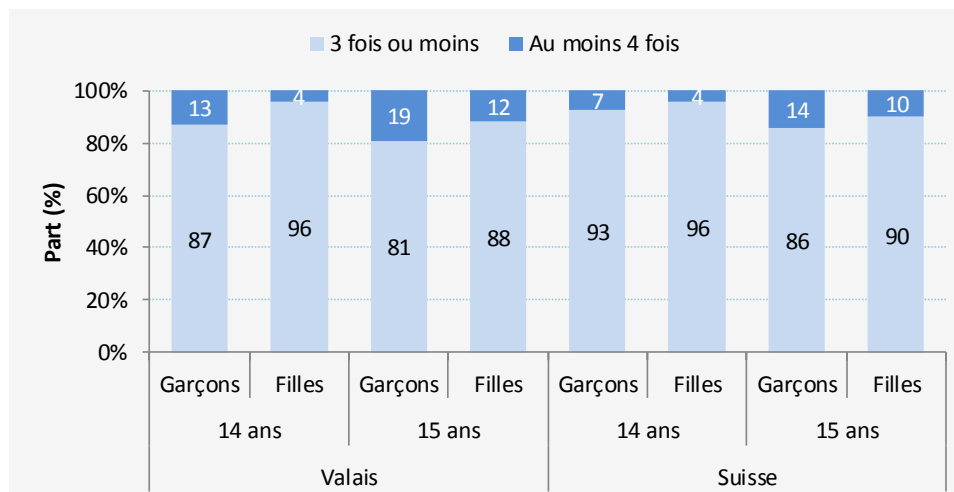
En Valais, une légère diminution des premières expériences d'ivresse dans la vie avait été observée chez les filles entre 2002 et 2006, alors que chez les garçons la situation restait inchangée. Les chiffres observés étaient supérieurs à la moyenne romande et à la moyenne nationale dans les deux sexes. En 2010, la grande majorité des jeunes valaisans de 11 à 15 ans (79%) indiquent ne jamais avoir été soûls, les filles (82%) relativement plus fréquemment que les garçons (75%). Comme pour les années précédentes, cette part diminue avec l'âge : en 2010, chez les garçons, elle passe de 87% à l'âge de 11 ans à 46% à l'âge de 15 ans, et chez les filles de 99% à 45% (Figure 4). Pour la Suisse en 2010, chez les jeunes de 15 ans, la part des garçons déclarant ne jamais avoir été soûls est de 55% et celle des filles, de 65%.

**Figure 4. Evolution 2002-2010 de la part (%) des écoliers valaisans indiquant avoir été au moins une fois ivre dans leur vie, selon l'âge et le sexe (« As-tu déjà été soûl(e) ? »)**



En 2010, 7% des jeunes garçons valaisans de 11 à 15 ans et 3% des jeunes filles valaisannes du même âge ont déjà été vraiment soûl(e) au moins 4 fois dans leur vie. Ces parts observées globales sont en légère diminution par rapport à 2006, où elles s'élevaient respectivement à 10% et à 4%. Pour les écoliers valaisans de 15 ans, la part est de 19% et pour les écolières du même âge, elle est de 12% (Figure 5).

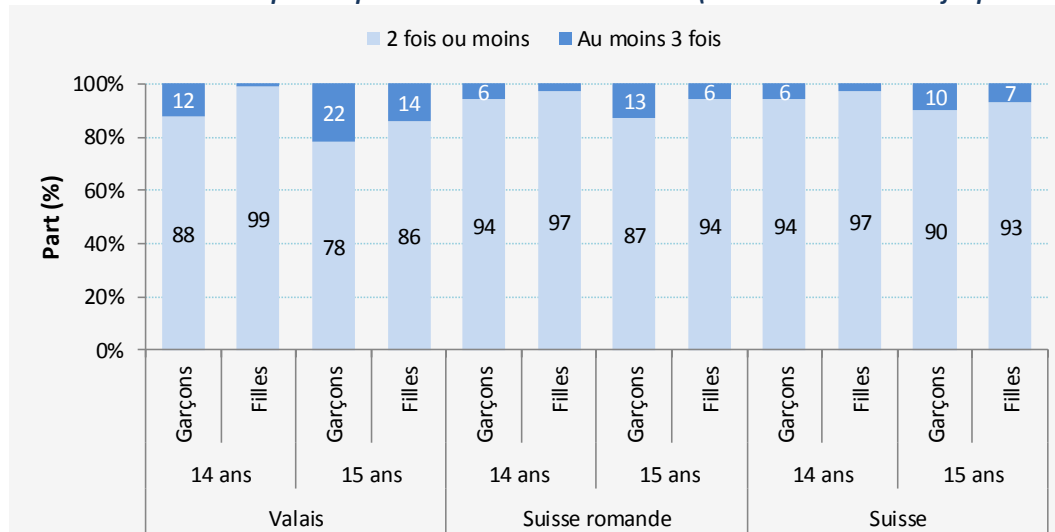
**Figure 5. Répartition (%) des écoliers valaisans et suisses de 14 et 15 ans, selon le nombre d'états d'ivresse dans la vie, selon le sexe - Année 2010 (« As-tu déjà été vraiment soûl(e) ? »)**



