

**No 5 /2008 décembre**

## **SOMMAIRE**

### **Editorial**

#### **Exposition à Prangins: boire en Suisse dans les caves du Château**

Le Château de Prangins, dépendance vaudoise du Musée national suisse, consacre sa nouvelle exposition temporaire à l'histoire de la boisson dans notre pays, de la fin du Moyen Âge à nos jours.

#### **La spiritualité au secours des personnes dépendantes – avec un bémol**

Grand Angle s'est entretenu avec le théologien Theodor Schmid sur la spiritualité, sur ce qu'elle apporte aux gens, et en particulier aux personnes dépendantes.

#### **Le bonus non fumeur des apprenti-e-s et la pause cigarette rebaptisée «pause café»**

1000 francs, une semaine de vacances, ou encore un bon de perfectionnement: voilà comment nombre d'employeurs récompensent les apprenti-e-s qui s'abstiennent de fumer durant leur formation...

#### **Les «Lettres aux parents» de l'ISPA ou comment agir en amont**

L'ISPA offre son soutien aux pères et mères d'enfants de 12 à 16 ans, sous forme de huit lettres. Ces dernières fourmillent de conseils sur les questions éducatives liées à la consommation de produits psychoactifs.

#### **Aperto a perdu: une filiale contrainte d'ôter les bouteilles d'alcool de ses rayons**

## Editorial

Chère lectrice, cher lecteur,

Répondre aux tourments de l'âme, redonner un sens à la vie, consoler en cas de coups durs... Les hommes d'Eglise ont bien à faire. Le monde est en pleine crise financière et la période de l'Avent approche. Le temps est aux questions. Qu'est-ce qui est important dans la vie? Une des rares institutions qui puisse se permettre une réponse sur l'éternelle question du sens est l'Eglise. C'est parfois vers la religion et la spiritualité que se tournent les personnes dépendantes en quête d'une voie pour sortir de leur addiction. Il peut s'agir d'une aide réelle, nous dit Theodor Schmid, pasteur réformé à Bienne, dans une entrevue accordée à Grand Angle. Cela dit, ni la foi ni la spiritualité ne donnent de directives pour se libérer d'une dépendance, mais elles offrent des pistes neuves pour sortir de l'impasse ou d'un quotidien difficile. Voilà en substance ce que nous ont répondu les deux théologiens que nous avons interrogés.

Le temps de Noël est celui de la méditation, mais il est aussi celui des fêtes – et une bonne bouteille en fait partie, car fêter et boire sont associés depuis toujours. Au Château de Prangins, le Musée national ouvre ses caves et nous fait découvrir l'histoire de la boisson en Suisse depuis la fin du Moyen Âge. Dans ce numéro, vous suivrez le parcours grisant d'un visiteur qui nous livre ses impressions.

Avec le temps des fêtes se profile le passage à une nouvelle année. C'est l'occasion d'une réflexion, et nombreux sont ceux qui prennent de bonnes résolutions au premier janvier. Afin que des jeunes n'aient pas à se dire «Ça y est, l'année prochaine j'arrête de fumer!», les employeurs s'investissent pour empêcher les apprenti-e-s de toucher à leur première clope. Contrairement à cette jeune fille de 16 ans qui vient de faire ses premières expériences avec les cigarettes, et dont le père, enseignant, explique à l'ISPA que le thème du tabac est devenu un sujet crucial dans la famille.

Nos «Lettres aux parents» ont précisément pour objectif de soutenir les pères et mères d'adolescent-e-s de 12 à 16 ans. Elles leur offrent conseils et exemples éducatifs pour tout ce qui touche à la consommation de produits psychoactifs. Vous en saurez plus en lisant l'interview de Cornelia Waser, chargée de prévention.

