

prise de

S
COLLECTIF
L
I
T
U
D

V
E

P

D
ARENTALITE
P
E
N
D
A
DOLESCENCE
N
C
E

A.

ri

s

u

e

s

L

IBERTE

o

n

s

A
D
D
GRANDIR
C
T
I
O

C
O
N
S
O

E

n

s

e

n

m

B

L

e

A
S
U
E
T
U
D
E

M
A
T
I
O
N

L'agencement de ce livre...

Nous vous proposons de découvrir ce livre à travers différents chapitres, différentes histoires.

Il a été construit afin de vous permettre de passer d'un chapitre à l'autre avec aisance.

Le contenu de cet ouvrage est celui-ci :

• Remerciements	4
• Avant-propos	5
• Des mots et des images pour créer un livre : les ateliers de création	7
• Les créations d'hier	9
• Garder le fil, <i>témoignage d'une maman</i>	20
• Les drogues, en parler avec nos enfants <i>par Line Beauchesne, Prospective Jeunesse</i>	28
• Les créations d'aujourd'hui	37
• Seul face à ses peurs, <i>témoignage de Ménati</i>	62
• La réduction des risques <i>par Modus Vivendi</i>	66
• Les créations du futur	75
• Eddy, en recherche de virilité, <i>témoignage</i>	86
• Dépendances : quelques repères sociologiques <i>par Jacques Moriau</i>	92
• Difficile de se mettre dans la peau d'un adulte, <i>témoignages</i>	98
• En guise de conclusion, la parole aux « artistes »	100
• Présentation des artistes	102

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont contribué de près ou de loin à ce livre.

Ces mêmes personnes qui ont mis leur énergie, leurs pensées, leur cœur afin de construire cet outil de prévention.

Nous tenions à remercier tout particulièrement les personnes qui ont apporté la sensibilité de leurs vécus, qui ont pris des risques en se dévoilant quelque peu afin d'en aider d'autres :

- Les adultes et les jeunes qui ont témoigné de leurs expériences.
- Les personnes ayant participé aux ateliers de réflexion et de création.

Mais aussi, avec une toute autre singularité les personnes suivantes:

- Le Conseil d'Arrondissement de l'Aide à la Jeunesse et la Ministre de l'Aide à la Jeunesse pour la confiance octroyée à ce projet et pour le subside accordé.
- Modus Vivendi ASBL, pour sa participation à l'article rédigé.
- Madame Line Beauchesne, pour sa participation à l'article rédigé.
- Prospective Jeunesse ASBL, pour sa participation à l'article rédigé.
- Monsieur Moriau, Professeur à l'ULB, pour sa participation à l'article rédigé.
- Monsieur Nanson pour le travail d'infographie réalisé.
- Madame Jacqueline Gilles pour la relecture de ce travail.
- Madame Agathe Goosse, qui a animé les ateliers de création.

Depuis de nombreuses années, l'a.m.o. Mic-Ados est sensible et sensibilisée à la problématique des consommations. En tant que service d'aide aux jeunes, nous avons rencontré à plusieurs reprises des jeunes, des parents en questionnement, en recherche, prenant des risques... Nous avons pu dresser quelques constats de ces rencontres et nous ouvrir aux différentes réalités vécues par ces personnes.

Tout d'abord, le tabou de parler de sa consommation. Qu'est-ce que cela peut être difficile, de surcroît dans une région rurale, d'oser parler de ce sujet tout en cherchant de l'aide. La peur d'être jugé, dénoncé, mis de côté, mal écouté...

La personne se sent souvent isolée, sans personne à qui en parler, d'où l'idée d'ouvrir le débat pour montrer qu'il s'agit d'un sujet, certes difficile, avec de multiples paramètres mais dont on peut parler plus ouvertement.

L'information doit donc être accessible tant pour le jeune que pour l'adulte accompagnant celui-ci.

Pour les ados en recherche d'informations, il faut qu'ils trouvent en face d'eux des adultes crédibles, à l'aise face au sujet et non des personnes fuyant le débat par méconnaissance. L'idée n'est pas que les parents, les éducateurs, les enseignants maîtrisent ce sujet sur le bout des doigts mais plutôt qu'ils puissent être à l'aise en proposant éventuellement au jeune de rechercher l'information nécessaire.

Notre volonté à l'AMO est d'approcher cette thématique sans la dramatiser, sans en dresser un portrait nécessairement catastrophique mais également sans la banaliser. Nous devons avoir face au jeune consommateur une attention particulière, nous ouvrir à lui, aller à sa rencontre, susciter le dialogue afin qu'il trouve un lieu où poser « son paquet », ses peurs, ses questions.

Pour les parents, il en va de même. Ceux-ci sont souvent dans un moment d'angoisse lorsqu'ils viennent de découvrir une consommation chez l'un de leurs enfants. Ils se trouvent démunis,

en perte de confiance. Il est important de les écouter, de ne pas les juger, de donner un minimum de renseignements.

Si nous avons consacré une partie de ce livre aux parents, c'est parce qu'ils jouent un rôle important en terme de prévention, que la relation qu'ils tissent avec leur enfant, empreinte d'amour et de confiance est essentielle, même dans les moments plus difficiles. Comme l'évoque une maman, dans ce livre, « garder le fil », garder contact avec son enfant est la première aide qu'on puisse lui accorder. Cette relation va de pair avec un cadre et des limites claires pour l'enfant. Etre parent, c'est être en équilibre avec ces deux dimensions : le dialogue et la limite. Toutes deux sont nécessaires et ce n'est pas toujours facile, surtout quand on est seul(e) pour occuper ces deux fonctions. D'où le besoin d'être écouté, épaulé par un parent, un ami, un voisin, un prof, un travailleur social...

Grâce au soutien du Conseil d'Arrondissement de l'Aide à la Jeunesse et de la Ministre de l'Aide à la Jeunesse, nous avons pu bénéficier d'une aide pour aller à la rencontre de jeunes et d'adultes afin de créer le dialogue et de laisser s'exprimer ces témoins.

Ce projet intitulé « Parlons-en ! » donne jour à ce livre, recueil de témoignages de jeunes devenus adultes, de parents et de professionnels, enrichis de créations sur la thématique des consommations. Il se veut outil de dialogue, de sensibilisation; porte ouverte sur différentes réalités. Nous espérons qu'à la lecture de celui-ci, le parent se sente moins seul et y trouve des pistes de dialogue pour aborder les consommations avec leurs jeunes.

Les articles rédigés par des professionnels sont un apport théorique intéressant pour toute personne souhaitant aller un peu plus loin et réfléchir au niveau plus global des consommations, de la place du jeune dans la société, de l'influence de la société ...

Le livre est également conçu pour permettre au lecteur, jeune ou adulte, professionnel ou non, de le découvrir à son rythme en fonction de ses questions.

Des mots et des images pour créer un livre

Voilà ce que j'ai proposé à Mic-Ados quand ils m'ont demandé de participer à ce projet, la création d'un livre collectif dont le propos était les addictions dans notre société de consommation. Internet, jeux, G.S.M., mais aussi et surtout drogues, tabac, alcool. Vaste sujet. Des questions qui interpellent chacun de nous. J'ai rencontré les participants, désireux d'entrer dans l'aventure, et nous avons ensemble tenté de mener à bien cette création collective, la réalisation d'un livre.

Un atelier d'écriture est avant tout un espace d'expression et de création personnelle. Chacun dit, écrit, à sa manière et avec ses mots. Nous avons travaillé la fiction, ce qui permet une très grande liberté et une distance nécessaire quand évidemment on parle de soi. Nous avons pu rejoindre l'universel dans nos propos. Nos textes l'assurent.

Dans un travail collectif, l'attention est portée encore plus sur le partage et l'écoute. La participation de tous doit viser un même objectif, chacun doit s'entendre et entendre la voix des autres.

J'ai mené ce projet en privilégiant le travail personnel qui vient enrichir un texte collectif.

J'ai proposé trois pistes de travail : le passé, le présent, le futur. Les consommations sur la ligne du temps.

Ceci pour tenter de dire ce dont nous avons hérité, ce que nous connaissons aujourd'hui et ce qui nous attend demain... mais le savons-nous ?

Des planches de création, voilà ce que nous avons réalisé, des mots se mêlant aux images, des textes entrecroisant des dessins. Nous avons décidé de ne pas intervenir sur les œuvres, pour corriger les fautes d'orthographe et de syntaxe. Car l'écriture ici est hors cadre, elle est artistique et donc unique.

Je remercie Mic-Ados de m'avoir permis de participer à cette belle aventure humaine.

Je remercie chacun des participants de m'avoir accordé leur confiance, d'avoir été là, présents, fidèles et enthousiastes pour simplement raconter des histoires. D'extraordinaires histoires de femmes et d'hommes qui nous ressemblent.



Les créations d'hier

Je me souviens des limites imposées
par mes parents

Limites de vie... pour mon éducation,
ma santé, ma normalité, mon
insertion sans vague !

Etre comme eux m'aurait rien
d'engageant, de stimulant

Exister, se découvrir individu
et s'accomplir sans rompre avec
ses origines

... Quel dilemme...

± intégration prime aussi avec négation

intégration



Regarde : ils sont...



LIMITES



**A ce moment-là,
vous apprécierez**

Je me souviens de ses doigts
ÊTRE

tube blanc et lumineux.

Se geste porter à la bouche
de LIBERTÉ

Liberté

entourant ce

Je me pensais pas. OSE

UN CIEL ENTIER

Qui aurai OSE penser

Que l'inverse se produisait
dans son corps.

La fumée qui en ressortait était
comme une miriade de petits
points qui formaient un espace
de liberté

Que c'était ces miriade
de poussières de pollution
qui lui était la VIE

lamy

liberté

Je me souviens et toi tu te souviens?
On était en liberté, on avait du culot à
l'époque.

culot

Maintenant on a essayé de sortir de là...
mais, on n'y est pas arrivé.

Danger

Il ne fallait s'intégrer car on
ne pourra jamais sortir d'un danger.

Tu penses qu'on est où ça?

Ben alors tu codes Kiki.

Et si tu sors, tu seras en danger...

Alors vaut mieux faire notre
intégration.



intégration



Je me souviens, moi, ton grand père,
de ce temps où, pour être VIRIL, FORT
et DROIT, il était d'usage de s'efficher
fièrement, une cigarette à la main...

La vie comportait, comme aujourd'hui en somme,
donc lot de risques... Cependant, certaines
substances semblaient être sans danger
parcequ'en fait nul n'en connaissait
les conséquences...

Peut-être devrions nous user davantage
de prudence avant d'essayer, de
consommer. En toute confiance, aveugles
comme moutons, des produits dont on
nous vante les vertus... dans le
seul but, inavouable, d'enrichir
ces quelques uns peu scrupuleux...

la cigarette

CIGARETTES LONGUES

A BOUT FILTRANT

bonheur

Quand il y a de l'amour dans l'air

ESSAYEZ

CONSEQUENCES

DANGERS

RISQUES

vie...

JOIE

détente

plaisir

la cigarette

la plus fumée

dans le monde entier

le geste "sympa"...

pour fumeurs raffinés

Je m'souviens ... de mes 10 ans!

En petit groupe, sans nous faire remarquer
des adultes, nous trouvions stimulant
de pimenter nos jeux de cowboys ou de
gangsters par le partage d'une
bonne vraie cigarette "Belga".
C'était notre liberté, un peu mise en danger!

Si par hasard, maman sentait l'
haléine ... Au retour de notre
escapade de santé-!!
Mais à l'époque, pour elle aussi,
l'acte était anodin!



Garder le fil ... Témoignage d'une maman

 Je vais vous parler de Pierre car c'est avec cet enfant-là que je me suis posée le plus de questions.

Pierre n'était pas un enfant calme et paisible. Mes enfants sont nés à l'étranger. Et mon fils est arrivé bébé en Belgique.

Dès le début, cela a été très difficile avec lui... insomnies, colères, scolarité compliquée.

Il a été très vite dans le refus et dans les peurs. Peur du premier insecte rencontré, peur la première fois qu'il a vu un chat, peur de la mer.... Peur !

Une fois qu'il avait apprivoisé l'élément, ça allait... la première fois qu'il a vu la mer, ça a été des pleurs, des hurlements et puis après quelques jours, il fonçait, se lançait dans l'eau et il ne fallait plus le lâcher des yeux.

Tout était compliqué, les choses se sont donc construites comme ça. Forcément à l'adolescence, ça ne s'est pas arrangé... ça a été difficile ! Difficile...

Le refus de tout système d'autorité. C'était NON, non au règlement... il n'était jamais en ordre au niveau du matériel scolaire, il oubliait de faire ses devoirs.

Il y avait consciemment et inconsciemment un souhait de ne pas correspondre à ce qu'on attendait de lui. C'est une manière comme une autre d'exister, j'imagine, mais cela a donné du fil à retordre !

Un peu avant ses 10 ans, son papa et moi nous sommes quittés. Toutefois, nous sommes restés dans le même environnement, nous étions géographiquement proches l'un de l'autre. Suite à cette séparation, Pierre a perdu ses repères et Dieu sait s'il en avait besoin. Son papa a mis toute son énergie à être ami avec ses enfants... Et donc totale liberté... totale confiance ! Copain-copain, papa gâteau. Mon fils a alors fait des rencontres plutôt malheureuses... mais autour desquelles il s'identifiait... le papa, n'étant pas Belge d'origine, s'est toujours senti « déraciné » et a communiqué ce sentiment à ses enfants. Pierre a fréquenté des jeunes dont l'histoire familiale comportait un parcours de déracinement. Il n'avait pas un seul ami belge. Il s'est concentré sur ces amitiés-là, des jeunes qui avaient probablement vécu aussi des refus du côté de l'école et d'autres inégalités. Ils étaient hors normes, groupe de petits délinquants qui fumaient le pétard en cachette. Pierre est tombé dedans, les

deux pieds dedans ! Je m'en suis rendu compte très très vite. Son père et moi étions assez ouverts à la chose, moi-même, j'ai déjà fumé des pétards, son papa aussi. Nous n'étions pas complètement traumatisés en criant « au secours ! Au secours ! Qu'est-ce qui nous arrive là ? » Je dis ça parce que j'ai déjà vu des mamans paniquées, faire ce genre de choses.

Pierre n'en a jamais parlé avec son père, de peur de le décevoir. Il percevait que son papa n'était pas en mesure d'entendre ou de voir ça.

Les enfants vivaient en garde alternée. Mais, moi, je souhaitais mettre un cadre. Je leur disais : « ça oui, ça non... ! Tout peut être négociable, mais tu as intérêt à avoir de bons arguments, car moi, je suis sûre de mon non ! »

En tout cas le discours était clair à ce niveau-là ! Par contre de l'autre côté, pas du tout ! Les enfants avaient une grande liberté, le papa avait des horaires tardifs. Mon fils était livré à lui-même, en rentrant de l'école.

Son père jouait la carte de la confiance. Nous avions des litiges à ce propos. Cela a renforcé les désaccords que j'avais avec mes enfants et principalement avec Pierre. Évidemment, c'était plus confortable chez papa que chez maman...

Je lui parlais, même quand lui-même n'en avait pas envie. Quand je voyais ses pupilles dilatées, je lui disais : « Je vois que tu as fumé, je le vois, ne nie pas ! Tu as fumé mais tu n'as pas l'âge pour contrôler ça... c'est tellement agréable, tu es avec tes potes et tu ne te rends pas compte, mais tu n'as pas la maturité pour mettre une limite. Donc, ça fout toute ta scolarité en l'air, fait attention à ta consommation, fait attention ! » Et tous mes discours ont toujours été dans ce sens-là... « Fais attention ! »

Comme en toutes choses, c'est la mesure qui compte !

Je pense que l'interdit peut développer une escalade dans l'autre sens et empirer les choses.

Tout ça ne s'est pas résolu en claquant les doigts.

C'était un élément facilitateur, mais pas nécessaire, d'avoir eu cette relation-là avec le cannabis. Mais je n'ai jamais eu une dépendance au produit. Pour un parent ou un éducateur qui est lui-même dépendant, cela ne doit pas être facile ou très sain.

Mais c'est important de disposer de certaines informations. Oui, ça

aide à relativiser... Chez certains parents, c'est tout de suite le drame. Cela peut prendre des proportions énormes et cela crée un fossé entre les parents et les enfants ! Parce qu'ils sont complètement dépassés.

C'est important de dédramatiser ! Je le pense vraiment !

Le mieux est d'en discuter plutôt que d'interdire catégoriquement ! De donner les bonnes indications aussi « Attention à... deux, trois joints tous les jours, c'est beaucoup trop, trop pour ta scolarité. Pour ton portefeuille ça ne va pas non plus ! Légalement, c'est complètement interdit ! Donc, si tu te fais piquer, voilà les risques ! »

Et donner des revues, laisser traîner les infos que les jeunes vont lire ou pas, mais qu'elles soient là, disponibles.

La fréquentation avec ses copains, c'était pour lui l'essentiel, c'était son nid, ses points de repère : les ' potes ! ' C'était sa famille, la fraternité...

« Eux, ce sont les vrais, c'est sur eux que je peux compter ! On est frères de sang ». Il avait des discours comme ça.

Mais il y a eu un débordement idiot ! Une histoire bête... Mon fils, pour venger un copain, a agressé verbalement et volé un autre jeune. L'autre jeune s'est plaint et mon fils a été reçu par le directeur de l'école. Pierre a décidé seul, après l'école, d'aller parler au jeune pour s'excuser à sa manière, lui dire qu'il voulait bien lui rendre ce qu'il lui avait pris, mais la conversation a tourné au vinaigre et mon fils a menacé l'autre verbalement. Alors, les parents sont partis porter plainte à la police... Mon fils a été embarqué et condamné à des heures de travail d'intérêt général. Je ne cautionne pas du tout ce qui s'est passé, soyons bien clairs ! Mais j'ai trouvé que la réaction était démesurée par rapport à ce qui s'était passé.