### Alcoolisation massive

Le binge drinking ou biture express est un mode de consommation qui consiste à absorber une grande quantité d'alcool dans un laps de temps court, l'objectif étant d'être ivre assez rapidement. Ces dernières années, ce mode de consommation semble avoir pris de l'ampleur chez les jeunes. Ces épisodes de consommation à risque peuvent être recensés en utilisant les situations où le jeune a consommé 5 boissons alcooliques ou plus lors de la même occasion. En 2010, 58% des garçons valaisans de 14-15 ans et 65% des filles valaisannes du même âge indiquent ne jamais avoir bu 5 boissons alcooliques ou plus lors d'une même occasion au cours des 30 derniers jours. Ces parts s'élèvent respectivement à 69% et 73% chez les jeunes romands, et à 70% et 73% chez les jeunes suisses.

**Figure 6. Répartition (%) des écoliers valaisans, romands et suisses de 14 et 15 ans selon le nombre d'épisodes de binge drinking au cours des 30 derniers jours, selon le sexe - Année 2010 (« Au cours des 30 derniers jours, combien de fois as-tu bu 5 boissons alcooliques ou plus lors d'une même occasion (à la suite dans un bref laps de temps) ? »)**



16% des garçons valaisans de 14-15 ans et 6% des filles valaisannes du même âge indiquent avoir bu au moins 3 fois, au cours des 30 derniers jours, au moins 5 boissons alcooliques lors d'une même occasion. La part observée est deux fois plus élevée chez les écoliers valaisans de 15 ans que chez les écoliers romands et les écoliers suisses (Figure 6).

## Consommation de cannabis

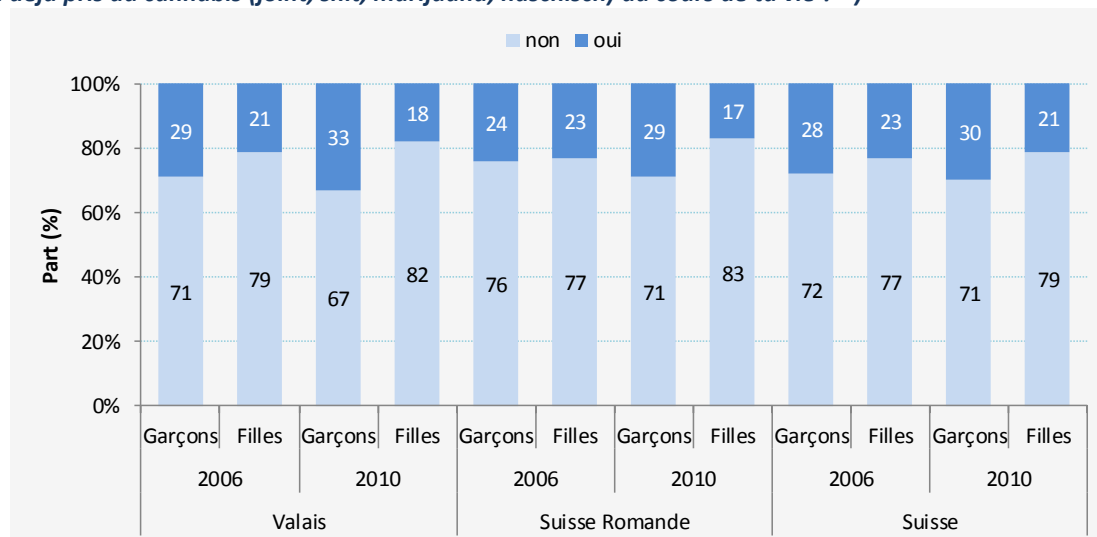
De nos jours les produits dérivés du cannabis contiennent beaucoup plus de substance active, le Tétrahydrocannabinol (THC), que par le passé. Fumer des joints entraîne des symptômes respiratoires et peut conduire à une baisse des résultats scolaires ou entraver le développement psychique, comme modifier l'humeur, les sensations et le comportement.