Monique Helfer  
porte-parole de l'ISPA

---

## Exposition à Prangins: boire en Suisse dans les caves du Château

**Le Château de Prangins, dépendance vaudoise du Musée national suisse, consacre sa nouvelle exposition temporaire à l'histoire de la boisson dans notre pays, de la fin du Moyen Âge à nos jours. Elle révèle l'ambivalence de notre culture dans ce domaine, entre les vins blancs des apéritifs chics et le rouge-coca des botellònes. Une exposition qui invite au questionnement.**

**Un article de Hermann Fahrenkrug**

Pas trace de la crise financière mondiale au Château de Prangins, où tout semble immuable depuis des siècles. Les vastes salles offrent aux curieux le choix entre expositions temporaires et permanentes. Munis de monnaie pour les casiers du vestiaire et débarrassés de leurs bagages, les visiteurs peuvent partir à la découverte d'un pan de notre histoire.

Précisons que, malgré son titre suggestif, l'exposition «À la vôtre!» ne se limite pas aux breuvages alcoolisés: l'eau, le lait et les boissons chaudes (café, thé, chocolat) y ont aussi leur place. L'approche est celle de la convivialité, nous dit, dans le catalogue, François de Capitani, historien.



(photo: © Hermann Fahrenkrug)

*Les visiteurs du musée de Prangins découvrent un château de belle apparence. Actuellement, un parcours sur l'histoire culturelle de la boisson en Suisse les attend.*

### **De l'eau ou, mieux encore, du vin**

Nous sommes en pays viticole; la Romandie est fière du jus de sa vigne. «Boire du vin et prospérer, boire de l'eau et mourir», peut-on lire d'entrée. Un adage révélateur des conditions d'hygiène en ces temps anciens où le stockage de l'eau laissait à désirer, et où il était plus prudent d'assainir celle-ci en y versant du vin. Après avoir admiré une colonne de fontaine étonnante du XVIIIe siècle, d'allure presque africaine, on découvre une rangée de coupes et vases divers, parmi lesquels un «Suggerli»: originaire de Suisse orientale, ce récipient au long bec était vraisemblablement destiné à biberonner du vin. A qui était-il destiné? Aux enfants? On se perd en conjectures. On apprend par ailleurs que sous l'Ancien Régime la ration quotidienne de vin était de cinq à huit décilitres (mais pour qui donc?). Les autorités devaient encourager la fabrication du vin et sa consommation, car elles encaissaient de lourdes taxes sur ce produit. On peut se demander pourquoi un tel impôt a disparu aujourd'hui.

### **Une soif légendaire**

Les proverbes nous en disent long sur les us et coutumes liés à l'alcool. «Boire en Suisse» ne signifie «boire seul» que depuis la fin du XIXe siècle; auparavant, le sens en était «boire beaucoup»; les voyageurs du XVIe siècle avaient observé le penchant des Suisses à se réunir, pour boire et faire du commerce. On disait d'eux qu'ils «avaient dans le ventre un hérisson qui les piquait s'il ne nageait pas dans le vin». Sans qu'on en arrive

à de tels excès, l'échange et l'effacement des différences sociales qu'instituent les rituels de la convivialité sont sans aucun doute un élément fondamental des liens sociaux. Cette convivialité est un des aspects particulièrement bien mis en valeur par l'exposition qui, sans pruderie, offre une riche sélection de représentations populaires de l'ivresse dans toute sa volupté.

### **La capacité proverbiale des Suisses à bien tenir l'alcool**

Boire volontiers et beaucoup, en sachant «descendre son verre», voilà un idéal assez répandu dans notre imaginaire. Il est néanmoins trompeur; il dissimule les dangers auxquels expose l'excès: déséquilibre social, instabilité progressive et autodestruction. Pour s'épargner l'ivresse occasionnelle comme la dépendance à long terme, il faut faire preuve de modération. Entre culte de la dive bouteille et exhortation à la retenue, de nombreuses sociétés présentent une ambivalence pour ce qui touche à l'usage de l'alcool. L'exposition montre comment, au XVIe siècle déjà, un artisan qui dégorgeait son vin au travail entrainé en conflit avec les exigences de sa corporation. Elle nous apprend également que tout le XIXe siècle a failli sombrer dans le schnaps, l'eau-de-vie de pomme de terre qui faisait fureur. Mais le visiteur, avant d'aborder cette sombre page de notre histoire, reléguée tout au fond des caves du château, traverse la zone plus réconfortante des nouvelles boissons chaudes – le thé, le café et le chocolat – auxquelles l'exposition consacre une section à part entière.