Tout cela n'a malheureusement pas arrangé les choses !

Quand Pierre et moi étions en voiture, les flics nous arrêtaient systématiquement, contrôle du véhicule... il était pointé ! Pointé, vraiment !

On a été reçu par un juge, je crois que je n'ai jamais été autant humiliée de ma vie !! Jamais ! C'était une honte ! J'avais envie d'expliquer qui est réellement mon fils à ce juge qui n'en dressait qu'un portrait complètement faussé. Le juge m'a alors 'engueulée', disant que mon fils ne pouvait qu'être un délinquant, avec une mère qui le justifiait de la sorte... J'ai compris que je devais me taire.

Tout cela a été très traumatisant ! Et ça n'a pas arrangé les choses.

Pierre a continué à faire des bêtises. Des copains avaient des bagnoles et ils faisaient des tours, je sais qu'ils se sont amusés au moins une fois à vandaliser...

Bien sûr, je ne cautionne pas ces actes, mais je sais que s'il avait été encore puni, il y aurait eu un effet escalade !

Il était fasciné par les films avec des truands, des gangsters. Il savait répéter des dialogues entiers par cœur ! Et il s'est mis en tête d'avoir une arme, parce qu'avoir une arme, c'est peut-être « être un mec, un vrai de vrai » ou est-ce pour se rassurer ? Je ne sais pas vraiment... C'est dans son pays d'origine qu'on lui a proposé une arme en échange d'un service, il a rencontré ce monde-là... Il a fait de très mauvaises rencontres ! Et il a eu peur ! Très très peur du monde dans lequel il venait d'entrer ! Et il a fui ! Mais ces gens l'ont poursuivi et menacé de mort ! Pendant plusieurs semaines, Pierre s'est caché, par peur de ces gens... Et ses conneries se sont arrêtées là ! Il a coupé net avec ses amis.

Il avait vu ses amis en venir à la violence et ça, il ne l'a pas accepté ! Il n'a jamais commis d'acte agressif vis-à-vis d'une personne.

Maintenant, Pierre est adulte, il travaille, il construit une famille. Il est stable et sérieux !

Il n'a plus jamais fumé ! Il s'est arrêté net !

Je me souviens de notre relation, à l'époque, souvent très conflictuelle, mais à la fois très complice puisqu'il n'y avait qu'avec moi qu'il parlait ! Il n'y a qu'avec moi qu'il osait dire les choses, parler de tout, de ses angoisses, de sa vision des choses, de ses peurs... Quand il a été exclu de l'école, après un fameux décrochage scolaire. Je lui disais : « Pierre, tu te rends compte que tu es entièrement responsable de la situation dans laquelle tu es ? »

« Oui, évidemment, maman » Il avait à peine 16 ans ! Il avait cette révolte, mais en même temps, une sagesse, une façon de comprendre les choses !

Nos conflits étaient éprouvants ! J'aurais pu lui fermer la porte ! Il s'en est fallu de peu quelques fois... Des objets ont volé... c'était limite ! Et dans les mots, des choses très dures ! Donc, j'étais très éprouvée ! Mais je n'ai jamais fermé la porte ! J'étais pleine d'amour. C'est vrai, je ne peux pas le dire autrement. Et je tentais de le comprendre, toujours.

Au moment des conflits, je lui marquais mon refus d'accepter des

choses qu'il faisait ou disait, jusqu'à parfois l'empoigner ! « Je ne te permets pas de me parler comme ça ! Jamais ! Je t'interdis ! Je suis ta mère ! Tu ne peux pas ! » Et après, la porte était grande ouverte pour la discussion !

Je le voyais toujours au bord du gouffre... J'avais peur qu'il tombe dans le précipice tout simplement. Parce qu'il a été « limite » pendant très longtemps, ça pouvait aller loin, il était loin ! Vraiment loin... Je ne sais pas ce qui a fait qu'il n'est pas tombé. Finalement c'est sa peur qui l'a peut-être sauvé et aussi le fait qu'on était quand même une famille stable et ouverte avec un brin d'intelligence, de culture. Les enfants ont été éduqués dans le respect de certaines valeurs, oui, par le papa aussi, c'est une personne qui a de bonnes valeurs humaines.

J'étais en questionnement tout le temps sur ce que je devais dire ou faire.

Un jour, il a volé de l'argent dans la maison, j'ai été le chercher à l'école... j'ai attendu que les cours soient terminés et il m'en a voulu. Cela a été grave. Évidemment, je me suis demandé si j'avais bien fait d'aller le chercher à l'école mais pour moi, c'était un besoin vital de régler tout de suite la chose ! ! Je n'aime pas laisser traîner les choses et je déteste les sous-entendus, les malentendus. Je suis frontale et je me suis souvent remise en question par rapport à ça. J'assumais aussi le rôle du père, le rôle de gendarme... parfois trop et là je me suis aussi questionnée. Comment être dans l'amour d'une mère et dans l'autorité ?

Mais ce qui m'a aidée, ce qui a aidé mon fils aussi, c'est que j'avais des certitudes !

Aujourd'hui, je suis encore convaincue que le « cadre » est très important, c'est une certitude absolue, vraiment !

Surtout à l'adolescence, mais aussi dès le départ ! Et ce cadre ne doit pas être rigide, mais sûr ! Sûr à l'adolescence : « non, tu ne peux pas boire une bouteille de vin, non, ça il n'y a pas de négociation possible. »

Mais pour certaines limites, on peut négocier, par exemple : une sortie seulement autorisée par semaine mais s'il y a quelque chose d'exceptionnel, on peut discuter et revoir la chose, ça c'est possible. Il y a beaucoup de choses qui peuvent être négociées.

Il faut avoir des exigences au niveau scolaire et aussi à propos des comportements sociaux, des valeurs humaines. Pour la manière de mettre tout cela en place, ça c'est autre chose, ce n'est pas évident, c'est beaucoup de tâtonnements !

Au moment de ces épreuves, j'ai eu la chance d'être bien entourée, sinon je pense que cela aurait été très dur ! Je parlais beaucoup à des gens proches. Et puis, mon éducation m'a aidée aussi. Moi, j'ai été éduquée de façon trop cadenassée... je me suis positionnée parfois en victime par rapport à cette éducation, mais au final maintenant, je dis « merci papa, merci maman ! »

Parfois, mes parents ont « buggés », c'est toujours là, ça reste comme ça, des trous dans mon éducation, des manques, mais je suis maintenant dans une attitude beaucoup plus positive et avec plus de gratitude par rapport à l'éducation que j'ai reçue.

Aux parents, aux adultes qui se posent eux-mêmes des questions, je dirais qu'il faut qu'ils trouvent des points d'appui ! Pouvoir parler, trouver des endroits où on peut déposer son paquet ! Et les choisir ces endroits-là !

J'ai conscience qu'on n'est pas tous nés sous la même étoile, avec les mêmes chances et que, pour moi, c'était évident de choisir à qui parler. Il y a des personnes dans l'entourage à qui on ne peut pas parler de ce genre de choses, parce qu'ils ne vont pas aider, ils vont peut-être même vous enfoncer. Il faut se trouver de bonnes oreilles, si pas dans l'entourage proche, trouver des services comme l'AMO... ou ailleurs.

C'est vraiment important de déposer son paquet, de pouvoir formuler les choses, ça veut dire qu'on les a déjà muries dans la tête. Je prends toujours l'exemple de l'hélicoptère qui se soulève et que pour pouvoir expliquer les choses, je dois les regarder d'en haut ; et donc ça met déjà une distance ! Ça rend le paquet plus léger et on le voit autrement ! Et si on tombe sur de bonnes personnes avec de bons conseils, ça peut ouvrir des pistes de réflexion. On fonctionne à tâtons, on peut se dire, tiens j'ai déjà essayé, ça et ça, tiens est-ce que ça marche ? On n'est pas seul pour réfléchir, ça me semble essentiel de trouver des points d'appui.

Aujourd'hui, je suis disponible pour chacun de mes enfants, on se voit très régulièrement, chacun a sa vie, sa stabilité, nous avons une belle relation.

Parfois, on parle et on se souvient de cette période-là.

Il y a des choses drôles qui me sont renvoyées... « Maman avait toujours raison ! Tu étais parfaite, tu étais forte, ça faisait chier, mais tu avais raison ! »

Je m'interroge, j'ai un peu de mal avec ça, je trouve que cela doit être écrasant pour eux toute cette raison ! Ce n'est pas ce qu'ils me disent, mais je me remets encore en question.

Pas par rapport au cadre, aux valeurs, mais à mon propos. Comment et pourquoi j'ai réagi comme cela, à ce moment-là. Je donne l'image d'une maman forte. J'en suis un peu fière, mais en même temps cela me questionne encore.

Dans leur paternité, mes fils veulent donner à leurs enfants l'image d'un homme fort.

Le conseil fondamental pour moi, mais ça ne se commande pas ces choses-là, c'est de rester en amour avec son gamin ! De rester en contact ! De ne pas couper le contact. Voilà l'essentiel.

J'ai eu la chance que ce lien-là est toujours resté ! Même si je lui en voulais sur le moment même, deux heures après, je n'avais qu'une seule envie c'était de le serrer dans mes bras !

Le côté fusionnel entre parent et enfant, il est là, inutile de le nier ! C'est une réalité dans cette relation. Il faut tenter de garder le lien, que la discussion n'amène pas à fermer des portes, donc veiller, être vigilant à ne pas aller trop loin. Car pour rouvrir des portes fermées c'est très difficile !

Parfois, il faut que ça pète ! Ce sont des disputes saines, mais il faut tenter de rester sur des bases où l'on va pouvoir reconstruire quelque chose. Il faut être très vigilant. Penser à l'après et savoir écouter !

Remettre dans le cadre, parler de la légalité, de la consommation, comment ça se passe, donner des informations, trouver des points d'appui. Mais trouver le moyen le plus pertinent, de comment faire, ça, c'est encore une autre paire de manches !

Si on en a la capacité, l'humour est aussi une piste intéressante pour dédramatiser, pour prendre de la distance. Il existe un humour familial, dans chaque famille il y a un style d'humour, de temps en temps faire appel à ça. Passer par cet humour, par des mots de complicité familiale, les blagues ou la bêtise qu'il a faite quand il était

petit et qu'on a répété 50 mille fois... C'est parfois intéressant de passer par là pour communiquer avec son enfant ou pour s'aider soi-même à relativiser certaines choses.



Les drogues, en parler avec nos enfants

par Line Beauchesne¹, Prospective Jeunesse

Des recherches ont démontré que, pour qu'ils soient efficaces, les messages de prévention d'abus des drogues doivent répondre à trois conditions.

En premier lieu, ils doivent tenir compte des modèles socioculturels de consommation de drogues qui prévalent chez les jeunes, en particulier ceux qui sont les plus populaires auprès de ce groupe d'âge (l'alcool, la nicotine et la caféine) et qui sont légales. Il est important de faire porter la prévention sur l'ensemble des drogues, qu'elles soient légales ou illégales.

En deuxième lieu, **les messages de prévention d'abus des drogues doivent toucher les jeunes très tôt dans leur vie**, sans attendre qu'ils aient déjà acquis des habitudes de consommation plus ou moins adéquates.

Enfin, en troisième lieu, **les adultes entourant le jeune sont les meilleurs messagers de cette prévention, tant par leur exemple que par leur discours.**

C'est sans nul doute la plus importante des conditions car elle supporte les deux premières. Ce critère est d'autant plus crucial que des études démontrent que, si l'école et la famille proposent des messages assez uniformes, ceux présents dans la publicité et certaines émissions de télé qui encouragent la consommation de drogues, pourront être contrés.

Pourtant, les parents, trop souvent, se sentent peu concernés par la prévention de l'abus des drogues avant l'adolescence de leurs enfants. Cela fait écho au temps où on ne parlait de sexualité que la "veille" du mariage, faisant comme si avant il n'y avait aucun questionnement et que rien ne s'était passé chez les jeunes. Ou

encore, les parents espéraient que leurs enfants recevraient leur information sur la sexualité en dehors de la famille, particulièrement à l'école, leur permettant d'éviter ce sujet tabou. Ou encore, on prêchait un "Just say no" que l'enfant pratiquait... jusqu'à ce que l'occasion se présente de faire autrement.

De même avec la prévention de l'abus des drogues, il est très difficile de rejoindre les parents pour leur apprendre comment commencer à faire de la prévention plus tôt, au fur et à mesure que les questions se posent chez les enfants.

Les craintes des parents empêchent une prévention au quotidien

Les parents ont des craintes, ce qui est bien normal considérant l'information médiatique qu'ils reçoivent, surtout lorsqu'il s'agit des drogues illégales.

Les médias déversent jour après jour leurs rations de nouvelles spectaculaires; ils transforment un événement en fait divers sensationnel et utilisent à pleine capacité les stéréotypes en matière de drogues pour broder des récits opposant le bien et le mal, car ce sont ceux qui attirent une grande audience. **Dans ces manchettes sensationnalistes, l'accent mis sur les consommateurs problématiques par rapport aux autres usagers a pour effet d'intensifier aussi les peurs des drogues illégales.**

Une plus grande visibilité et une plus grande accessibilité aux usagers problématiques qui errent dans les rues contribuent à alimenter l'idée que les drogues illégales sont des "drogues de rue" et que leur consommation mène inévitablement à la pauvreté et à la déchéance. Or, d'une part, la plupart des transactions de vente au détail des drogues illégales ne se passent pas dans la rue mais dans les maisons, les bars, les lieux de travail, les écoles, etc., et, d'autre part, la majorité des usagers ne sont pas des individus pauvres et déviants. Toutefois, les consommateurs les plus visibles sont pauvres, dans la rue, et ils rencontrent des problèmes majeurs. Ce sont eux qui sont mis en évidence dans les faits divers, contribuant

¹ Les Cahiers de Prospective Jeunesse - N° 44 - Septembre 2007

ainsi à renforcer les stéréotypes sur les “drogués”, même s’ils ne constituent qu’une minorité de consommateurs.

La situation est la même en ce qui concerne la visibilité de certains distributeurs de drogues, particulièrement s’il s’agit de bandes criminelles ou de minorités victimes de racisme (Arabes, Noirs, etc.). Ces distributeurs sont désignés comme les têtes du marché à éliminer, alors qu’ils ne sont que des acteurs sur le terrain de la vente au détail. S’ils sont arrêtés, ils sont automatiquement remplacés et le marché n’est pas perturbé.

Egalement, certains décès reliés aux drogues sont plus “rentables” à raconter que d’autres. En effet les décès rattachés aux drogues légales sont moins intéressants, alors que ceux dus aux drogues illégales, particulièrement s’ils sont atypiques, peuvent générer de bons tirages pour les journaux. Ils sont pourtant exceptionnels. De plus, l’histoire des personnes décédées consommatrices de drogues illégales est rarement prise en compte. Cette stratégie du fait divers contribue à déformer la perception du public quant à la dangerosité particulière de ces drogues.

Enfin, la façon dont les médias rapportent les études scientifiques, en n’en exploitant que les aspects sensationnels, alimente également la peur. Le but recherché est souvent d’amplifier une tragédie, statistiques à l’appui, en isolant certaines données, pour produire des chiffres “panique” et provoquer des émotions à partir du fait divers, ce qui est facile étant donné que les statistiques sur les drogues font rarement la distinction entre usagers et abuseurs.

La façon dont les médias illustrent ces drames liés à la drogue a pour résultat d’engendrer la peur dans la population. La peur ainsi alimentée a des conséquences dramatiques car elle donne à croire que, devant un problème aussi complexe, ce n’est plus aux parents de faire de la prévention mais aux spécialistes et aux policiers.

Pourtant les parents possèdent les principaux outils pour faire de la prévention.

Dépasser le mythe pour mettre en oeuvre une bonne prévention au quotidien

L’effet le plus pervers de ce discours médiatique est de laisser croire que les drogues causent d’elles-mêmes la dépendance, indépendamment du rapport que la personne établit avec elles et de l’environnement dans lequel elle les consomme.

La drogue est, pour bon nombre de personnes, jeunes et adultes, un moyen d’acquérir un espace d’autonomie. Mais cette indépendance est illusoire. Vivre, c’est dépendre des autres, de ceux que l’on aime, de contraintes physiques... Selon les individus et les groupes sociaux, le pouvoir de modifier son comportement face aux dépendances extérieures est plus ou moins développé, plus ou moins possible. L’inhalation de vapeurs d’essence, comme la consommation d’autres drogues, permet certes d’échapper momentanément au poids du réel, au point qu’il peut être difficile de s’en passer. Mais ce comportement en dit plus long sur la lourdeur des conditions socio-économiques dans lesquelles grandissent ces jeunes autochtones que sur la toxicité de l’essence. Ce n’est pas le produit qui conduit à la dépendance. Ce sont les conditions qui y conduisent.

Mais alors faudrait-il mettre l’accent sur les risques de l’utilisation des drogues en tant que solution illusoire aux problèmes personnels ? En prévention, miser uniquement sur le risque crée de l’ambiguïté chez les jeunes. Car les messages véhiculés par la culture d’aujourd’hui valorisent aussi la prise de risques dans d’autres sphères d’activités. On fait donc face à une alternative sans issue : d’un côté, il y aurait le “risque déviant” : l’usage de drogues, et de l’autre, le “risque valorisé” : le sport extrême, l’aventure, etc. Or la clef du problème est davantage du côté de la dépendance que du risque.

La dépendance compte trois composantes : produit/ personne/environnement. En effet, les rapports positifs ou négatifs qui sont établis avec les drogues dépendent de trois facteurs reliés entre eux : les produits eux-mêmes (concentration, quantité, qualité, mode d’usage), le rôle qu’ils jouent dans la vie des consommateurs (rapports positifs ou négatifs avec le produit) et

l'environnement (contexte juridique, conditions de vie, environnement immédiat). La télé et l'ordinateur, en soi, ne causent pas des habitudes néfastes cependant certaines personnes en ont besoin pour vivre; les relations amoureuses ne sont pas nécessairement des habitudes néfastes, mais c'est le cas pour certains, le jeu peut être une activité divertissante mais pour certains, c'est devenu leur enfer; et l'abandon de ces dépendances peut être un processus long et difficile, sans qu'il y ait de sevrage physique. La dépendance aux drogues n'est pas différente des autres dépendances, mais on en fait un monde à part, ce qui nuit à une prévention efficace.