Selon la loi, le cannabis est considéré comme un stupéfiant, il est donc interdit d'en vendre, d'en consommer et d'en posséder. Les jeunes sont plus sensibles aux effets du cannabis que les adultes, car ils sont en plein développement physique et psychologique. Plus on commence tôt à fumer, plus le risque d'en devenir dépendant est important.

Après le pic de consommation à vie atteint en 2002, le niveau global de prévalence de vie de la consommation de cannabis avait baissé en 2006. Il est resté relativement stable en 2010, avec 75% des jeunes valaisans et valaisannes de 14-15 ans indiquant n'avoir jamais pris de cannabis dans leur vie. Les parts observées romande et suisse sont similaires.

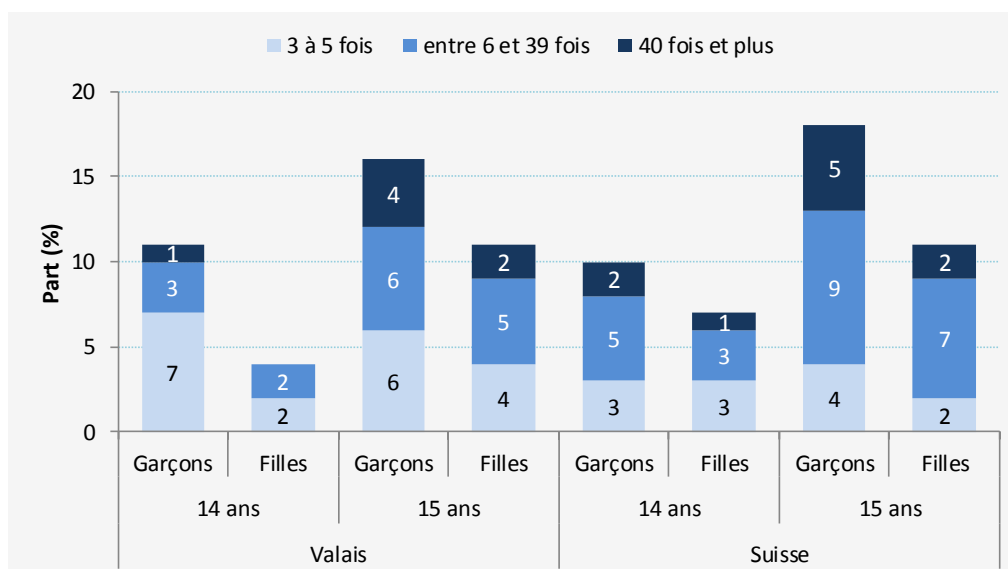
La part des jeunes valaisans ayant déjà pris du cannabis est de 18% chez les 14 ans et de 35% chez les 15 ans (Figure 7). Comme en 2006, la part des jeunes ayant déjà consommé du cannabis dans leur vie est plus élevée chez les garçons que chez les filles.

**Figure 7. Evolution 2006-2010 de la prévalence à vie (%) de consommation de cannabis, selon la région et le sexe (« As-tu déjà pris du cannabis (joint, shit, marijuana, haschisch) au cours de ta vie ? »)**