### **Les boissons non alcoolisées, le café et le thé**

Au XVIIIe siècle, de nouvelles formes de convivialité bourgeoise parviennent en Suisse et influencent la culture de la boisson, tout au moins celle de l'élite sociale. Des breuvages nouvellement importés, que l'on boit chauds, deviennent à la mode et complètent, voire remplacent la carte usuelle des alcools. On se met à boire du café, d'abord dans les cercles huppés, puis dans l'ensemble de la population. Il permet de rester sobre, d'où son succès. De nouveaux débits de boissons sans alcool font leur apparition. Ces lieux portent le nom de leur spécialité: chocolaterie, maison du thé, maison du café (que plus tard on appellera tout simplement «café»); ils font concurrence aux tavernes et autres gargotes mal famées. Or cette nouvelle clientèle à l'esprit vif, capable d'une réflexion critique, contrairement aux cerveaux embrumés par l'alcool, dans les pintes ordinaires, devient une source d'inquiétude pour les pouvoirs publics, qui y voient un foyer potentiel d'idées subversives. Les autorités surveillent donc de près les discussions menées dans les maisons du café, pendant qu'on continue à picoler en toute quiétude dans les bistrotts.

### **Le siècle de l'alcool assez mal représenté**

Les coutumes suisses liées au vin, particulièrement en Romandie, prennent beaucoup de place dans les espaces et les vitrines de l'exposition. Mais qu'en est-il du Tessin? Il manque à l'appel. Par ailleurs, d'autres boissons alcoolisées comme la bière, très peu mise en valeur, et surtout les spiritueux, y sont sous-représentées.

Dans le coin le plus reculé des caves du château, où jadis on entreposait avec fierté jusqu'à 60'000 litres de vin, le visiteur découvre quelques vestiges du fléau que représentèrent le schnaps et l'absinthe. Durant tout le XIXe siècle et le début du XXe siècle, ces deux distillats provoquèrent ce qui pourrait être décrit comme de profondes «crises de la drogue» avec des effets dévastateurs sur la santé publique. Il ne s'agissait plus là de convivialité ni de renforcement du sentiment d'appartenance: c'est l'alcoolisme de la misère qui fit ses ravages, menaçant tant la cohésion sociale du pays que son développement économique. L'exposition se contente de faire allusion à cette tragique période.

### **Petites histoires sans grande portée**

A plus d'un égard, les anecdotes sur l'art de boire en Suisse restent quelque peu superficielles. Prétendre par exemple que, grâce à une meilleure information et à la découverte d'un traitement de l'alcoolisme, tout rentra dans l'ordre après la calamité de l'eau-de-vie, c'est méconnaître l'impact des mesures prises par la Confédération pour réguler l'offre. Elles ont contribué de manière décisive à maîtriser la crise. Il manque aux

petites «histoires culturelles de la boisson» un regard critique, comme celui de l'historien Jakob Tanner: un regard sur l'histoire sociale de l'alcoolisme, sur les problèmes qui lui sont associés et les mesures prises à l'époque dans le domaine de la santé publique. Même dans le catalogue, on cherche en vain quelques indications bibliographiques à ce sujet.

### **Serions-nous donc tous devenus sobres?**

Vers la fin de son parcours, le visiteur se trouve en pleine zone sans alcool. Il y découvre l'ascension historique des eaux minérales, des limonades et du lait. Avec l'arrivée des temps modernes, le style de vie impose plus de sobriété, encourage des habitudes alimentaires plus saines et bannit l'alcool du lieu de travail comme de l'armée. A en croire l'analyse de notre époque que nous propose l'exposition, les femmes, les adeptes du sport et une limite plus sévère des pour mille au volant auraient contribué à la sobriété générale; on ne peut que s'étonner de tant de naïveté.