Pour effectuer une prévention appropriée auprès des enfants sur les motivations à consommer des drogues, légales ou illégales, il faut aborder le problème dans son ensemble, soit la relation entre les produits, l'environnement et la personne.

Réagir aux premiers messages de drogues que reçoivent les enfants

Les médias, surtout la télé, jouent un rôle important dans la socialisation de l'enfant. Qu'en est-il de ce rôle en ce qui concerne les drogues, quand on constate le nombre imposant de messages publicitaires pour promouvoir les médicaments de toutes sortes, l'alcool, le café, les coca-cola ou autres boissons pour enfants à base de caféine ?

Malgré leur apparente diversité, les publicités sur les drogues ont toutes le même contenu : grâce à l'alcool, au café, aux boissons énergisantes à base de caféine, on se sent mieux dans sa peau, on fuit la douleur, on est plus serein, on améliore sa qualité de vie. Ce message, répété des milliers de fois dans toutes les publicités sur les drogues, est celui qu'entendent les jeunes, mais aussi les adultes : voici la recette miracle pour être mieux dans sa peau.

En somme, l'enfant apprend très tôt qu'il y a des produits qui permettent d'éviter la souffrance, la tristesse et de régler des problèmes. Et c'est là que se situe la première action des parents en matière de prévention au quotidien. Quand la question des drogues illicites se pose, ne devrait venir s'ajouter au discours préventif que la question de leur illégalité et des risques du marché.

Prenons l'exemple de la prévention de la dépendance au sucre chez l'enfant. On peut discuter avec l'enfant :

- des produits : il existe les sucres très visibles des friandises mais également plus cachés dans d'autres produits souvent peu nutritifs.
- de l'environnement : distinguer, d'une part, la dépendance au sucre lorsqu'il est consommé très souvent, d'autre part, du fait de consommer certains produits sucrés lors de moments bien particuliers, de fêtes occasionnelles, qui en permettent la bonne gestion.
- de la personne : on peut se demander quels sont les désirs qui se cachent derrière l'envie de sucre, quel rôle il joue dans la vie de l'enfant.

Là encore, les messages véhiculés par la publicité sur ces produits peuvent être un bon sujet de discussion. À quoi sert la publicité ? Qui fait-elle vivre ? Quels messages de consommation nous donne-t-elle ? Examiner le contenu de publicités ainsi que leurs slogans amène l'enfant à se rendre compte des incitations à l'achat, des inexactitudes et des exagérations, des rapprochements d'images et des arguments de séduction employés, de l'image des êtres humains qui se dégage de cet univers publicitaire. Le but est d'apprendre à l'enfant à vivre avec la publicité, à la regarder d'un oeil plus critique et à développer la conscience de la manipulation dont chacun est l'objet, sans renier le plaisir que certaines images ou formules nous apportent (c'est le signe de leur efficacité).

Cet examen de la publicité peut porter sur l'alimentation, les médicaments et bien d'autres produits avec lesquels l'enfant peut développer une habitude néfaste. Le temps passé devant la télé et l'ordinateur sera évidemment un sujet de prédilection.

Les discussions avec les enfants sur les rapports positifs ou négatifs qu'ils peuvent établir avec des objets de consommation dans leur environnement permettent de faire en sorte que la prévention des usages problématiques de drogues n'est pas un monde à part et tabou. La triade à examiner est toujours la même pour prévenir les dépendances : les produits, l'environnement et la personne.

Mais pour que cette prévention ait lieu, encore faut-il que des espaces de dialogue existent entre parents et enfants pour faire cette prévention.

Espaces de dialogue, point de départ d'une démarche préventive

Pour faire de la prévention, il est essentiel qu'il existe des espaces de dialogue qui permettent à l'enfant d'exprimer ce qu'il a en tête au sujet des drogues. En parlant de la drogue comme de n'importe quel autre sujet, l'aura de mystère, de fascination ou d'horreur perd de son pouvoir. Tel est le point de départ d'une action préventive qui respecte l'enfant et qui permet de répondre aux questions implicites ou explicites qu'il adresse à ses parents.

Ces échanges entre l'enfant et les parents peuvent être spontanés ou encore préparés, ce qui ne signifie pas qu'ils doivent avoir lieu à une heure précise, mais que certains moments de la journée sont plus propices pour se parler, s'écouter et prendre des décisions ensemble. Si l'enfant sait que ces moments existent, il viendra plus facilement vers ses parents pour partager des questions sur des sujets qui le touchent et qui l'ouvrent sur le sens de la vie, de la mort, de la sexualité, de la souffrance et, parmi les sujets abordés, la drogue surgira sans doute car elle fait partie du quotidien. Ce climat est important car il permet à l'enfant de s'exprimer spontanément, sans que cela ne soit programmé par l'adulte. Puisque la curiosité des enfants est à la base de l'information donnée, les parents éviteront ainsi de faire une publicité malencontreuse sur les drogues et de susciter des curiosités malsaines.

Mais pour que ce dialogue s'établisse, encore faut-il que la frénésie de la vie quotidienne ne produise pas une communication strictement utilitaire (fais tes devoirs, range ta chambre, etc.). En l'absence d'occasions de parler de tout et de rien en toute gratuité, comment l'enfant peut-il exprimer ses questions, ses malaises, ce qui permet aux parents de savoir ce qui se passe et de faire de la prévention ?

De plus, la performance a la cote dans notre société. Il faut réussir sa carrière, sa famille, sa vie, ses vacances, son mariage, etc. Il faut sauver la face et tenir le coup. L'échec est montré du doigt. Dans ce contexte, la tentation est grande pour les parents de transmettre aux enfants la pression de la réussite qu'eux-mêmes subissent de toutes parts, en ne laissant que peu de place à l'erreur et à "l'échec". L'enfant risque alors de croire qu'il déçoit continuellement en n'étant jamais à la hauteur de leurs attentes et de leurs critères de réussite. Pourquoi chercherait-il à se protéger dans les risques qu'il prend s'il sait qu'il ne fera jamais le bon choix à leurs yeux ? Cette pression à la réussite peut aisément couper le dialogue entre les parents et les enfants.

Enfin, le temps libre est souvent accaparé dans plusieurs familles par la consommation solitaire et passive de la télé ou de l'ordinateur. De ce fait, les occasions de dialogue entre les membres de la famille diminuent.

En somme, peu importe les outils de prévention des parents, si le dialogue n'existe pas entre parents et enfants, il y a peu de chances de les utiliser.

Briser la peur au profit de la Prévention

Bien sûr, les parents doivent pouvoir exposer, de manière exacte et adaptée, le caractère dangereux de certaines drogues, mais surtout savoir que ce n'est pas le produit qui crée le toxicomane, mais bien le besoin d'un individu à l'égard du produit. La prévention consiste ainsi à travailler au quotidien à diminuer les conditions pouvant amener un besoin négatif de drogues, légales ou illégales.

A cet égard, la prévention est toujours un pari sur l'avenir car le rôle des parents n'est pas seulement de transmettre un savoir, mais aussi de donner aux enfants les meilleures chances de devenir des adultes autonomes, critiques et responsables, en visant un mûrissement lent et solide. C'est pourquoi, le plus souvent, la prévention des usages problématiques de drogues à l'âge de l'école primaire consistera à parler de tout, sauf de drogues. Non pas que le sujet, en soi, doive être considéré comme tabou ou comme prématuré dans cette tranche d'âge, mais parce que l'axe essentiel

de la démarche est ailleurs. Ce n'est pas la peur des drames qui doit être le fondement de la démarche parentale mais la volonté de promouvoir le bien-être.

C'est un beau rêve, diront certains, mais la réalité est nettement moins romantique. Tout en reconnaissant que cela n'est pas simple, disons plutôt que cet idéal doit fonctionner comme un point de mire : on sait qu'il est éloigné, mais on s'efforce de ne jamais le perdre totalement de vue, sous peine de ne plus savoir ce que l'on vise.

En somme, les parents ont le premier rôle en matière de prévention d'usages problématiques de drogues et quand s'éloigne la peur médiatique et que les espaces de dialogue sont là, ils ont les capacités pour jouer ce rôle, en inscrivant cette prévention dans l'ensemble de leur projet éducatif. Pour cela, certes, il n'y a pas de recette magique car, comme chacun le sait, chaque enfant est unique et oblige à continuellement adapter le discours en prévention à leurs questions et à leur parcours.

Mais pour rejoindre les parents afin de les sensibiliser pour que cette prévention commence tôt dans la vie de l'enfant et non la "veille du mariage", il y a encore tout un travail à faire qui s'avère, à l'heure actuelle, encore fort difficile malheureusement.

La première fois que ...

maintenant, je sais

Quand j'étais tout petit, il m'arrivait de beaucoup pleurer et ça ne plaisait guère au père

Ni lèyoz nin tchoûler li ptit come çoula, fyoze one sacwèl ! brêt tofèr !

Je n'aime pas pleurer le petit comme ça ; fais quelque chose.

Et maman, pour que son homme soit content et qu'il puisse

Êt Mum, po ki s'n-ome seûye contint èt k' i puche choûter l' bê match di fout al tsf èle mètève one gote di blanc pèkèt dins l' lècê do wêwê!

écouter le bon match à la radio Elle ajoutait un

peu de packet dans le biberon.

C'était comme du lait plus sucré avec un chèque de

C' èstève come do lècê avou on pô do souke èt on drole di gos' !

goût fort.

Dji n' tossève nin, dji vèyève tot è dobe, tot-a-fêt boudjève, on còp ô lon, on co fwart près Çou k' dj' apicève èsteût tot drole, pus ossi deûr, pus doux. ... Dji n' sé pus

Je ne toussais pas Je voyais tout double, tout

bougeait, un coup loin, un coup tout prêt.

Ce que j'attrapais était bizarre ; ni si ferme

Yves

plus doux ; je ne sais plus.

Adon, li pikant do toubak rèvolève ; li coméradje do posse si stofève, dji m' sintève bin ! Dji bagnève dins l' awate.

Le piquant du tabac s'en allait alors et

je me sentais bien. J'étais dans l'ouate.

Bin rade, dji n' vèyève pus rin di ô lon èt pwis, pus rin di rin ! Dji dwarmève com on lwâr, on satch di cromptîres... come on stok

Bien rapidement, je ne voyais plus rien de loin puis

plus rien du tout Je dormais comme un vrai

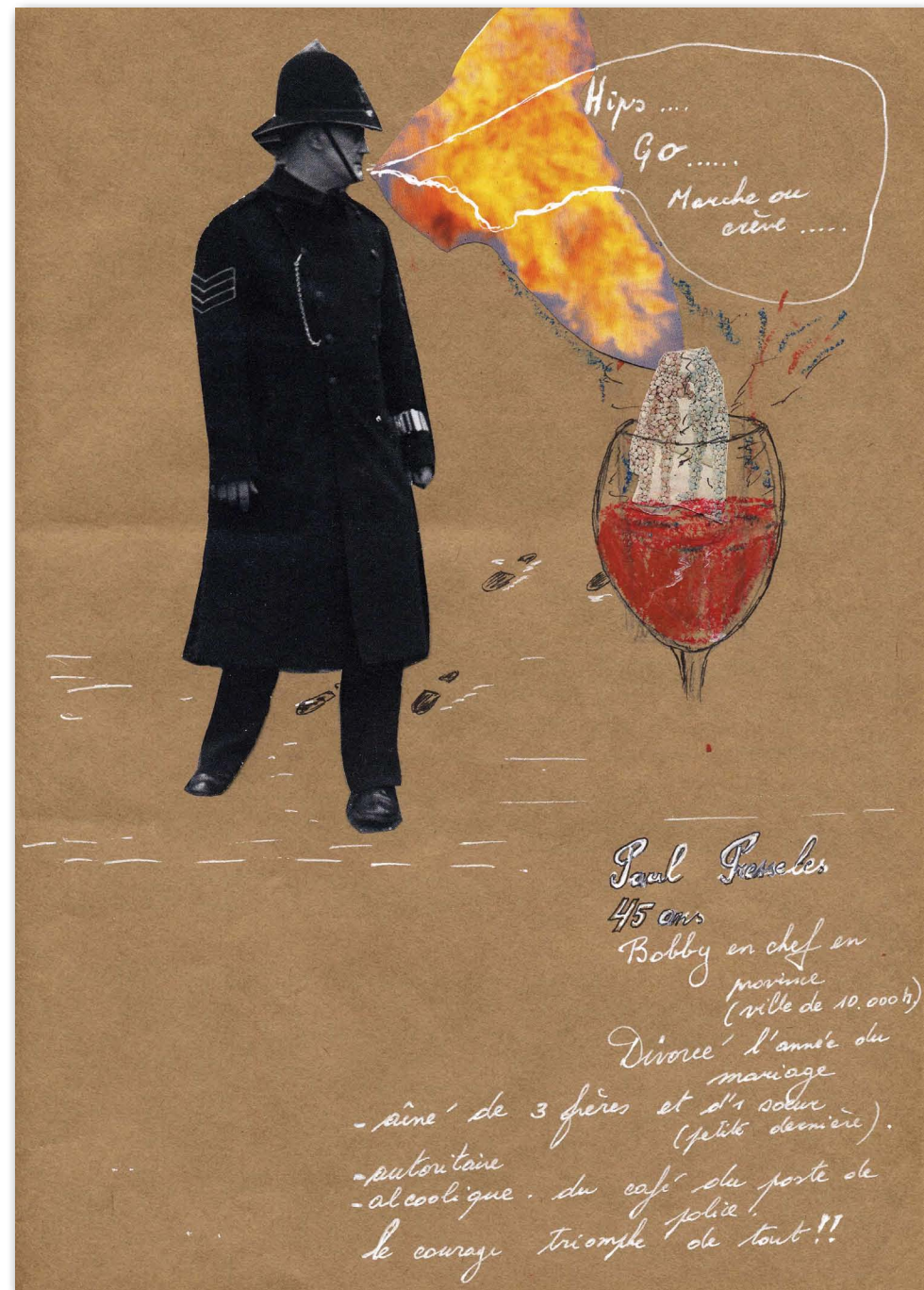
Dji dwarmève bin adon, èt lontins !

petit ange Je dormais bien clos et longtemps.

C' èstève fêt avou brâmint do sintimint. Dj' i aveû dreût a chake còp ki Liverpool djouwève !

C'était fait avec beaucoup de sentiments. J'y avais droit chaque fois que Liverpool jouait.

Plus tard, naturellement, maman en parlant avec ses amies me permettait de prendre une cigarette de Porto dans son verre



C'est jour de Carnaval.

Encore plus que d'habitude,

Paul a bien fêté l'occasion

Il est formidablement fêté,
marche comme il peut

passer d'une facade à l'autre exploite...

Au détour d'une ruelle, il aperçoit un joli brin
de fille évanouie dans le vomit.

Il se penche égaré, lui caresse la joue

D'un seul coup, il reconnaît Mélodie

Le choc est grand !!

Sa petite sœur git évanouie dans le caniveau!
Manifestement, on a profité de son état.

Paul est dégrisé d'un coup.

Il appelle à l'aide et accompagne sa sœur
lors de son transport à l'hôpital.

Les médecins ont fait à faire pour la sortir du coma,
soigner ses blessures, prévenir les infections.

Crois jours plus tard, elle émerge enfin,
peut dire jusqu'où elle est descendue ...



Paul n'a plus eu depuis le sauvetage
de Mélodie. Il est passé par bien
des étapes de mal être Il a pu
le dire à sa sœur alors qu'elle était dans
un état second. Elle a grimaqué un
sourire comme elle a pu.

Paul l'a remercié d'avoir été le déclencheur
de sa prise de conscience.

Mélodie pleure beaucoup! Douleurs dues à
l'agression, honte, manque

tout s'emmêle, la met mal et
la fait souffrir.

Paul écoute, se tait, tout rayonnant
de chaleur humaine (cela ne lui était plus
arrivé depuis son système de flic).

Il se sent vraiment utile !!

La première fois que j'ai touché
une bouteille, ça m'a complètement grisé.
... 14 ans, un soupçon de poutache et de
l'agressivité à revendre ... c'était moi!
Avec aussi cette envie de vomir mon mal-être
sur le monde entier.

La bouteille, je l'avais volée.
Premier larcin, premier pas vers la délinquance.
"Grisant", c'est bien le mot qui convient.

Tout se passait dans ma tête : sensations
de puissance, d'invulnérabilité ... de confusion
également. L'impression fugace de trahir.
Oui, mais à cet âge, on est impulsif et alors
les bons sentiments ...

La bouteille était froide et mes
paumes moites frottaient la bouteille me brûlait.

Chafarder, c'était bien. Après, fallait
consommer ! Et en quantité de préférence.
L'adolescence, ça vous dévore le cerveau hein !

Je ne me rappelle pas ce que j'ai
bu cette première fois. Un liquide quelconque
qui m'a plongé la gorge et le cœur à tout jamais.

Mademoiselle Jolicœur attendait de
pied ferme le pharmacien en retard.
Les nausées la submergeaient : abus de
cigares possiblement.

Ah, Monsieur Boif, enfin ! Qu'allez-vous me
vendre pour me soulager cette fois ?

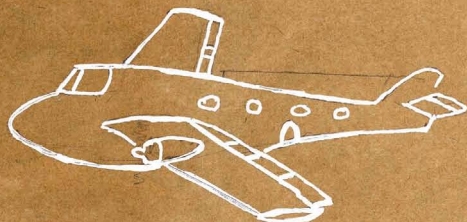
Rien au fond'hui Alice. Arrête de fumer
et tu iras parfaitement bien. Tu t'empoisonnes
et je t'empoisonne également avec tous ces
médicaments.