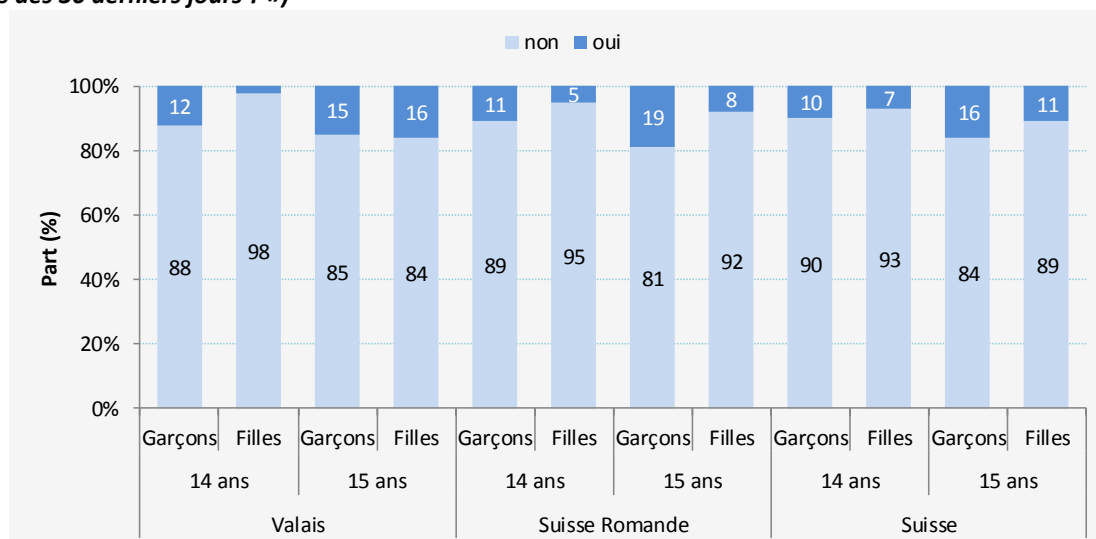
Entre 2002 et 2006, la consommation régulière de cannabis au cours de l'année précédente (40 fois et plus au cours des 12 derniers mois) avait également diminué en Valais comme en Suisse ; elle s'est stabilisée entre 2006 et 2010. En 2010, 2% des garçons valaisans de 14-15 ans et 1% des filles valaisannes du même âge indiquent avoir consommé du cannabis 40 fois et plus au cours des 12 derniers mois (Suisse romande : respectivement 2% et 1% et Suisse : respectivement 3% et 1%).

**Figure 8. Fréquence de consommation de cannabis au cours des 12 derniers mois des écoliers valaisans et suisses de 14-15 ans (chiffres en %), selon le sexe - Année 2010 (« As-tu pris du cannabis (joint, shit, marijuana, haschisch) au cours des 12 derniers mois ? »)**



En 2010, 10% des jeunes valaisans et valaisannes déclarent avoir consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours (part identique à celle observée en 2006 ; Suisse : 11% et Suisse romande : 11%). Comme pour la Suisse romande et la Suisse, la part observée est plus élevée chez les garçons (14%) que chez les filles (8%). La Figure 9 donne les résultats selon l'âge et le sexe pour les trois régions.

**Figure 9. Prévalence (%) de consommation de cannabis au cours des 30 derniers jours des écoliers de 14-15 ans valaisans, romands et suisses, selon le sexe – Année 2010 (« As-tu pris du cannabis (joint, shit, marijuana, haschisch) au cours des 30 derniers jours ? »)**



## Les principales actions de prévention menées en Valais

Entre 2002 et 2006, le canton du Valais enregistrait une baisse de fumeurs réguliers (consommateurs de tabac au moins une fois par semaine) parmi les écoliers de 11-15 ans des deux sexes. L'augmentation entre 2006 et 2010 de la part des fumeurs réguliers observée aussi bien chez les garçons valaisans que chez leurs homologues romands et suisses, montre l'obligation de poursuivre de façon soutenue les efforts de

prévention en matière de consommation de tabac.

La consommation d'alcool des écoliers et écolières valaisans demeure une source de préoccupation. A 15 ans, les jeunes valaisans et jeunes valaisannes ont une consommation au moins hebdomadaire plus élevée que celle de leurs homologues romands et suisses. Si la prévalence de vie des états d'ivresse reste inchangée entre 2006 et 2010, il demeure que certains jeunes boivent occasionnellement trop : 16% des garçons valaisans de 14-15 ans et 6% des filles valaisannes du même âge indiquent avoir bu au moins 3 fois, au cours des 30 derniers jours, au moins 5 boissons alcooliques lors d'une même occasion. Ces chiffres, supérieurs aux chiffres romands et suisses, sont problématiques en termes de santé publique. Il est important de mettre en place des programmes de prévention pour lutter de manière efficace contre la consommation excessive d'alcool des jeunes.