Oh, et vous, les bouteilles sous le couloir,
c'est pour décorer ...

Fillette, j'ai été faible quelques fois dans ma
jeunesse et vois le résultat. Ma vie n'est qu'une
suite de jours mornes rythmés par l'alcool à
l'ingurgiter. Pas de rêves, plus d'espoir ; mon fils
m'ignore, ma femme est malheureuse.
Tout m'échappe et moi en premier.

Alice est perplexe : le cigare, c'est juste
pour la fumer. Est-ce possible que cette
folie l'entraîne aussi loin ?





- E - Desirez-vous un baiser de marche?
- S - Oh merci, je tiens à garder ma taille de quipe ainsi qu'à porter mon bikini. Nous sommes en voyage de nocce !!
- E - Ah! moi je voyage pour découvrir la vie des autres! Ma taille de quipe, je l'ai perdue à 15 ans! Je suis accro au grignotage. Enfin non, je pense plutôt aimer trop la vie que pour me priver de ce qui me plait...
- S - Nous avons tous nos petites dépendances. Elle, je fume et Bruno, il ne se sépare jamais de son portable. Je fume tellement que je crois lui avoir dit "oui" en noir et blanc. Le blanc pour la rache, le noir pour le souffle ou "oui".
- E - Ah! C'est amusant ça. Elle, si je me mariais, je lui dirais oui avec un baiser. Un baiser de marche ou d'ailleurs moi avec un baiser...
- S - Desirez-vous une cigarette pour changer?
- E - Oui, merci. Cela me permettra d'expérimenter et de partager avec vous !!

La prof m'avait encore envoyée au tableau, toujours dans le but de m'approcher.

Sois mais timide, exprime-toi clairement dit-elle. Bien sûr, aucun son ne sortait.

Frustrée, déçue, je rentrais chez moi.

La porte à peine franchie, je ressentais ce tiraillement ou creux de mon ventre. Y ou foim, c'est sûr f ou foim.

J'avais le frigo et je prends un dessert ou chocolat.

Je l'engloutis, je mâche à peine et je le termine rapidement. Que manger d'autre? Mon esprit ne s'occupe pas, moi foim non plus d'ailleurs.

Tiens voilà un bûche de nougat, hum... c'est délicieux.

Je me dirige vers le salon. Je m'y installe. J'allume la T.V. et je ressens l'envie de grignoter.

Grignoter un chips, et puis un chips et encore un autre chips. Ça dure plus longtemps...

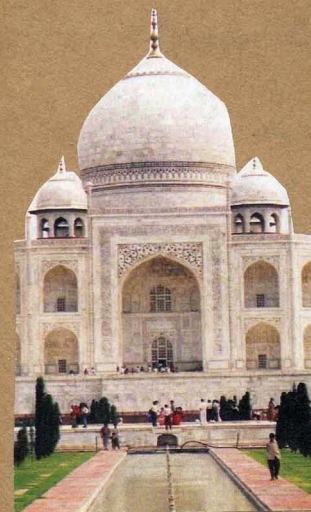
Tiens, ils nous proposent des voyages. Partir... et pas se dévotiler et voyager. Allons connaître le monde et pourtant rester inconnus de tous.

Je m'enlève et j'en rêve

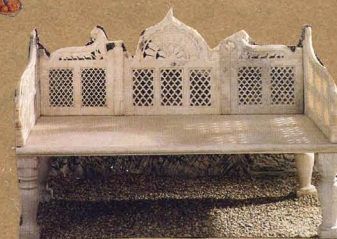


Cher ami, mon homme que je ne
laisse plus !

NOM : JOLY
PRENOM : SARAH
AGE : 25 ans
SITUATION DE FAMILLE :
celibataire bientôt
mariée
PROFESSION : Ambassadrice
CARACTERE : gai
ADDICTION : tabac



NOM : BEAULIEU
PRENOM : EGLANTINE
SITUATION DE FAMILLE : CELIBATAIRE
PROFESSION : EMPLOYEE
CARACTERE : CURIEUSE et BONNE VIVANTE
ADDICTION : la NOURRITURE



Ce n'est pas de la dépendance mais le plaisir de profiter

la 1^{re} fois que j'ai compris ce que la cigarette était, je me suis dit; et j'ai dit: Beurk, je ne fumerai jamais. Et la 1^{re} fois que j'ai fumé une cigarette, je me suis senti bête, j'avais 16 ans, ridicule... On veut se démarquer de tous et de tout le monde. "Elle" me paraissait dégueulasse et puis "elle" m'avait pas de goût. On se sent fier car les copains nous incluent dans leurs groupes. Mais tous cela était de la fierté, de l'orgueil? Non de l'ignorance...

La fois suivante, je me suis dit pourquoi pas? Ça ne fera pas mal... Et là j'ai compris que ce serait la suite d'une longue, très longue histoire entre "elle" et moi.

Peut-être même décider à arrêter, peut-être que cette histoire prendra fin.

Mais ce jour n'est pas encore Arrivé ...



M, D. Salut.

M - Tu travailles pas de cette endroit est reposant?
M - Si, c'est pour cela que j'aime me promener ici.

D - Dis, une question me chiffonne...

M - Oh, laquelle? Dis moi.

D - Si tu viens ici souvent pour réfléchir, c'est parce que tu as des soucis?

M - Je sais pas, si je peux te le dire... Mais j'ai l'impression de te connaître. Je suis un "DROGUE" et je ne sais pas m'ensortir.

D - C'est drôle, moi aussi j'ai l'impression de te connaître. Et puisque tu as osé me dire ton problème, je vais te dire le mien. Moi je suis Alcoolique et je fume des cigarettes.

M - Et bien, je vois que nous sommes dans un beau pétrin, tous les deux.

D - Tu as une solution à nos problèmes?

M - Ok, à une condition... Voilà je suis sûr de trouver une solution à laquelle tu as pensé. Comme toi, tu vas trouver une à laquelle j'ai déjà pensé.

D - Mais quel rapport!

M - On doit accepter et s'accompagner jusqu'au bout. Comme cela on est pas seul, et on a une chance de s'ensortir.

D - J'accepte sans hésiter.

Delphine est allée aux AA (Alcoolique Anonyme) et Riquel est allé aux DA (Drogues Anonyme) - ils ont tous deux arrêté et aujourd'hui cela fait 18 mois qu'ils sont clean. Ils se sont libérés de cette prison, de ce poids qu'ils les emprisonnaient. Si un jour vous doutez, vous avez peur, vous ne savez pas comment faire. Un ami, un parent, ou même un médecin. Toutes ces personnes sont là pour vous aider et non pour vous juger.

Un ami

miguel gonza les.

J'ai dix ans et j'ai 3 sœurs et 2 frères
je suis le plus vieux et je dois travailler.

C'est mon homme de la maison.

Mon père est décédé et faut gagner de l'argent,
je fait visiter la ville aux touristes.

Toujours il m'arrive de faire des travaux
d'adultes.

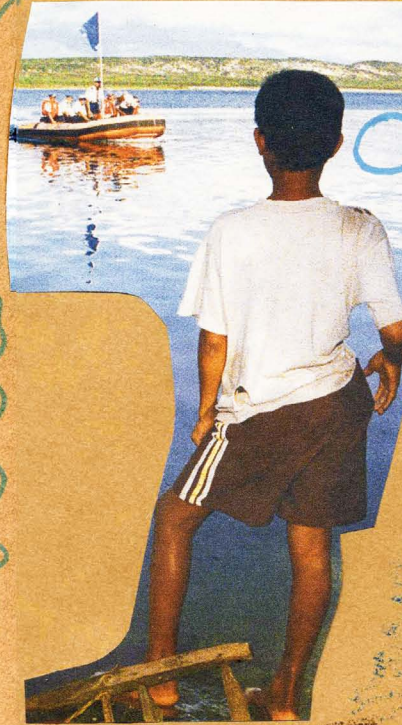
Je livrer des paquets faut gagner plus.

Il m'arrive d'être payé avec ce qu'il
y a dans le paquet.

Je l'ai testé une fois, cela m'a plu,
j'ai pu m'évader, oublier...

Depuis, je ne peux m'en passer.

Aujourd'hui j'ai 15 ans, mes frères et
sœurs peuvent se débrouiller sans moi
car je ne m'en sortirai pas.



Roken is
dodelijk / Fumer
tue / Rauchen
ist tödlich



Delphine 25 ans, dynamique, célibataire.

je travaille dans un snack-bar.

C'est pas ce qu'il y a de plus gai.

Mais ça paye le loyer et les factures,
cela me rend pas tout à fait
heureuse. Je suis se soin avec les copines et
je pense que je devrais pas.

Car je sais que je vais encore rentrer
encore avec la tête à l'envers.

Cela fait 20 ans que je dis la même
chose : **ALLEZ demain j'arrête de boire
et de FUMER !**



LA PREMIERE FOIS QUE JE ...

Nous étions chez des amis de mes parents, je devais avoir 18 ans.

Les vieux étaient dans le living pour débattre de leur point de vue politique. Les discussions étaient animées et très ennuyeuses pour les gamins que nous étions. Le fils de la maison, qui avait 22 ans nous emmena dans son chalet au bord du Tenain. Bâtisse plutôt moderne, surtout une piscine plus grande que la nôtre.

Sur la terrasse, des instruments de musique, quelques filles en bikini, des tables basses entourées de canapés somptueux. Sur les tables reposaient des sachets de substance blanche et brune.

Quelques seringues pures, des cuillères torolues, des élastiques de plusieurs couleurs assorties à la décoration. Dans des coupelles, des gousse d'herbe, des feuilles, des cales à volonté.

On pouvait dire qu'il savait accueillir les amis de la famille...

Une fille de corpulence plutôt agréable, s'approcha de moi de manière affectueuse et sûre de son charme, elle m'invita à m'asseoir près d'elle dans le canapé. Aussitôt, les verres se mirent à tinter et le champagne à couler, les joints à tourner...



Après quelques verres et quelques baisers éffarouchés, elle passa autour de mon bras un élastique.

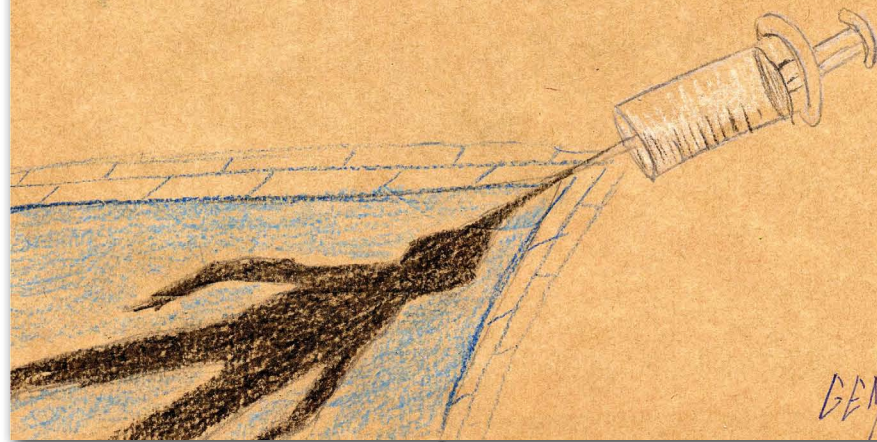
Du haut de mes 18 ans, j'étais peu sûr de mes capacités sexuelles. Je l'ai laissé mener le jeu, en m'embrassant et me caressant le corps, je n'ai pas osé venir le voir. Celui qui m'empoisonne encore la vie et me soumet à ses envies.

Lorsque la substance est entrée dans mon corps, je pensais que tous les anges du ciel étaient venus me parler, et me libérer de mes craintes les plus personnelles.

Je me suis éveillé exactement comme je m'étais installé près de cette donzelle, mais elle était partie. Mes potes, dans le même état que moi, essayèrent tant bien que mal de rester de leur stupeur.

Dans la piscine, un corps flottait... celui de mon ami Jeremy...

Pour faire disparaître ce souvenir, j'ai recommencé. et recommencé à me droguer.



Rencontre inattendue

En tournant la grille métallique, Josette pense à ce jour maudit...

Elle le revit, le ressent, comme chaque jour depuis plus de 10 ans.

Elle se souvient de la voix de cet homme en uniforme.

Cette voix claire et laide : "Madame, votre fils est décédé d'une overdose, nous avons besoin de vous pour identifier le corps de Jeremy...", d'automne est déjà bien avancé. Les feuilles de mille et une couleurs dansent autour d'elle et de ce silence si particulier à ce cimetière. Celui dans lequel repose à tous jamais son fils bien aimée.

Dans ses mains, un bouquet de fleurs fanées. Elle vient de les remplacer par les seules fleurs actuelles sur le marché : des chrysanthèmes.

Dans ses pensées, elle regrette de ne pas savoir quelles fleurs il aimait...

Le vent lui pique l'échine et un frisson glacial lui parcourt le corps entier.

Elle sort sa bouteille d'alcool, fait un geste "Santé", vers le tombeau, boit une gorgée puis se met à sanglotter.

Une main se pose sur son épaule, elle ne se retourne même pas.

Une voix, comme un écho de ses pensées, lui dit : "Ce sont les lys, les lys blancs qu'il aimait.

Les mêmes que vous apportiez à sa grand-mère lorsqu'elle était hospitalisée."

Sur ces mots, elle se retourne.

En une fraction de seconde, son regard étonné se change en effroi !

Elle est en face de celui qui pour elle est responsable de la mort de son fils.

Le jeune homme recule d'un pas, baisse le regard et dit : "Pardor, pardon Madame, moi mon plus je ne vis plus depuis son décès.

Son âme me hante... sa présence me manque je l'aimais, Madame..."

C'était mon ami. Cela m'aurait jamais dû arriver..." A ses mots, Josette a un réel sentiment de pardon.

Son fils pourrait enfin atteindre le ciel et elle reprendre sa vie sur terre.

Tous ces mots : "Pardor", "Compreheuser", "Abandon", Elle les avait enfin compris.

Son chagrin fut libéré et son avenir réapproprié."

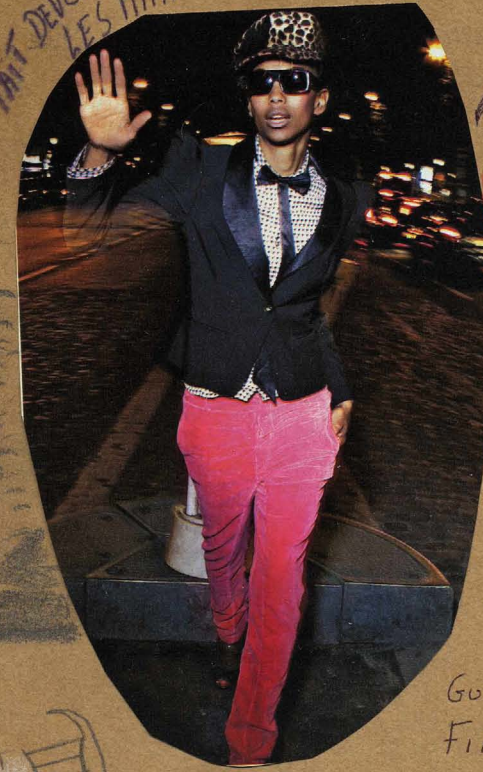
C'EST LOI QUI
L'A INFLUENCÉ



WASH



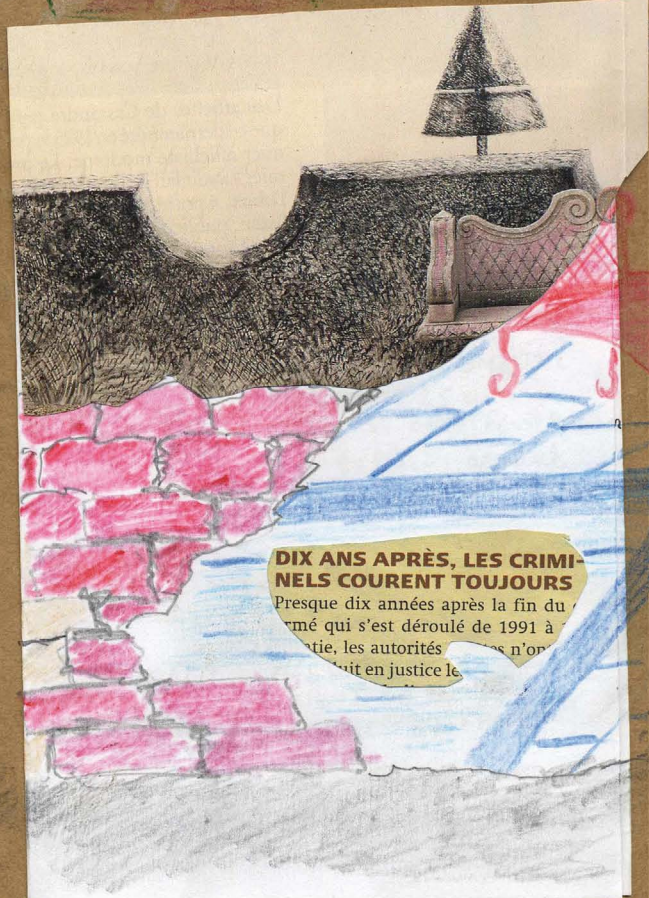
TAIT DEVELOPER
LES MARCHER
LEGAL - ILLEGAL



WASH

27 ANS

GOITARISTE
FILS UNIQUE
CELIBATAIRE



**DIX ANS APRÈS, LES CRIMI-
NELS COURENT TOUJOURS**

Presque dix années après la fin du
mé qui s'est déroulé de 1991 à
tie, les autorités n'ont
en justice le



Seul face à ses peurs, *Témoignage d'un jeune adulte, Ménati*

 Je ne sais pas par où commencer....
J'ai eu une jeunesse facile... Une famille unie, des frères.
Mais «en notre temps, on tombait vite là-dedans!»
J'ai connu la drogue tôt, je le regrette d'ailleurs. Le cannabis, les amphétamines, la cocaïne, mais pas l'héroïne.
C'est l'entourage qui a mené à cela. C'est arrivé dans un coin (un quartier de la ville) et après il y en avait partout.
Quelqu'un qui ne fume pas, mais qui se trouve à côté d'une personne en train de fumer, c'est comme-ci elle fumait elle-même. Je voyais mes amis qui fumaient, j'ai voulu le faire aussi.
J'ai commencé à 14 ans à fumer du tabac. Mes parents étaient au courant, mais ils étaient contre, comme tous les parents de toute façon... Je sentais la cigarette, ils ont très vite compris que je fumais. Mon papa m'en a parlé, il m'a dit que ça ne servait à rien, que c'était mauvais pour la santé, que c'était pour crever.
Mais bon, quand on est jeune, on n'écoute jamais les parents ! On reste de son côté, avec les copains...
Donc, j'ai continué... On fumait toujours en cachette aussi, on essayait de ne pas se faire voir...
Puis, ça a été le cannabis, à 15-16 ans.
Je n'ai jamais fumé tout seul, je n'aimais pas, car, ça peut t'emmener à être accro et puis il faut quelqu'un pour parler... faut une ambiance. Je ne savais rien sur le cannabis. Un jour, j'ai voulu y goûter, j'ai demandé à un copain. Nous sommes allés au parc, mais nous ne savions même pas rouler un joint. Nous avons demandé à quelqu'un qui était là. Nous avons fumé puis nous nous sommes endormis, jusqu'au soir.
Je fumais souvent, mais pas tous les jours. Je fumais dans les trains, sur le chemin de l'école le matin et le soir.
Je n'ai jamais cherché à avoir des infos sur ce produit.
Après, la consommation a augmenté. C'est comme la cigarette et la bière, tu commences petit et après tu en veux plus. On commence des petites doses, comme la cigarette... puis c'est toujours plus grand, plus haut...c'est ça le problème avec la drogue... tu peux commencer la plus petite des drogues, un jour ou l'autre, tu passeras quand même à autre chose...
Tu voudras goûter ! C'est comme ça que ça va... Moi, j'ai grandi comme ça, en tout cas.

Après, en boîte, j'ai connu les pilules. Je ne connaissais pas les effets, mais j'ai quand même testé. Je consommais, mais j'avais peur des risques... Je savais qu'il y avait des grands risques, j'avais peur de mourir.
Après y avoir goûté, je ne voulais plus que ça. J'en ai consommé beaucoup, mais j'ai arrêté à temps parce que je savais que c'était des grosses saloperies. Cette consommation date d'il y a 3 ou 4 ans. J'ai arrêté du jour au lendemain...je me suis dit dans ma tête qu'il fallait que j'arrête de prendre ça ! Je n'en ai jamais parlé à personne. Quand je disais aux autres que je voulais arrêter, ils riaient.
Le plus important, c'est l'entourage. Tous les jeunes de mon âge consommaient.
Avec mes copains, nous pouvions nous procurer beaucoup de drogues différentes. Nous trouvions de tout à Marche.

Je n'ai jamais arrêté le cannabis. C'est comme si le cannabis était plus fort que moi. C'est un problème, car je dépense de l'argent pour cette consommation. Oui, je me sens dépendant. A 25 ans, je n'ai pas pu m'arrêter.

C'est durant la période la plus chaude que j'ai arrêté les autres produits, les pilules. Le groupe s'était dispersé, je suis resté avec quelqu'un qui ne consommait pas beaucoup, qui avait peur aussi des risques et tout ça...parce qu'il y en a qui n'ont pas peur!
Ils prennent ça comme des Tic Tac... Rien à foutre ! Je me souviens d'un copain, en soirée, il avait pris 30 pilules et il ne sentait rien ! Ça dépend aussi du corps... de ce que tu prends, de ce que tu fumes, tout dépend du corps.
Moi, avec 2, j'étais surexcité. ... ça ne donnait pas de l'énergie. Je ne sais pas comment dire ça, c'était un stimulant, Oui, stimulant. Tu es motivé pour danser pour sauter, c'est comme ça...mais ça dépend du corps de chacun.
Mais je me sentais coincé par mes parents et donc je n'en prenais qu'en soirée.
Mon père était fort sévère. Il a été mis au courant par la police. J'essayais de ne pas croiser mon père. J'avais peur de voir mes parents quand j'étais sous l'emprise de la drogue.
Certains parents de mes copains étaient au courant de leur consommation. Et une maman donnait même de l'argent à son fils pour ça. Certains copains consommaient chez eux.

Moi je n'aurais pas voulu ça et je suis content de la sévérité de mes parents. Même si c'était un sujet tabou, je savais qu'ils étaient contre.

Un copain est allé trop loin. Nous étions dans la même classe. Nous avons tout goûté ensemble, mais ce copain-là, voulait toujours aller plus loin et est tombé dans l'héroïne.
Et ça, ça te fait faire n'importe quoi !
Moi, j'ai fait demi-tour. Je ne voulais pas y toucher !

Je n'ai pas été dépendant de la cocaïne. J'en ai consommé pendant un an, mais uniquement les week-ends.
Il y a des gens qui prennent ça pour être bien ou pour travailler. Moi, je ne savais pas, ça m'endormait. Avec un copain, nous ne voulions pas que les autres sachent que nous en consommions, ça restait entre nous. Nous nous cachions, nous avons peur d'avoir des problèmes avec la police. Aujourd'hui, on voit des gens en rue qui se baladent avec un joint à la main...
Avant, il y avait plus de risques, beaucoup de drogues circulaient. J'ai arrêté, ça coûtait trop cher : 50 euros le gramme !
Fallait que je me remette en place comme une personne normale.

J'ai arrêté de moi-même. C'était difficile de trouver de l'argent.
Droque + soirée = 200 euros
A 18/20ans, ce n'était pas facile. Si je ne m'étais pas forcé, je serais dans un trou.
J'ai un ami qui vendait sa maison pour avoir de la drogue...
À cause de la drogue, on fait des braquages, de la prison. On prend beaucoup de risques.
J'ai fait pas mal de soirées technos. Avec la musique, il te faut quelque chose pour te mettre dans l'ambiance. Et j'ai vu quelque chose de grave. Une personne qui avait consommé quelque chose, je ne sais pas quoi. Mais cette personne a calé sur place et elle tournait tout le temps en rond. La police a vidé toute la salle et ils n'ont pas touché à cette personne là. Moi, j'étais un des derniers à sortir et ils ne l'ont pas touché, ils l'ont laissé dans son délire. Elle n'arrêtait pas de tourner. Et de parler. Elle avait un sac banane et elle parlait à son sac ! Ce truc-là m'a vraiment choqué, comment elle avait perdu la tête ! Je ne savais pas ce que la personne avait pris. Certaines personnes mélangeaient tout, toutes sortes de drogues. Elles fumaient, buvaient. Il y a l'alcool, le cannabis, les pilules, la cocaïne, tout est mélangé

Ça m'aurait dérangé d'en parler.

Je n'en ai jamais parlé à mon père.

Les jeunes aujourd'hui ne savent pas ce que c'est. Ils comprendront à un certain âge.
Maintenant, je suis marié, j'ai un enfant. Je fais toujours attention à beaucoup de choses.

Je montrerai le bon chemin à mon fils. Je ferai le maximum. Je lui laisserai plus de liberté, mais je serai derrière lui. Je ferai des activités avec lui, je lui parlerai.
Je n'ai pas connu ça avec mes parents. Nous étions 3 garçons et chacun était de son côté. Tout le monde se fichait de ce que l'un ou l'autre faisait.
Au sujet de ma consommation, je cachais tout. Personne ne pouvait savoir, même pas un grand frère, par peur qu'il le dise à un oncle qui le répèterait aux parents.

C'est bien d'interdire les «grandes» drogues et l'alcool. Mais pas le cannabis. Ce n'est pas une «grande» drogue. Avec le cannabis, tu sais encore ce que tu fais, mais pas avec l'alcool. Ce n'est pas si dangereux, pas besoin de l'interdire.

Un message aux parents dont l'enfant consomme... Ça dépend du produit.
A un jeune, je dirais qu'il doit arrêter ces conneries-là.

J'ai raté pas mal de choses et d'occasions parce que j'ai touché à tout ça. A l'époque, je ne pouvais pas acheter de voiture parce que j'avais besoin de l'argent pour la drogue.
La drogue, ça coûte cher.
Une personne qui ne consomme rien a une vie meilleure. Il peut se permettre ce qu'il veut.

La réduction des risques par Modus Vivendi

Réduction des risques et usage de drogue : nous ne sommes pas des autruches.

La réduction de risques, vous connaissez ? Mais oui, réfléchissez, ... Certains messages de réduction de risques sont très connus : « Fumer crée une forte dépendance », « Une bière brassée avec savoir se déguste avec sagesse », « Sans alcool, la fête est plus folle », ... Concernant les drogues, les messages de réduction de risques sont moins connus. « Pour qu'une imprudence d'un jour ne vous poursuive pas toujours » est le message figurant sur des kits d'injection stérile à usage unique disponible en Belgique pour les personnes consommant des drogues par injection.

Sans qu'on ne le sache toujours, les stratégies de réduction de risques sont bien présentes dans l'espace public comme sur des produits que nous consommons au quotidien (cigarettes, bouteille d'alcool, ...). Qu'est-ce que la réduction de risques liée aux usages de drogues ?

Selon le dictionnaire le Petit Robert de 1994 une drogue c'est :

1. Ingrédient, matière première employée pour les préparations médicamenteuses confectionnées en officine de pharmacie
2. Médicament confectionné par des non-spécialistes, et qui, généralement n'est pas utilisé par la médecine.
3. Chose mauvaise, à boire.
4. Stupéfiant.

Entrons dans le vif du sujet.

Prise de risques ? Réduction de risques ? Le risque « 0 » n'existe pas...

Le risque zéro n'existe pas, l'ensemble des activités humaines comportent des risques. Une vie sans risque est impossible, mais il est possible d'en réduire certains.

Le risque est, en effet, inhérent à la vie et à tout âge nous en prenons, mais pas forcément de manière consciente ou volontaire. Ainsi, l'enfant de 2 ans, avide d'expériences et de découvertes, est

susceptible de sauter dans une piscine sans savoir nager où encore, ne mesurant nullement les conséquences possibles, de s'approcher dangereusement d'un feu de bois.

Plus tard, l'adolescent sortira du cercle familial pour mener ses propres expériences. Par essais erreurs, se construisant en tant qu'individu il sera aussi mené à prendre des risques, parfois importants. « Pour la plupart des adolescents, la prise de risques n'atteint pas un degré inquiétant. Le problème est que certains jeunes ont, de manière répétée, besoin de mettre en danger leur vie et/ou celle d'autrui. »

Les adultes prennent également des risques au quotidien. Si ces risques sont multiples et concernent tous les domaines, la question de la circulation automobile peut nous servir d'exemple. La majorité des adultes conduit une voiture ou accepte d'être passager, or les risques liés à la circulation sont bien connus de tous. C'est pourquoi, des mesures sont prises pour réduire les risques d'accidents : code de la route, obligation d'un permis de conduire, obligation d'un contrôle technique annuel, interdiction de conduire sous influence de drogues, etc. Ainsi, si on est prêt à prendre des risques, l'État assure un cadre légal permettant de les limiter et les individus sont responsabilisés afin de protéger leur vie mais aussi celle des autres.

« Le risque » une notion relative.

On l'a dit, le risque « 0 » n'existe pas mais il doit aussi être relativisé. Certains sont prêts à prendre certains risques inenvisageables pour d'autres. Les personnes catégorisent les risques pris selon des valeurs et besoins qui leur sont propres. Pour reprendre l'exemple des automobilistes, certaines personnes sont prêtes à monter dans la voiture d'une personne ayant bu, mais ne conduiraient pas d'autres personnes si elles-mêmes avaient consommé de l'alcool. Ainsi, des usagers de drogues rencontrés dans le cadre d'un projet de réduction des risques refusaient catégoriquement de se faire vacciner contre la grippe H1N1 mais consommaient des drogues par injection au quotidien. La perception du risque est en somme subjective et relative : si notre raison nous aide à prendre des décisions, notre perception du monde et notre parcours de vie, nos besoins, nos envies, ... influencent nos choix. Aujourd'hui notre société cherche à supprimer les risques. Nous devenons moins tolérants face aux risques du quotidien. Pour limiter ces risques, la notion de contrôle envahit de plus en plus les sphères

de la vie privée. Tout est sous contrôle (en théorie), les caméras se cachent partout, le gsm est mis dans les mains d'enfants toujours plus jeunes « pour au cas où... », dans le chef des autorités, « il en va de notre sécurité ». Contrôle et sécurité sont ainsi très finement liés. Toute action, tout projet comprend des risques. Mais comme le dit Jean-François Malherbe, « *il y a des risques qui valent sans doute la peine d'être courus pour que la vie vaille la peine d'être vécue....* ».

Une société sans drogues ? Illusion !

De tout temps, les humains ont cherché à accéder à d'autres dimensions de la réalité, échapper à une réalité jugée trop difficile, augmenter leurs performances ou encore fêter un événement. Un moyen parmi d'autres pour y accéder : consommer des produits trouvés dans la nature et plus tard des produits fabriqués en laboratoire. Ces substances dénommées « psychotropes » ont donc la capacité de modifier l'état de conscience du consommateur et de lui procurer du plaisir au sens large, un apaisement, des ressources supplémentaires,... Prendre un Temesta pour assurer une vie professionnelle compliquée, prendre un Valium pour pouvoir se reposer suite à une journée stressante, prendre un verre d'alcool avant un premier rendez-vous galant, prendre un ecstasy dans une fête pour s'amuser jusqu'au bout de la nuit,... L'homme consomme des drogues à différents moments de sa vie sociale, que ces drogues soient légales ou non.

Les drogues sont susceptibles de jouer une multitude de fonctions. Si dans certains cas elles deviennent un véritable problème dans la vie d'un individu, certaines prises de drogue représentent avant tout une solution: ainsi une personne plutôt réservée et timide pourrait se sentir plus à l'aise dans ses interactions avec les autres en ayant consommé un verre d'alcool ou une pilule d'ecstasy; une autre désirant faire la fête toute la nuit consommera une drogue lui permettant de ne pas ressentir la fatigue; une troisième consommera avant sa journée de travail pour « tenir le coup »; un jeune se sentant exclus pourrait consommer du cannabis pour augmenter son sentiment d'appartenance au groupe; pour une autre encore la consommation de drogues lui permettra de calmer son mal-être; un détenu pourrait chercher à perdre la notion du temps en consommant des produits qui l'anesthésient; les exemples sont multiples et valent tant pour les drogues légales (vendues en pharmacies) que pour les

drogues illégales. De prime abord, chaque personne pourrait avoir de bonnes raisons de consommer des produits agissant sur ses humeurs au regard de sa trajectoire de vie ou de sa vie quotidienne. Que la consommation de drogues soit une recherche de solution pour la personne (pouvoir continuer d'aller au travail, être inséré dans un groupe,...) ou simplement une pratique (je bois de l'alcool parce qu'en soirée c'est ce que les gens font, je consomme de la cocaïne car mes collègues le font et que je me sens plus performant et moins timide,...) la question est de savoir ce qu'implique cette « solution » ou cette pratique.

En d'autres mots « quels sont les risques » ?

La réduction des risques : Concrètement ?

Si la réduction des risques est conjuguée au singulier, en réalité il n'y a pas une réduction des risques mais plusieurs, selon les finalités recherchées. Les lignes ci-dessous décrivent la réduction des risques selon l'asbl Modus Vivendi et ses partenaires.

L'originalité éthique ou en terme de valeur de la réduction de risques, repose sur le fait qu'elle veut suspendre tout jugement moral sur la consommation. Pour nos associations, les drogues sont présentes et des gens choisissent d'en consommer ou pas. La détention de certaines d'entre elles est illégale. La réduction de risques ne consiste pas à dissuader toute consommation de drogues. Elle laisse cette tâche à la prévention, qui elle agit « en amont » avant qu'il y ait consommation. Elle n'a pas pour mission d'aider la personne dépendante à stopper cette consommation qui - si elle peut être problématique - comporte des risques, pour soi et parfois pour autrui. Stopper la consommation est le rôle des centres de soins. Si la réduction de risque soutient le secteur de la prévention et du soin, elle souhaite se concentrer sur ses missions: aller à la rencontre des usagers de drogues afin de les aider à réduire les risques sanitaires et sociaux liés à leurs pratiques et consommations. Ce n'est donc pas spécifiquement la consommation elle-même qu'elle veut réduire mais les risques engendrés par des pratiques de consommation. Dans ce sens, l'abstinence n'est donc pas la visée ultime des démarches de réduction des risques, même si pour réduire les risques liés à une consommation de drogue légale ou illégale, l'abstinence peut être une bonne voie.

Quels sont les risques liés à l'usage de drogues ?

Ils sont multiples et s'ils concernent la santé physique (risque d'overdose, d'hépatite C, du SIDA, etc.) ils relèvent aussi de la santé mentale et de la santé sociale. Ainsi, c'est le bien-être de l'individu qui est visé en portant attention à sa propre perception de la santé. « *Comme l'amour, la beauté ou le bonheur, la santé est une idée métaphysique qui échappe à toute approche objective* ». Ainsi, on ne fera pas arrêter de boire ou de fumer une personne qui n'estime pas que sa consommation lui fait du mal, ou fait du mal à ses proches. Pour l'Organisation Mondiale de la Santé, le bien-être « *est un état de complet bien-être physique, mental et social, et [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité* ». Les stratégies de réduction de risques en matière de drogue cherchent donc à englober respectueusement et à agir positivement sur les différents aspects de la vie des personnes qui consomment des drogues.

La réduction des risques en action.