La consommation de cannabis parmi les 14 et 15 ans, qui avait fortement augmenté entre 1998 et 2002 puis avait diminué en 2006 (dans les deux sexes, sur les plans cantonal et national), est restée stable en 2010. L'évolution de la consommation régulière de cannabis au cours de l'année précédente (40 fois et plus au cours des 12 derniers mois) est de même nature. La prévalence de vie de la consommation du cannabis reste cependant élevée chez les 14-15 ans et les efforts de prévention doivent être poursuivis, avant l'âge de 14 ans avec des actions de prévention et de sensibilisation des dangers dus à la consommation du cannabis.

### **Les actions du CIPRET Valais**

En parallèle avec les efforts concertés et structurés mis en place au niveau national dans le cadre du Programme national pour la prévention du tabagisme (mesures économiques telles que l'augmentation du prix du paquet de cigarettes ou mesures législatives telles que l'interdiction de fumer dans les lieux publics), le Centre d'Information pour la Prévention du Tabagisme (CIPRET VS) met en place des actions de prévention de lutte contre le tabagisme auprès des établissements scolaires valaisans et développe de nouveaux messages préventifs auprès des jeunes.

Pour empêcher, voire retarder l'entrée en consommation des jeunes, il est nécessaire d'intervenir de manière précoce (5ème - 6ème primaire). Les actions du CIPRET dans les établissements scolaires comprennent

- l'information des enseignants, des médiateurs, des personnes relais,
- le coaching des enseignants (accompagnement de projets de promotion de la santé, expositions de prévention du tabagisme, etc.)
- les interventions en classe

Dans un souci d'efficacité, le CIPRET cherche également à atteindre le plus grand nombre de jeunes

- en participant à des projets nationaux : le CIPRET est le répondant cantonal pour le concours national « Expérience non-fumeur »
- en intervenant dans des activités extra-scolaires : par ex : camp de football de St-Léonard
- en soutenant la pièce de théâtre « cig'arrête » de la troupe Caméléon
- en mettant en évidence les moyens pédagogiques, les sites internet...

En participant au programme « *Je gère... mais jusqu'où ?* » mis en place par Addiction Valais (voir ci-après), le CIPRET intervient depuis 2011 également directement auprès des jeunes du cycle d'orientation.

Le CIPRET s'est aussi donné les moyens d'atteindre le public cible des apprentis en proposant en 2011 le programme « Apprentissage sans tabac » qui s'adresse à tous les apprentis de la 1ère à la 4ème année. Ce programme, proposé dans un premier temps dans le Valais romand, s'étendra à l'ensemble du canton avec la création d'une Antenne Haut-Valaisanne du CIPRET.

## **Les actions d'Addiction Valais**

Les prestations préventives d'Addiction Valais s'inscrivent dans le mandat de prestations de l'Etat du Valais, dans le programme cadre en prévention et promotion de la santé 2011 – 2014 de l'Etat du Valais, ainsi que dans les axes de travail du Programme National Alcool 2008 – 2012. Addiction Valais vérifie quotidiennement qu'une prévention pertinente et efficace passe autant par la mobilisation du public cible que par l'engagement et la participation des différents acteurs. C'est pourquoi, elle s'attache à impliquer autant les jeunes, leur entourage que les institutions et milieux concernés, en développant des prestations de prévention sur des champs d'activités qui vont de la prévention universelle à la gestion des risques.

### *Le programme en milieu scolaire « Je gère... mais jusqu'où ? »*

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, les résultats globaux de l'enquête HBSC indiquent qu'alcool et tabac sont souvent indissociables : une consommation précoce d'alcool est associée à une grosse consommation de tabac. L'usage du tabac et de l'alcool est également souvent associé à celui du cannabis. Les actions préventives auprès des jeunes devraient intégrer ces associations.