Comme par le passé, certains jeunes d'aujourd'hui souhaitent faire leurs expériences en matière d'usages de drogues. Entre copains, lors d'une fête, en festival ou dans leur vie quotidienne, ils posent un choix mais ne souhaitent pas pour autant risquer leur vie. La réduction des risques ne va pas juger leur démarche mais les aider à conserver leur santé, à limiter les risques.

Si les jeunes n'ont face à eux qu'un discours du type « la drogue c'est dangereux, n'y touche pas sinon demain tu seras accro et tu vas mettre ta vie en l'air » qui ne correspondra pas à leurs expériences, c'est tout le discours entendu sur les drogues qui sera balayé par les consommateurs débutants et même les conseils pertinents deviendront inaudibles s'ils ont le sentiment qu'on leur a menti sur les drogues. Ainsi, informer sur les drogues ne veut pas dire inciter à consommer. La réduction des risques ne veut ni diaboliser ni banaliser les drogues et leurs usages. Rendre accessible une information claire, précise et objective permet au consommateur qui le souhaite de faire un choix en connaissance de cause.

Donner les moyens aux personnes de réduire les risques sanitaires, psychologiques et sociaux, c'est leur donner l'information mais aussi les outils et les moyens : rien ne sert de leur communiquer

les risques liés au partage de matériel de consommation (seringues, pailles de sniff, etc) sans leur donner l'accès à ce matériel. Information et matériel vont donc de pair.

Le mot de la fin : « Un homme averti en vaut deux ».

Outils la personne consommatrice c'est lui rendre son libre choix. On ne tombe pas dans la drogue comme on tombe dans les pommes. Le produit est expérimenté et l'expérience est éventuellement recommencée, la consommation peut être occasionnelle, régulière ou passionnée. Il y a autant de degrés d'engagement dans la consommation que de personnes qui consomment.

Il est essentiel que les personnes s'approprient les moyens pour réduire les risques: pour ce faire c'est la responsabilité de l'usager de drogue qui est au centre des débats.

A l'autre extrême, les usagers ne sont pas responsables de tous les risques qu'ils encourent. Quel fumeur sait exactement combien de produits chimiques sont introduits dans les cigarettes ? Il existe un juste milieu permettant à l'usager de développer sa responsabilité dans un cadre limitant les risques.

Une meilleure connaissance de la réalité de la consommation, des drogues en circulation, des pratiques et de nous-mêmes est indispensable, puisque société sans drogue et risque « 0 » n'existent pas.

Drogues dures, drogues douces ? Un faux débat.

Les adjectifs doux et durs sont classiquement rattachés aux drogues, divisant ainsi les produits psychotropes en deux catégories, les drogues dures et les drogues douces. Si depuis les années 70 ces termes sont régulièrement présents dans les médias, ils sont rarement définis.

Selon le dictionnaire le Petit Robert, les deux termes « dures » et « doux » renvoient à des stupéfiants selon qu'ils créent une forte dépendance, ou une faible dépendance.

Que sous-entend alors le terme dur ? Il renvoie à une forte dépendance, à une accroche exceptionnelle qui empêche l'usager de faire un choix, à une pratique d'injection: La drogue dure est alors associée

à une personne avide de produits, consommant nuit et jour, malade, délinquant.

Si l'on suit cette logique, et puisque « *fumer crée une forte dépendance* », la cigarette serait une drogue dure. Pourtant dans le sens commun, on n'entend jamais parlé de cigarette en ces termes. Pourquoi ?

Le produit à lui seul n'a pas les pouvoirs qu'on lui confère: la réalité est bien plus complexe que cela. Si certains produits sont particulièrement montrés du doigt et qualifiés de « durs », à l'inverse d'autres sont banalisés puisque désignés doux et par conséquent bien loin d'éveiller les mêmes fantasmes. Qualifier un produit psychotrope de drogue douce, c'est banaliser sa consommation et minimiser les risques liés à son usage.

Peu importe le produit, c'est son usage, le contexte d'usage et la personne faisant usage qui seront susceptibles d'engendrer des conséquences plus ou moins dramatiques à plus ou moins long terme. Dès lors, dans la mesure où il n'est pas forcément utile de bannir cette séparation doux/dur de son vocabulaire, associons ces termes à l'usage et non au produit. Ainsi, il y aurait des usages doux et des usages durs, quelque soit le produit de prédilection.

Un usage dur devient alors un usage dont les risques sont plus importants qu'un usage doux. Pour le définir, il est important de tenir compte, entre autre, de la quantité consommée, de la fréquence de consommation, du contexte dans lequel le produit est consommé mais aussi de l'état de santé du consommateur, de la personnalité du consommateur, de son passé, de son présent,....

Concrètement un consommateur qui consomme du cannabis dès son réveil et jusqu'au moment où il rejoint les bras de Morphée à doses importantes et qui ne pourrait plus passer un moment agréable sans fumer un joint en ferait un usage dur. Dur parce que les risques liés à cette consommation en grande quantité et qui rythme sa journée risque de porter à conséquence sur sa santé physique, psychologique mais aussi sociale. A l'inverse, un usager d'héroïne consommant très occasionnellement dans un cadre sécurisant pour lui-même et pour son entourage fera ce que nous nommons ici usage doux d'héroïne : si tous les risques n'ont pas disparu, ils peuvent être assez limités.

Si ces deux exemples représentent volontairement des extrêmes de

la réalité des usages, ils permettent de déconstruire le mythe de la toute puissance des drogues.

Arrêtons-nous encore un instant sur une autre substance psychotrope: l'alcool. Drogue dure ou drogue douce ? En voilà une drogue pour laquelle les avis divergent: potentiellement très toxique pour le corps humain, elle est souvent banalisée. La réalité nous montre que ce produit peut également faire l'objet d'usages doux et d'usages durs. Ainsi, un petit verre entre amis, même de manière régulière est très différent d'une consommation de quantités très importantes une fois par an. Si la consommation quotidienne est susceptible de conduire certaines personnes à une consommation croissante et des difficultés à vivre sans produit, la consommation d'une grande quantité en une soirée comporte les risques d'accident, de coma éthylique, de violence pour ne citer que 3 exemples. On pourrait se poser la même question pour la cigarette. Pensons à un fumeur de cigarettes qui viendrait d'apprendre qu'il a un cancer de la gorge et qui n'arrêterait pas de fumer,... Drogue dure ou drogue douce ? Usage doux ou usage dur ?

Aborder la question de l'usage de drogue en les séparant en drogues dures et drogues douces suscite donc le risque de banaliser les drogues dites douces et ne traduit pas la réalité des usages des substances qualifiées dures qui sont parfois mieux gérées qu'il n'y paraît.

Texte rédigé par l'ASBL MODUS VIVENDI
Vinciane SALIEZ, Mira GOLDWICHT et Charlotte LONFILS.



29 Avril 2050. 5h46. Le réveil sonne... Trop tôt, toujours trop tôt ! Je me rendors... Ô toi doux songe réconfortant ! une seconde fois. Le réveil ! Il illumine maintenant ma chambre, tout en douceur... J'accepte alors mon triste sort. Je quitte mes rêves et ouvre les yeux. Comme chaque jour, mon lit le train transcommence, une merveille pour moi plus facilement, encore plus pressante, encore plus bruyante... 6h17 : J'entre dans la salle de douche. J'ouvre le robinet. A ce moment précis, je me rends compte que je m'en rends compte. HORREUR ! Mais comment est-ce possible ? Que s'est-il passé ? Comment vais-je pouvoir continuer à vivre ? Plus rien ne sera comme avant... Pour rien ! Je m'assois, abasourdi, à même le sol... Je pleure... Je chue... NON ! Pourquoi ? Pourquoi moi ? Qu'ai-je fait pour mériter un tel malheur ?

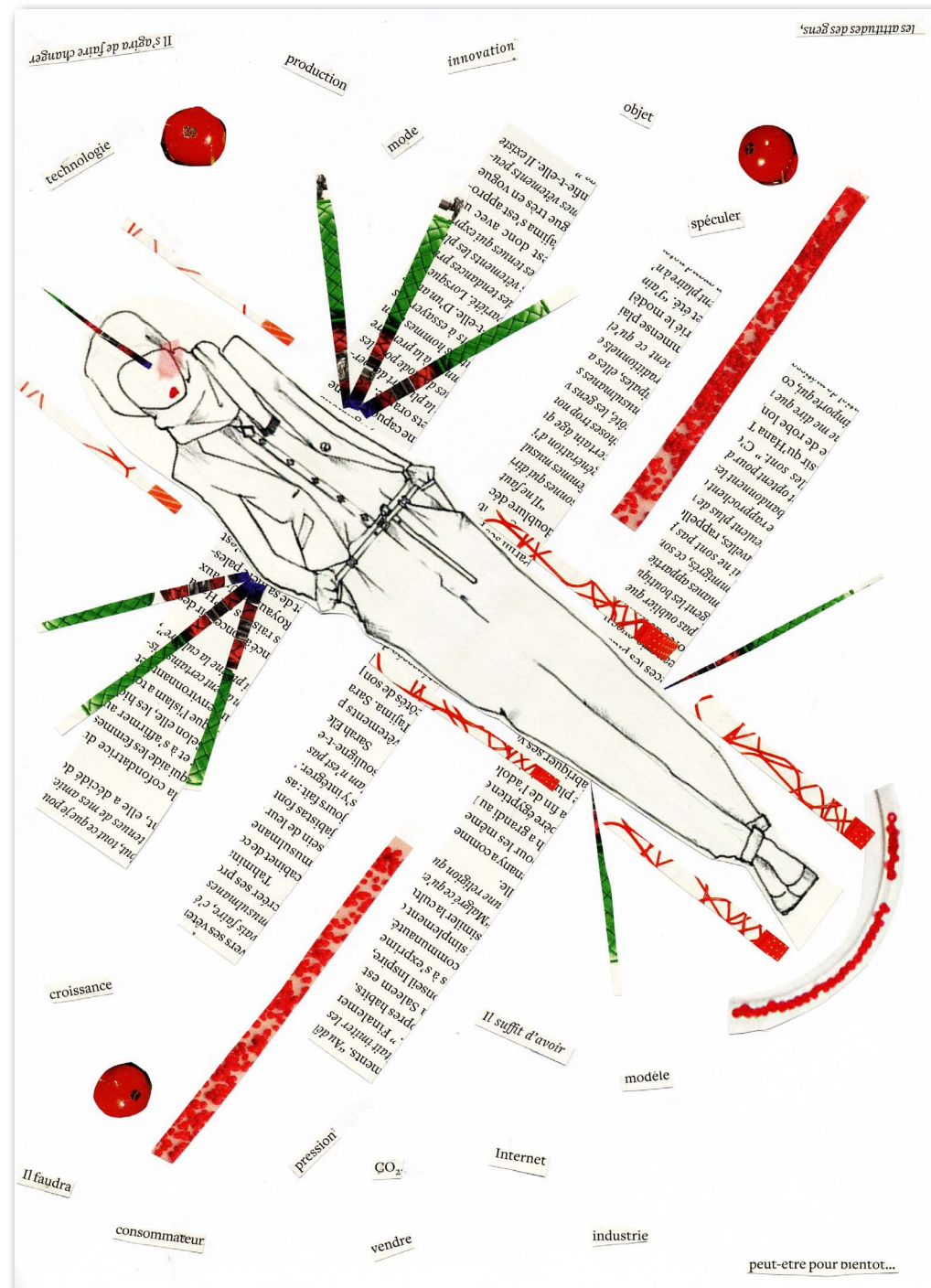
Le réveil sonne 6h30. Je devrais être sortie de la salle de douche, le café n'est mis en marche, la tartine m'attend sur la table... MAIS ! AUJOURD'HUI TOUT A CHANGÉ

avec cela, je ne peux plus rien faire comme avant !

POURQUOI ? Qu'ai-je bien pu faire ?

Oui, peut-être... Oui peut-être ces petites filules...
 Bleu pour la tâche : être productive, ne pas s'arrêter
 Vert pour la ligne : être belle, ne pas manger
 Noir pour la ponctualité : être forte, ne pas fumer
 Jaune pour le sommeil : être endormie, ne pas penser

Ou bien... ai peut-être ces petites machines intelligentes qui font communiquer, qui font organiser son temps efficacement et jettent des ondes électromagnétiques dans mon corps, dans mes oreilles, dans mon âme !



en beauté



beau

EXCEPTIONNELLES

En 2050, je me suis réveillé dans
ce ciel et dans ce ciel un miroir m'offrait
Je me suis dirigé vers lui et me suis
regardé, je me trouvais toujours aussi beau
dans ce bel uniforme.
La lumière étincillait, je n'étais plus
qu'une ombre.
Tout à coup, j'avais deux horribles
ailes qui gâchaient ma beauté exceptionnelle

Comme à l'habitude, elle se place devant le miroir et dans l'instant le choc l'atteint... Ses yeux sont devenus translucides, comme des perles en verre, pas de pupille, plus d'iris rien qu'une bille en verre blanc. Ses pompiers semblent être en papier calqué, les cils en nylon.

Plus aucune couleur, plus aucun contraste...

De jour ou nuit, ses yeux semblaient être des papillons de nuit qui s'embrasent de fards à pompiers tantôt poillottes, tantôt noirs. Elle reprenait ses cils moirés. Elle repassait ses sourcils au crayon.

Elle soulignait le contour de ses yeux avec du noir... Elle soulignait le contour de ses yeux avec du noir... Chaque jour, c'était la même chose, c'était la même chose, c'était la même chose. C'était impossible pour elle de se montrer autrement.

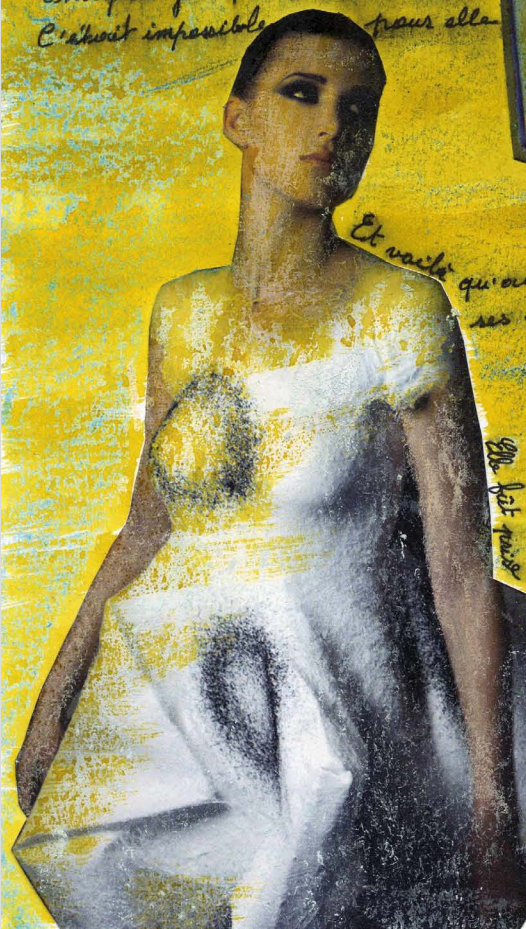


Et voilà qu'aujourd'hui...

ses yeux de charbon devenaient transparents, colorés, vifs...

Elle fut prise de panique.

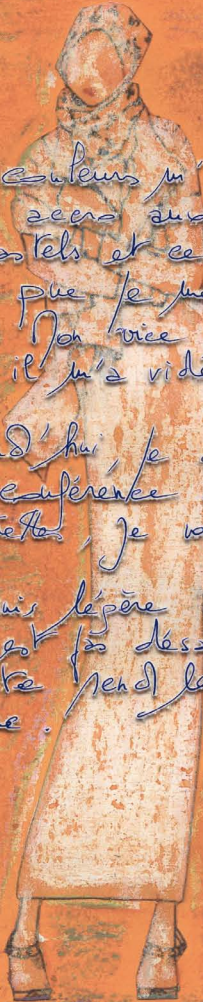
Qui se passait-il?
Qui viendrait la secourir,
lui rendre son apparence d'hier?
Elle chausse ses lunettes noires
et... quitte le miroir.