Addiction Valais intervient dans l'ensemble des 40 établissements scolaires du cycle d'orientation ainsi que dans les 21 établissements du secondaire post obligatoire valaisans. « *Je gère... mais jusqu'où ?* » est le nouveau programme de prévention scolaire d'Addiction Valais, abordant globalement les problématiques liées à l'alcool et aux drogues, ainsi qu'à la cyberdépendance. Pour chaque établissement, un référent de proximité spécialiste des addictions est nommé. L'action de ces référents a pour objectifs de sensibiliser tous les acteurs du milieu scolaire (direction, médiateurs, enseignants, élèves) et de favoriser une gestion précoce des problématiques addictives. Les référents agissent en collaboration avec les établissements scolaires sur les trois axes d'intervention que sont

- la prévention, en rencontrant chaque jeune au moins deux fois dans son cursus scolaire (près de 10'000 jeunes sont rencontrés annuellement) ;
- le repérage et l'intervention précoce auprès des jeunes en situation de vulnérabilité en offrant un coaching et un appui spécifique à l'école ;
- l'accompagnement spécialisé des jeunes en difficulté, lors de préoccupations ou conduites à risques.

Dans le cadre de ce programme de prévention, Addiction Valais, en partenariat avec Promotion Santé Valais, le CIPRET Valais et les établissements scolaires, a élaboré un événement original et innovant, le *Quiz, je gère*. Il est destiné aux écoliers de 12 à 14 ans du cycle d'orientation et a pour objectifs, outre de les sensibiliser aux addictions, de développer leur réflexion, leur regard critique et leurs compétences sociales. L'approche se veut ludique, interactive et participative. Les thèmes traités sont l'alcool, le tabac, le cannabis, les jeux vidéo et internet. L'animation, au moyen de vidéos, micros-trottoirs, témoignages, réflexions et questions, interpelle les jeunes sur les effets, les risques et les conséquences des conduites addictives, sans oublier d'axer la réflexion sur les alternatives et les ressources en cas de difficultés. Ainsi durant 90 minutes, un intervenant en addiction va à la rencontre des jeunes des établissements scolaires sur le thème des addictions. Il les questionne, les informe, mais surtout leur fait vivre une expérience participative. Il les invite à échanger entre eux, à se positionner. Cette action bénéficie d'un large soutien puisque la Commission cantonale de prévention et promotion de la santé, la Commission cantonale de protection de la jeunesse ainsi que la Commission cantonale de lutte contre la dépendance au jeu la recommandent.

Par ses référents d'établissement, Addiction Valais s'engage également dans

- des projets participatifs et la mise sur pieds d'évènements ;
- la promotion et le soutien financier des interventions de la troupe Caméléon ;
- des stands et des conférences à destination des enseignants et des parents.

En prolongement de ces actions, Addiction Valais, en partenariat avec la Police cantonale, rencontre avec le programme « *T'assures t'es sûr* » tous les étudiants du secondaire post obligatoire. Cette action traite de la

question de la gestion des risques liés à la consommation de substances psychotropes, en mettant l'accent sur la conduite sous l'influence de l'alcool et des drogues. L'action « *Be my angel tonight* » complète l'offre.

### *Les achats tests d'alcool menés par Addiction Valais*

Selon l'enquête HBSC 2010, 7% des jeunes valaisans de 14 ans et 24% des jeunes valaisans de 15 ans consommateurs d'alcool se sont procuré leurs boissons alcooliques au magasin, au supermarché, au kiosque,... durant les heures normales d'ouverture. Le respect de l'interdiction de la vente d'alcool aux écoliers doit être amélioré dans les différents points de vente d'alcool, et également dans les cafés et dans les restaurants.

Addiction Valais a élaboré, en collaboration avec la Police Cantonale et les Polices Municipales Valaisannes, un concept de prévention comprenant une phase de sensibilisation ainsi que la pratique d'achats tests d'alcool effectués par des mineurs sous la supervision de professionnels. Les objectifs de cette action sont de

- renforcer le partenariat autour de la protection de la jeunesse ;
- sensibiliser les commerçants aux problèmes liés à la consommation d'alcool chez les jeunes ;
- observer l'application des lois relatives à la protection des mineurs.

Les achats tests d'alcool figurent dans les mesures recommandées par l'Office Fédéral de la Santé Publique et la Régie Fédérale des Alcools. A fin 2011, les résultats des tests menés en Valais indiquent que 53% des commerces avaient vendu de l'alcool à des mineurs lors du premier achat test d'alcool. A l'issue de la campagne de sensibilisation, 85% des commerces testés respectaient les bases légales en matière de protection des mineurs. Cette évolution positive confirme la nécessité et la pertinence de ce type de mesure de prévention.