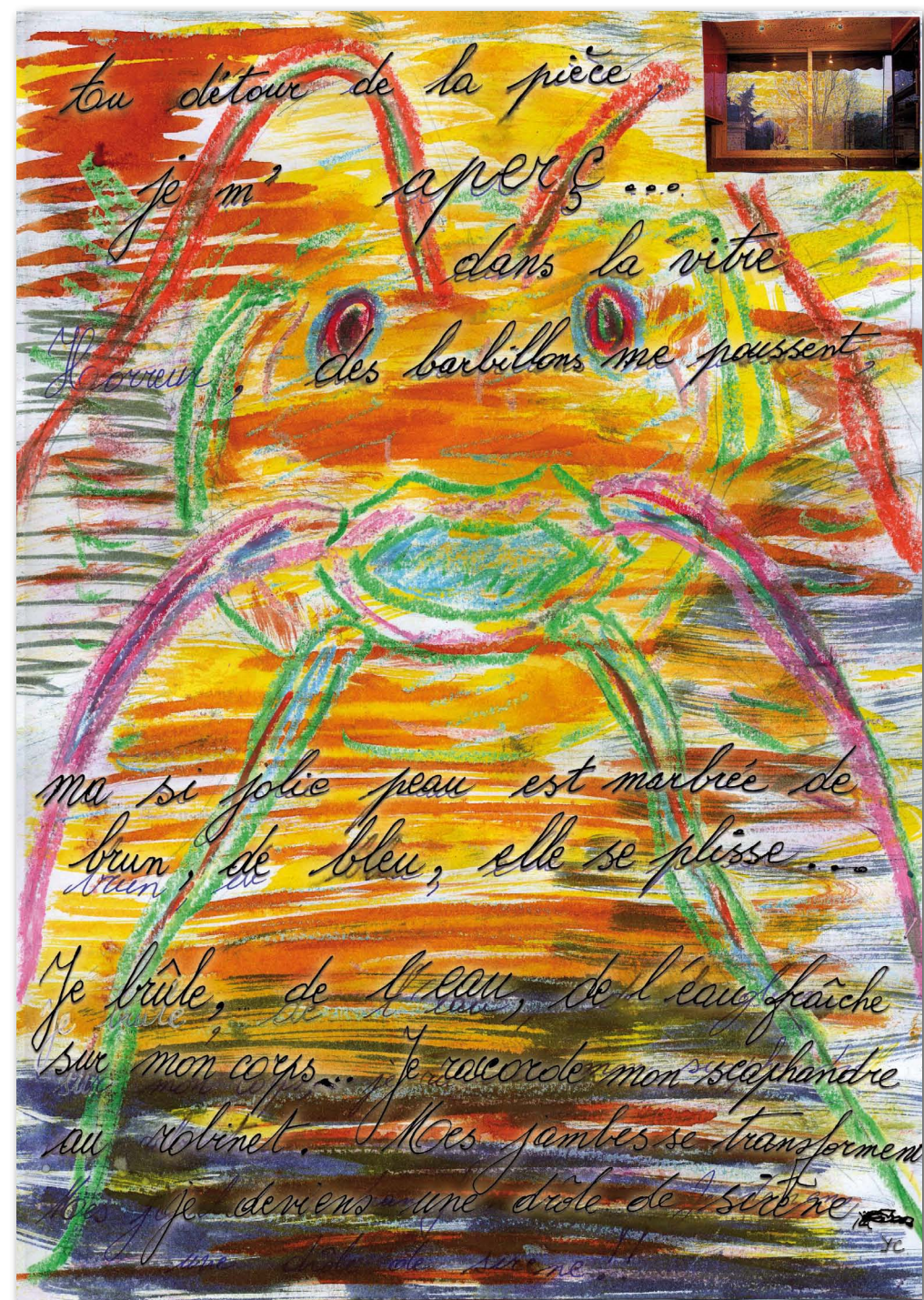


Les couleurs m'ont désemparées. Je n'ai plus accès aux teintes, aux tons chauds ou froids et ce depuis plus de dix ans, voilà que je me réveille en plein et blanc. Mon vice me joue un jeu vilain tout, il m'a vidée de toute substance.

Aujourd'hui, je devrais passer en judo, une conférence à donner. Sans mes couleurs habituelles, je vais me réveiller.

Je suis légère à découvrir, la sensation n'est pas désagréable. Ne plus être dépendante pour les couleurs du monde qui m'entoure.







Un matin en 2050... Il se réveille et réalise
devant le miroir qu'il a changé...

d'odeur de ses pieds pendant la nuit en est
la cause. En effet, il a changé de chaussure hier
et comme chaque semaine son cordonnier lui a
fourni les dernières trouvailles en matière de
métamorphose chaussure.

La semaine passée, il était Jules César et
s'était donc retrouvé à l'époque avant Jésus-Christ.

À présent, il se retrouve clochard dans le métro
de Paris. Ce sont les années 1980.

Le réveil est rude et si l'époque n'était
pas des plus folles au temps de Jules, être
clochard en 1980 est encore bien pire.

On ne retrouve déjà sans pouvoir et en plus
sans reconnaissance et autrui.

Décidément de nos jours pas moyen de trouver
un bon cordonnier...

Après s'être bien rendu compte de son espace/temps
il fit un tour d'horizon et remarqua une
file d'attente... Cela sent bon la soupe fraîche.
Il se lève et fait la fille comme il se doit.

Surprise! Il voit un personnage connu depuis
cette époque et mort tragiquement en 1986.

Il voit un nez rouge, une tête quelconque
une grande salopette rayée blanc et bleu.

Oui, il voit Caluche et le début du reste du cœur.
Le début de l'addiction à l'argent, le début
de la solidarité nouvelle entre les gens du
peuple riche et du peuple dit "pauvres".

C'est aussi le début du pouvoir de l'esprit.

Car dans des bouffons de clown, ne voyez
pas qu'il n'y a rien. Bien au contraire,
il n'y trouve tout le mystère de l'univers.

GENE

**Eddy, en recherche de virilité,
témoignage d'un jeune adulte**



Je vivais seul avec mon frère et ma maman. Mon père était absent. Personne n'était là pour me fixer des limites, me dire non et mettre un cadre. J'ai eu une enfance et une jeunesse très difficiles et j'ai fait beaucoup de conneries. Je fumais du cannabis à l'âge de 15 ans, je fumais le matin avant de me rendre à l'école puis le midi et encore après journée. Chaque jour, au moins une dizaine de joints. Bien que présent en classe, je ne suivais absolument pas les cours vu l'effet du produit. Le temps de midi, je mangeais un sandwich puis on se donnait rendez-vous avec les copains, on allait à gauche à droite, dans les coins un peu reculés, cachés, où il n'y a pas trop de passage, on y allait pour fumer, à plusieurs.

Vers 18 ans, j'ai commencé à ressentir des angoisses lorsque je fumais, un certain mal-être et j'ai décidé d'arrêter.

J'ai arrêté tout seul, puis après... une fois que j'ai arrêté de fumer, je n'ai plus eu de copains, mes copains, ces copains-là, c'était plus la même chose, eux, ils continuaient...

J'ai arrêté tout seul. C'était dans ma tête. J'ai même pas été voir le médecin, mais ça laisse des séquelles tout ça quand même...

Pour moi, ça va encore, j'ai pas pris des drogues dures. Le cannabis, c'était plus pour me calmer et c'est une drogue douce.

Sinon, j'aurais pas pu arrêter ça comme ça, j'aurais dû demander l'aide d'un médecin parce que j'aurais pété un câble, c'est tout à fait normal. Parce que tu t'anesthésies le cerveau en fait. Ceux qui prennent de la coke et tout, ça va direct sur le gros système nerveux, c'est pour ça qu'ils ne sentent rien, quand ils se battent, tu leur mets une ligne et ils se relèvent, ils ne ressentent rien, ils sont tout endormis. Moi, j'ai pas été jusque-là, j'ai juste fumé le shit et l'herbe c'est tout.

Mais aujourd'hui, je suis toujours en traitement, ça fait des années que je suis en traitement... je prends des calmants, je suis suivi par un médecin.

Je ne me sentais pas bien, j'ai commencé à faire du sport, j'ai commencé à faire de la musculation, parce que je n'étais pas assez «mâle», pas assez viril... trop mince.

Mais tout ça... tout ce qu'il y a là... c'est par rapport à la situation familiale! S'il y avait eu un père, ça aurait été autrement, j'aurais ramassé des tartes, j'aurais eu peur, mais j'ai pas vécu ça moi.

J'ai donc commencé à faire du sport... ça a été le dopage après.

J'ai commencé le sport, une fois que j'ai arrêté, la cigarette, la marijuana et tout. Au bout de 6 mois, je n'avais pas de résultat, je ne grossissais pas, j'étais plus sec, plus musclé, mais ce que je voulais, c'était grossir... je ne grossissais pas. J'ai arrêté le sport et j'ai recommencé à fumer... la cigarette... le joint aussi. Je crois. Je ne m'en souviens plus trop.

Et puis après, j'ai fait des rencontres dans ce milieu-là, celui du sport, ces gens-là savent trouver des stéroïdes, tout ça... J'ai commencé à en prendre.

C'est moi qui en ai demandé.

Je ne m'y connaissais pas, j'ai posé des questions, j'ai appris qu'il y avait des produits, j'en ai voulu.

J'ai pris plein de produits, j'ai essayé tout, sauf les hormones de croissance... La testostérone, les stéroïdes anabolisants, des produits pour sécher, des produits pour prendre de la masse, toutes sortes... n'importe quoi, n'importe quoi!

Au début, j'ai pris des stéroïdes en cachet d'abord en 5 milligrammes, ce n'est pas fort, mais c'est quand même des stéroïdes anabolisants. En un mois, j'avais pris 5 kg!

On m'avait dit : tu vas prendre 2 -3 kg, et moi, comme je prenais ce produit-là, je mangeais bien aussi, je me forçais à manger.

J'ai fait une cure de 6 semaines, après j'ai arrêté, et après ça, j'ai pris la testostérone... mais je ne savais pas qu'avec ce produit-là, tu ne grossis plus, cela donne juste de la force, comme les haltérophiles qui soulèvent des poids, tu les vois, ils sont pas trop épais, mais ils sont forts! Mais...ce produit-là, c'est pas bon. C'est très mauvais.

Après j'ai pris un produit que les médecins prescrivent pour les vieilles personnes qui n'ont plus d'appétit, plus de force, ou bien des gens qui ont le sida. C'est un stéroïde anabolisant

C'était en injection... Les injections, je les faisais moi-même. On m'a montré comment je devais les faire... La première piqûre, j'ai eu peur... Je voulais vraiment du résultat.

Tout ça, c'est un truc psychologique.

Moi, au début, je faisais 55 kg, je suis monté jusque 60 kg en arrêtant de fumer et tout à fait naturellement. Après avec les produits, je me suis dit une fois que j'arrive à 70 kg, je vais arrêter. Je suis monté jusqu'à 65, 70 kg. J'ai pas arrêté, je suis monté jusqu'à 75 kg et je n'ai pas arrêté.

Comme une chaîne sans fin.

J'étais dépendant psychologiquement. En me regardant dans la glace, je me voyais changer, plus fort, plus énergique, j'étais pas fatigué, je voyais le résultat!

Au début quand j'ai commencé, j'étais comme un peu tout le monde, après, je suis devenu une star dans la salle! Des gens que je ne connaissais pas venaient me serrer la main, carrément! J'étais fier. C'est psychologique tout ça...

Le problème qui arrive avec ces produits là, c'est que ton corps s'habitue, alors tu dois en prendre plus, des doses plus fortes...et c'est là que ça devient dangereux.

Il existe des risques quand on prend ce genre de produit : crise cardiaque, thrombose...

Je ne le savais pas.

Je m'informais sur Internet.

D'abord, j'ai pris des produits de médecine humaine et pour finir de médecine animale. Le dernier truc que j'ai pris c'était fort! C'était trop fort pour moi.

J'ai eu une tension qui est montée à 18, 19...

J'ai été voir un médecin, j'ai dit : voilà je prends des produits et je veux un suivi.

Le médecin, au début, il ne voulait pas, il n'a jamais voulu que je prenne des produits. J'allais quand même faire mes prises de sang, tous les mois.

Je suis monté jusque 95 kg en 2 ans, 2 ans et demi... en faisant du sport 4 fois par semaine, ça c'était strict! On pouvait me demander ce qu'on voulait, mais quand c'était mon heure d'entraînement, je partais à l'entraînement. Le sport avant tout! C'était devenu comme ça. Comment j'ai tout arrêté ça?

Parce que je me suis senti mal, à un moment donné. La dernière cure que j'ai faite, j'en ai eu des séquelles, j'ai eu des problèmes. J'ai été voir le médecin, je ne me sentais pas bien...

J'ai eu peur... Peur. J'ai cru que j'allais mourir. Le médecin m'a dit : faut que t'arrêtes !

Il m'a fait une prise de sang. Au résultat de la prise de sang... j'avais

beaucoup de rouge ! C'est comme ça que j'ai arrêté.

Mais, quand j'ai arrêté, je ne me suis pas bien senti du tout...

Je vais expliquer un truc que je ne savais pas. Chez les hommes, le corps fabrique de la testostérone, c'est l'hormone mâle et si tu prends ces produits tu t'en injectes. Une fois que t'arrêtes, tes testicules, ils ne travaillent plus. Ils deviennent plus petits et c'est vrai que tu ne bandes plus après, ça c'est vrai! Le temps que tout redevienne normal. Mais ce passage-là, il est très difficile! J'avais plus de force, j'étais fatigué, j'avais envie de dormir tout le temps. J'arrivais plus à me lever, alors j'ai appelé le médecin, il m'a dit : ça va passer...

C'est à ce moment-là que je me suis vraiment rendu compte que c'était des conneries tout ça, des conneries...et des risques et que je pouvais mourir!

Il y a des athlètes qui font de la gonflette, mais quand ils montent sur scène, parfois, il y en a qui claquent, ils tombent, ils meurent, là, pendant la démonstration... c'est comme ça.

Ma mère le savait, au début, je lui ai dit que j'allais en prendre... ma mère, elle est gentille. C'est elle qui me l'a payé, puis après, j'ai déconné, j'ai été trop loin.

Je m'entraînais tout le temps avec le même copain, quand j'ai arrêté, il n'était plus du tout le même...

Je n'ai à nouveau plus eu de copain. C'était : « bonjour, au revoir » Eux, ils ont continué, il y en a qui ont de graves problèmes de santé. Moi, quand j'ai demandé au médecin : «Est-ce que je vais avoir des problèmes?» Il m'a dit : «Normalement tu n'auras rien, t'as arrêté à temps !»

Il existe des produits encore plus forts que ce que j'ai pris : des hormones de croissance, ça, c'est un produit de luxe! Ça coûte très cher. J'ai connu un type qui en a pris. Après 6 mois, je ne le reconnaissais plus, il était devenu un monstre, une bête! Mais... plus c'est fort, plus c'est rapide, plus t'as des problèmes de santé, plus c'est dangereux.

C'est grâce à ma force de caractère que j'ai pu arrêter tout cela. J'ai un caractère assez têtu.

Je n'en parlais pas parce que ça me regardait et je n'avais pas envie qu'on me juge, qu'on dise, celui-là, t'as vu, il triche!

De toute façon, tu te caches tout le temps quand tu prends ça, tu ne vas pas dire la vérité.

J'étais juste consommateur, pas un dealer, mais j'avais pas envie qu'on me donne une image de dopé, de tricheur...
Moi, c'était comme ça. C'était ma ligne droite et tout ce qu'il y avait à côté, je n'en avais rien à foutre. Je savais que ce n'était pas bon, mais je voulais des résultats et j'ai eu les résultats.
Les produits, ce sont des conneries!

Je n'ai pas peur de retomber là-dedans parce qu'à ce moment-là, ce que je voulais, c'était grossir... maintenant, ça ne me dit rien de grossir.
Maintenant, mes attentes c'est de m'entretenir, ce qui est bon pour ma santé, travailler plus léger, se défouler et tracer, être un peu sec mais la masse, ça ne me dit plus rien.
C'est tout à fait possible de faire du sport sans produit, de faire ça naturellement. Mais la musculation, il faut oublier. Et les produits, ce sont des conneries! Si on veut du résultat dans le sport, il faut commencer jeune. Faire un sport d'arts martiaux, ça, c'est bien, pour être mieux dans sa peau, pour ne pas avoir peur quand on va quelque part. On peut se sentir en forme, tout à fait naturellement.
Je conseillerai ça à mon fils, à cent pour cent!

Je me suis rendu compte que j'ai fait tout ça parce que je voulais être fort, je voulais qu'on me respecte... Mais ce n'est pas parce que tu fais 100 kg, que t'es quelqu'un de fort, ça n'a rien à voir. J'ai eu une enfance très difficile, je ne me sentais pas bien dans ma peau, on me traitait
« d'asticot, de vers de terre »... tout ça, à l'âge de 10 ans.
Encore maintenant, j'en souffre, j'en souffre... Mais, grâce à Dieu, je suis bien! Je suis marié, j'ai 2 enfants, un toit, je travaille, j'ai une voiture, j'ai ce qu'il me faut!
Maintenant, là, je suis bien, mais je suis en traitement... J'ai des angoisses, je prends un calmant, je prends aussi deux autres médicaments sinon je suis trop nerveux. Si j'arrête les médicaments, il faut que je fasse du sport... mais, j'ai pas beaucoup de temps pour faire du sport...
J'en suis là aujourd'hui, je dois prendre ces médicaments-là, à cause du passé. Sûr et certain.

En tant que parent, je dirai à mes enfants de ne jamais toucher à la coke, à l'ecstasy... on ne sait pas ce qu'on prend, on risque une overdose.

Oui, je compte en parler avec eux. Ne jamais toucher aux stupéfiants, aux hormones, à la drogue, surtout à la drogue dure. La drogue dure, ça détruit!

Le cannabis est une drogue douce... si c'est un joint le soir, à la limite, mais ça ne va jamais comme ça... ça ne dure pas, ou on fume, ou on ne fume pas... ou on est consommateur, ou on ne l'est pas!
Pour un consommateur de longue durée, je conseille d'aller voir un médecin, un médecin oui!

Dans l'excès, il n'y a rien de bon... Excès de vitesse, on peut se faire flasher, on peut avoir un accident, à 200 km à l'heure, on peut mourir. Pour l'excès d'alcool, c'est pareil...

Les jeunes ne se rendent pas compte de ce qu'ils prennent. Ils savent peut-être que fumer ce n'est pas bien. Mais le cannabis, ça anesthésie un peu le cerveau.

Je ne comprends rien à la loi sur le cannabis ce n'est pas clair... Il faudrait l'interdire.

Il faudrait plus d'attention de la part des professeurs. Un élève qui a fumé du cannabis a les yeux tout rouges, ça se voit...

Le prof qui voit un élève qui consomme, il devrait aller le trouver, lui parler, faire un pacte avec lui. Moi, ça m'aurait peut-être aidé.

Mais je m'en suis bien sorti...

Un message aux jeunes : ne jamais toucher! Aux parents, d'être plus attentifs, bien expliquer tout, dire.

J'ai pas eu une vie facile, même encore aujourd'hui, je fume de temps en temps, mais j'achète plus... je ne suis pas dépendant. De toute façon, pratiquement tous mes copains fument... tous!

Il faut savoir gérer, fixer une limite, un stop.

Je ne mets plus de l'argent là-dedans! Ça coûte trop cher... c'est de l'argent perdu pour rien !

Maintenant, je sais, je me connais, si je tire sur un pétard, je ne vais pas fumer beaucoup parce que ça va m'angoisser...

Dépendance : quelques repères sociologiques

par Jacques Moriau

De la société du risque ...

Un grand nombre de sociologues s'accordent à désigner la société contemporaine comme une « société du risque ». Cette appellation renvoie, entre autres, à deux évolutions majeures qui ont profondément changé nos façons de vivre depuis les années 70.

La première évolution est d'ordre socio-culturel et économique. Notre présent comme notre avenir apparaît à chacun comme plus précaire et incertain. La dissolution des solidarités familiales, la perte d'influence des traditions et l'apparition d'une crise économique structurelle marquée par l'apparition du chômage de masse ont fragilisé l'ensemble des protections sur lesquelles les individus pouvaient s'appuyer jusqu'à présent.

D'une société caractérisée par le plein-emploi et l'intégration de tous dans des collectifs structurés, nous sommes passés à une société d'individus reposant sur le principe premier de responsabilité. Chacun devient responsable de ses choix, de sa trajectoire, de ses réussites et de ses échecs.

La seconde évolution est un corollaire de la première. Dans un monde instable, complexe, fait d'autant de dangers que d'opportunités, mû par la libre entreprise d'une multitude d'individus, le fonctionnement de la société est condamné à évoluer rapidement. Il n'est plus possible de gérer les rapports sociaux sur base des vieilles recettes. Les choses bougent trop vite, les innovations, qu'elles soient techniques ou sociales, se succèdent à trop vive allure pour que l'activité de gouvernement repose sur une connaissance précise de toutes les alternatives. Le risque s'impose comme une catégorie centrale dans le décryptage de la réalité.

Pour continuer à gouverner, il faut augmenter largement les activités de contrôle et de prévention. Il s'agit de mettre en place à travers toute une série d'organismes, de dispositifs, de savoirs, une véritable « culture du risque » qui permette d'anticiper les menaces et les dommages que pourraient occasionner telle ou telle technique, telle

ou telle maladie mais aussi tel ou tel comportement. Le principe de contrôle préventif s'étend ainsi à toute la population et amène à déterminer des « groupes cibles » dont on pense devoir légitimement se méfier parce qu'on les suppose, plus que d'autres, possiblement générateurs de coûts, de troubles ou de préjudices.

Dans une société de l'incertitude, le besoin de sécurité se fait d'autant plus ressentir. La peur devient un moteur important des politiques publiques.

... aux groupes à risque

Un certain nombre de groupes particuliers sont ainsi désignés comme des groupes à risque qu'il faut particulièrement encadrer et surveiller. Les jeunes¹ et les toxicomanes figurent en bonne place dans la liste.

Depuis les années 90, la place des jeunes dans la société a en effet beaucoup changé : de promesse d'avenir, ils sont devenus symbole de dangerosité. La délinquance juvénile est ainsi un thème majeur de l'agenda politique où il côtoie celui de la toxicomanie et des dépendances. Nombre de recherches criminologiques cherchent d'ailleurs à démontrer le lien fort qui unit comportements délinquants et consommation de drogue en faisant de celle-ci un « facteur de risque ».

Dépendance : la construction d'un problème

Quoi d'étonnant du fait que dans une société qui valorise tellement l'autonomie, la responsabilité et l'esprit d'entreprise, le phénomène de la dépendance soit perçu comme hautement problématique ?

La notion de dépendance charrie avec elle toute une série de représentations qui s'opposent point par point aux qualités mises en avant par le discours du libéralisme. Elle suppose que l'individu – « dépendant » - abandonne tout ou partie de son libre-arbitre à une substance, un objet, une relation qui lui dicte sa conduite. La dépendance se pose ainsi comme l'antithèse du contrôle de soi, de la libre détermination de ses buts, de l'usage rationnel et performant de ses capacités. La dépendance suppose l'attachement dans un monde qui vous enjoint d'être un individu libre ; elle signifie la perte

de contrôle alors que l'on attend de vous d'être, partout et toujours, responsable de vos décisions et de vos actes; bref, elle se pose comme l'expérience négative par excellence.

Cette problématisation s'appuie très largement sur des préoccupations de santé publique et sur le discours médical. Depuis le XVIII^{ème} siècle s'est développé dans les sociétés occidentales une attention accrue au corps et à la santé de la population. La santé est devenue une valeur en soi qu'il s'agit de préserver (le fameux « capital-santé »). Au fil du temps, la médecine a acquis une place prépondérante dans le débat public et sert couramment de référence lorsqu'il s'agit de motiver ou de prendre des décisions à un niveau sociétal. Un sociologue comme Howard Becker a ainsi qualifié les médecins **d'entrepreneurs de morale**, c'est-à-dire d'acteurs sociaux capables de faire passer leurs normes morales dans la société toute entière.

En ce qui concerne la question de la dépendance, force est de constater que aujourd'hui, elle est d'abord, voire exclusivement, définie comme un problème médical et non comme une question impliquant explicitement des dimensions morales et politiques. Les questions de savoir ce qu'est une « bonne » vie, comment doit se construire un individu, dans quel type de relations au monde et aux autres, avec quel degré d'attachement à une série d'éléments - questions morales s'il en est - sont ainsi écrasées par un discours purement médical qui met en avant des arguments biologiques mais qui émet, en sous-main, une série de considérations sur les bonnes façons de se comporter et de mener son existence.

On rappellera à cet égard que la criminalisation de l'opium et de ses dérivés (héroïne, morphine), de la cocaïne et du cannabis est relativement récente et directement liée, certes à l'action de lobbys religieux et à la prise en compte d'intérêts stratégiques occidentaux, mais aussi au travail intensif de médecins et de l'industrie pharmaceutique occidentale afin d'éliminer une rude concurrence sur le marché des analgésiques, tranquillisants et autres substances thérapeutiques. Les drogues, malgré leurs effets thérapeutiques parfois bénéfiques, ont été présentées comme problématiques à partir du moment où leur usage s'est largement répandu dans les couches populaires des pays occidentaux au XIX^{ème} et début du XX^{ème} siècle. Le discours moral sur la paresse et l'inutilité à un moment

de grande mobilisation de la force de travail va se croiser avec le vocabulaire médical de l'épidémie. La lutte contre certaines drogues s'ancrera dans la volonté de prévenir de la contamination les classes populaires par des substances qui diminuent leurs capacités. A l'époque de l'industrialisation, il s'agit de rendre les travailleurs vertueux et efficaces et la question de la dépendance est un angle d'attaque privilégié pour mener à la prohibition de ces produits. Un siècle, au bas mot, de consommation par les classes supérieures et les artistes avait été jusque là jugée non problématique.

D'un point de vue sociologique, le lien entre un individu et une substance, un objet ou une activité n'est d'ailleurs pas en lui-même problématique ; c'est la charge morale négative dont on l'affuble, le réseau de contraintes légales dans lequel on l'insère, les conditions réelles dans lesquelles il se construit qui rendent la nature de ce lien négative. Il suffit de reprendre les critères proposés par Goodman, psychiatre américain, pour détecter l'addiction pour voir qu'ils peuvent s'appliquer à de nombreux produits et activités autres que les stupéfiants, qu'il s'agisse du sucre, des somnifères, de l'usage de l'automobile, de la télévision, du travail, de l'activité sportive ou des relations sexuelles.

C'est à travers leur traitement social que des dépendances apparaissent plus problématiques que d'autres. Sans doute pour deux raisons assez faciles à mettre en évidence : d'une part parce que les produits qui sont concernés sont eux-mêmes criminalisés, et d'autre part parce que les groupes de consommateurs qui leurs sont associés sont jugés comme « problématiques » par ailleurs. Il suffit de se référer aux deux psychotropes en vente libre dans nos pays, l'alcool et le tabac, pour constater que le discours moralisateur qui leur est associé varie largement en fonction des groupes de consommateurs. Là où on s'alarmera de la consommation des jeunes ou des liens entre alcool et absentéisme, on sera beaucoup moins virulent sur la consommation régulière des adultes ou les consommations festives largement encouragées par la publicité. De même, l'usage immodéré de **Facebook**, du GSM ou des jeux vidéo sera-t-il jugé alarmant lorsqu'il sera le fait d'adolescents mais très peu questionné s'agissant des adultes, jugés a priori responsables. Derrière les inquiétudes qui entourent les comportements des jeunes, se trouve toujours une certaine forme de panique morale.

La sortie par la responsabilité ?

On l'a déjà dit, la notion de responsabilité occupe une place centrale dans le fonctionnement de notre société libérale. Elle est un critère important pour juger de la valeur des individus, de leur conformité et de leur intégration dans la société.

Il est symptomatique de constater qu'en matière de consommation de drogues également, en marge de la pure interdiction et des poursuites qui menacent le contrevenant, l'appel à la responsabilité devient un instrument privilégié d'intervention. Une série d'actions sont mises en place pour responsabiliser les sujets et leur permettre de garder le contrôle sur leur consommation. En lui fournissant les informations sur les effets physiques et psychiques des produits, en lui permettant de tester leur qualité, en entourant sa consommation de précautions annexes, les programmes de « réduction des risques » entendent s'adresser au versant raisonnable du consommateur et lui permettre de choisir en toute connaissance de cause. Un cadre « acceptable » de consommation est défini (circulaire sur la consommation non problématique), des espaces-temps déterminés sont établis (sortie en boîte le week-end, espace privé) afin de maintenir l'usage de stupéfiants en phase avec le fonctionnement social général.

Le « problème » et son « remède » prennent naissance à la même source : celle d'une société individualiste prônant le contrôle de soi et la valorisation de l'individu autonome. La notion d'assuétude est parfois utilisée pour désigner cette capacité de s'attacher à un produit ou un objet tout en gardant le contrôle sur les modalités de son usage.

Si l'on ne peut que se réjouir du supplément d'emprise que procurent ces programmes à ceux qu'ils touchent, on peut aussi s'interroger sur la place donnée à la question des dépendances dans le débat public. Quand on met en regard la stigmatisation liée à certains produits et certains groupes d'utilisateurs et l'absence de questionnement sur certains autres attachements, on ne peut que regretter que la réflexion n'englobe pas plus largement la question du choix et des conditions dans lesquelles il peut s'exercer. La tendance générale à la privatisation des risques renvoie chacun seul face à ses décisions et ne favorise en rien une prise en charge collective de la question. Or, poser la question de la dépendance, c'est aussi, en miroir, poser la question de la liberté. Peut-être celle-ci est-elle trop douloureuse à considérer que pour être ouverte publiquement. Consommateurs

de produits illicites, travailleurs consciencieux, téléspectateurs quotidiens, peut-être sommes-nous tous moins libres que nous le croyons ?

Quelques chiffres

On clôturera cette réflexion en donnant quelques éléments chiffrés sur la consommation de drogue des jeunes en Belgique qui permettront de cadrer le débat. Selon une étude en cours que nous menons sur un échantillon représentatif de 2600 jeunes belges âgés de 14 à 17 ans, 22% des jeunes disent avoir consommé des drogues « douces » (cannabis) au moins une fois lors de l'année écoulée ; 5% disent avoir consommé au moins une fois des drogues de synthèse (Extasy, amphétamines) ; 3% déclarent avoir consommé au moins une fois de l'héroïne ou de la cocaïne. Donnée intéressante, quand on demande à ceux qui déclarent une consommation de juger de la gravité de leur comportement, 83% des jeunes consommant du cannabis jugent cela « pas grave », ils sont 72% de ceux qui consomment de l'Extasy à poser le même jugement et encore 63% des consommateurs de drogues « dures » à juger leur comportement « pas grave ». Ces chiffres témoignent au minimum que l'ampleur et les perceptions de la gravité de l'usage des drogues illicites doivent être mises en examen et en débat.

Jacques Moriau

*Centre de recherches criminologiques
Université Libre de Bruxelles*

« Difficile de se mettre dans la peau d'un adulte »
Témoignages de jeunes à propos de la communication avec les adultes

Nous évitons de parler des consommations d'alcool et de drogue avec les adultes, surtout avec les parents, nous restons discrets. Nous en parlons avec nos frères et sœurs plus âgés (24-25 ans), nous parlons de nos expériences : de la première gueule de bois, par exemple.

Les grands frères nous couvrent par rapport aux parents.

Nous aimerions en parler à des adultes qui ne sont pas nos parents, des adultes à qui on peut dire librement les choses.

En parler avec les parents c'est prendre le risque qu'ils nous privent de sorties et d'avoir des problèmes.

Tant que nous savons nous limiter, c'est bon. Nous n'avons pas de problème avec l'alcool.

Notre génération est un peu dépendante d'Internet : nous rentrons chez nous, nous allons sur Internet. Ça empêche parfois de faire d'autres choses. Il y a une différence entre quelqu'un qui va beaucoup sur Internet, mais qui a beaucoup d'activités, et quelqu'un qui ne fait que ça.

Pour faciliter la communication entre les jeunes et les adultes...

Il faudrait donner des cours. Les adultes doivent être indulgents avec les enfants et les enfants doivent se dire que les adultes sont des êtres humains et se mettre à leur place.

Si un jour, nous avons un enfant et que nous savons que notre enfant fait des trucs pas clairs, ça nous fera un choc.

S'il n'y a aucune autorité parentale, ça ne va pas !

Cette différence entre les adultes et les enfants, ça a toujours été comme ça et ça le sera toujours. Ils ont plus d'expérience, ils savent ce que nous risquons, mais c'est clair que se braquer directement, nous priver de sorties ça ne sert à rien. Nous aurons juste envie de refaire la même chose.

Nous connaissons aussi les risques que ça peut avoir, mais ça nous inquiète moins.

Nous sommes au courant grâce aux ateliers de théâtre, des pièces qu'on a jouées, nous pourrions donner des cours.

Moi perso, avec mes parents, je n'ai pas beaucoup de problèmes de discussion, j'ai des parents assez libres. Quand je vais à un bal, ils savent que je vais boire. Mais ce n'est pas pour ça que je raconte tout, j'évite les détails... Il faut une certaine communication. Les parents qui s'inscrivent avec un faux compte sur Facebook ou qui vont voir en secret le Skyblog, ça devient de la parano. »

Il faudrait donc des cours de communication pour les parents : qu'ils apprennent à discuter, à nous écouter, à avoir un dialogue sain. A partir du moment où nous décidons de leur faire confiance, que nous leur confions quelque chose, il ne faut pas qu'ils se braquent directement... sinon, ça ne nous donnera pas envie de recommencer.

Un message que nous aimerions faire passer aux adultes : pas de préjugés sur la drogue et l'alcool. Ecouter plus, ne pas se braquer aussi rapidement. Un exemple : j'ai demandé la pilule à ma mère qui n'était pas d'accord parce que je n'étais pas depuis longtemps avec mon copain... Je l'ai prise en cachette. Je n'ai plus eu envie de me confier après cela.

En guise de conclusion, la parole aux « artistes »

En tant que parents, que pensez-vous des addictions et de leurs risques ?

Pour moi, en tant que parent, les drogues sont sources d'inquiétude, même d'angoisse.

Cela m'attriste de savoir que mes enfants ont un contact facile avec les drogues.

Elles sont présentes partout; dans les écoles, dans les kots, dans les soirées, dans la rue.

Ai-je armé mes enfants pour les protéger de tout cela ?

Ressentent-ils combien je les aime ?

Savent-ils que je serai toujours là pour les entendre, pour les aider ?

Notre société me désole et j'ai mal au cœur pour notre jeunesse?

Pour elle, l'avenir devrait être source d'enthousiasme, d'espoir et non de difficultés insurmontables à noyer dans je ne sais quels risques.

Pour moi, la jeunesse est notre avenir !

Le sait-elle ? Y croit-elle ? Lui en ai-je donné l'envie ?



En tant que parent et adulte responsable, je tiens à vous dire que toute assuétude reste énigmatique. Chaque jour, il y a une nouvelle assuétude à ajouter à la liste qui est déjà bien longue.

Pourquoi ai-je fait cet atelier ? Pour permettre aux jeunes de profiter de cette expérience qui est la mienne. Pour leur apprendre à dire non. Et, les aider à comprendre tous les dangers.



Je suis mère de trois adolescents. Forcément inquiète de leur devenir et peu assurée des résultats que donnera ma façon de les éduquer.

Approcher le problème des assuétudes en participant à cet atelier était une envie de m'instruire, de me rassurer également.

Je reste anxieuse vis-à-vis des choix que feront mes enfants, des gens qu'ils rencontreront et de tout ce qui pourrait les entraîner à être dépendants.

Je crois en ce travail de prévention.

MAIS, MAIS, MAIS... Maman de 5 enfants, dont 3 ados, comment ne pas s'inquiéter ?

L'alcool coule à flots dans les bals, les joints tournent entre copains. Je le sais bien. C'était déjà comme ça quand j'avais leur âge.

Moi-même prise dans le piège de l'alcool depuis des années, comment leur faire comprendre, leur dire, mon mal-être et mon addiction ?

La cigarette, n'en parlons pas...J'ai fumé pendant des années. A présent, j'ai arrêté.

Je crois qu'ils ont déjà compris : ils sont déjà prisonniers.

Leurs soirées entre amis sont souvent «over dégueulis» et ils en rient.

Comment leur interdire de consommer dans cette société au pouvoir malhonnête qui s'affiche dans les journaux et les médias ?



Comme adulte, j'ai tellement vu les ravages de l'alcool (amis tués, cousine tuée par une cirrhose, copains abonnés aux Alcooliques Anonymes et ne sachant pas décrocher) que j'espère garder longtemps la crainte de ne pas être surpris au tournant. J'ai su m'écarter du tabac et reste insensible à la drogue.

Je reste pourtant en danger de tomber accro périodiquement, à des consommations boulimiques. Comme parent, j'ai eu la chance d'avoir un fils qui avait choisi de bons copains. Ensemble, ils ont osé dire les choses à temps. Le fiston était sensible aux regards de son entourage et a su mettre de la distance par rapport aux produits néfastes pour sa vie au lieu de s'entêter.

Comme grand parent, je ne puis qu'espérer que les circonstances permettent à mes petits enfants de rester indépendants, fiers de leur corps et de leurs possibilités naturelles.