### *La gestion des risques en milieu festif*

Les résultats de l'enquête HBSC 2010 montrent qu'entre 11 et 15 ans, bien des jeunes feront leur première expérience d'ivresse. Ce moment sera, pour certains, accompagné d'accidents, de violence, d'incivilités, de relations sexuelles non protégées ou encore non désirées... La question de la protection des mineurs et de la gestion des risques en milieu festif revêt donc une importance majeure. C'est pourquoi, Addiction Valais et ses nombreux partenaires ont développé le label Fiesta. Il est décerné aux manifestations qui s'engagent à protéger la jeunesse et à prendre des mesures de gestion des risques dans leur cadre de festivités (fête au village, fête de fanfare, festivals, rassemblements et fêtes de jeunes...).

### *Le renforcement des partenariats*

La pratique de la biture express des jeunes valaisans et les intoxications alcooliques qui peuvent s'ensuivre inquiètent. Addiction Valais vise à renforcer les collaborations avec les partenaires concernés. Dans le Haut-Valais, le projet Vollrausch-vs.ch tend à créer des synergies autour des professionnels en contact avec des jeunes présentant des intoxications aiguës, avec comme objectif de soutenir jeunes et parents le plus précocement possible. Il formalise et attire l'attention autour de cette problématique. Dans cette même optique, dans le Valais Romand, de nombreux contacts sont entretenus avec les hôpitaux, les polices municipales, l'Office de Protection de l'Enfant, les centres de loisirs, les travailleurs sociaux hors-murs, ...

### *La formation d'adultes*

Addiction Valais organise annuellement plus d'une centaine de formations et d'informations pour des groupes spécifiques d'adultes en contact avec les jeunes tels que médiateurs, maîtres d'apprentissages, cafetiers restaurateurs. Ces interventions auprès de personnes relais visent à augmenter les connaissances des publics concernés afin de favoriser le repérage et l'intervention précoce auprès des jeunes. Elles sont indispensables.

### *La sensibilisation tout public*

Si les problématiques addictives à l'adolescence ont leur particularité et qu'elles génèrent des inquiétudes légitimes, il est essentiel de rappeler qu'elles concernent l'ensemble de notre société. S'il est donc impératif de poursuivre les actions de sensibilisation auprès des jeunes, il est également essentiel d'intervenir auprès des autres groupes.

### **Sources et informations complémentaires**

Windlin, B., Kuntsche, E. & Delgrande Jordan, M. (2011). *Konsum psychoaktiver Substanzen Jugendlicher in der Schweiz – Zeitliche Entwicklungen und aktueller Stand. Resultate der internationalen Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC)* (Forschungsbericht Nr. 58, revidierte und aktualisierte Fassung). Lausanne: Sucht Info Schweiz.

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), enquête réalisée par Addiction Info Suisse (anciennement ISPA) sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé, 2002, 2006, 2010.

Favre F, Chioléro A. Etat de santé de la population valaisanne 2010. Observatoire valaisan de la santé, Institut universitaire de médecine sociale et préventive de Lausanne en collaboration avec le Service de la santé publique du canton du Valais. Quatrième rapport. Novembre 2010.

Luthi JC, Favre F. La santé des écoliers (11-15 ans) dans le canton du Valais 1994 – 2006. Observatoire Valaisan de santé, 2009.

Enquête Suisse sur la santé (ESS), 1992, 1997, 2002, 2007, Office fédéral de la statistique.

La partie du site de l'Office Fédéral de la Santé Publique consacrée au tabac, à l'alcool et aux drogues <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/index.html?lang=fr>

Addiction Suisse <http://www.sucht-info.ch/fr/>

Observatoire Valaisan de la Santé <http://www.ovs.ch/>

Programme cadre de l'Etat du Valais en prévention et promotion de la santé <http://www.vs.ch/navig/navig.asp?MenuID=16279&RefMenuID=0&RefServiceID=0>

Promotion Santé Valais <http://www.promotionsantevalais.ch/>

CIPRET Valais <http://www.cipretvalais.ch/>

Addiction Valais <http://www.addiction-valais.ch/>

Le programme « *Je gère... mais jusqu'où ?* » [http://www.addiction-valais.ch/?page=Je\\_Gere](http://www.addiction-valais.ch/?page=Je_Gere)

Le site Fiesta <http://www.labelfiesta.ch/>

Le projet Vollrausch-vs.ch <http://www.vollrausch-vs.ch/>