La consommation d'eau minérale peut bien grimper, la bière n'en reste pas moins la boisson dominante chez les jeunes. Les problèmes d'alcoolisme dans le monde du travail ne sont pas rares, malgré les fontaines mises à disposition dans les entreprises. Les femmes, tout comme les sportifs, se versent parfois à boire outre mesure. Et la convivialité de la Suisse primitive, pour en revenir au fil conducteur de l'exposition, semble avoir débouché aujourd'hui, avec la globalisation des modes de comportement, sur des botellônes, où notre jeunesse s'enivre jusqu'à l'état comateux. O tempora, o mores!

Mais que tout cela ne vous prive pas du plaisir de déguster, au café du château, la boisson offerte gracieusement à chaque visiteur. Rafraîchissements d'autrefois, ou un petit verre de fée verte, avec son morceau de sucre dans la cuillère à trous... De quoi marquer la fin de votre promenade dans une exposition qui vaut le détour.

A la vôtre ! Zum Wohl! Salute !



(photo: © Hermann Fahrenkrug)

*C'est en dégustant un petit verre d'absinthe sur un morceau de sucre que le tour de l'exposition sur l'histoire de la boisson en Suisse prend fin.*

**[L'exposition du Château de Prangins](#)** sur l'histoire de la boisson en Suisse depuis la fin du Moyen Âge est ouverte jusqu'au 19 avril 2009, du mardi au dimanche de 11 à 17 heures.

## La spiritualité au secours des personnes dépendantes – avec un bémol

Grand Angle s'est entretenu avec le théologien Theodor Schmid sur la spiritualité, sur ce qu'elle apporte aux gens, et en particulier aux personnes dépendantes. Ce pasteur réformé de Bienne évoque les risques que peut présenter la fuite dans l'Eglise et la spiritualité, et met en garde contre le risque de voir apparaître une nouvelle forme de dépendance. En complément à un traitement médical, les institutions chrétiennes proposent des offres spirituelles ciblées dans le domaine des drogues et de la réinsertion.

Interview: Monique Helfer



(photo mise à disposition)

*Theodor Schmid est pasteur depuis 1991 dans la paroisse réformée de Bienne. Avant ses études de théologie à Berne, il avait étudié la musicologie et la littérature anglaise. Cet homme de 54 ans compte parmi ses activités de prédilection la méditation, la musique et le tennis.*

**Monique Helfer:** *La crise financière cause la ruine de nombreux professionnels de la branche qui, psychologiquement aussi, tombent au fond du trou. Ils se réfugient alors dans l'Église ou se tournent vers l'une ou l'autre drogue. Que conseillerez-vous à ces banquiers en déroute?*

**Theodor Schmid:** Les individus qui traversent une crise existentielle après l'effondrement de valeurs largement prônées jusqu'ici comme l'argent, l'apparence et le succès, sont en quête de quelque chose de neuf. Privés de leur sécurité habituelle, en plein désarroi, ils se demandent ce qu'il leur reste. La foi et la spiritualité peuvent les aider à voir plus clair dans leur situation et à envisager l'avenir avec une certaine confiance. Les conflits intérieurs sont une affaire personnelle, et chacun doit identifier et abandonner ses vieux schémas de pensée et voir au-delà des problèmes du moment. Cela dit, l'Eglise, en offrant un lieu de refuge, peut aussi devenir la source d'une nouvelle dépendance.

**MH:** *La spiritualité et la foi peuvent-elles représenter une addiction en soi ?*

**Theodor Schmid:** A mon avis, oui. Devenir dépendant des ministres de la foi ou des rituels religieux peut nous conduire à nier une partie de nos responsabilités. Il y a là un danger, car ce n'est pas de cette façon qu'on parviendra à vivre pleinement sa vie.

**MH:** *La spiritualité est-elle un don inné de l'être humain ou peut-elle s'apprendre?*

**Theodor Schmid:** D'une part, tous les êtres humains reçoivent en partage la soif de comprendre et la conscience de leurs propres actes. D'autre part, il est possible d'apprendre des techniques de méditation.

Dans la religion chrétienne, il existe la contemplation et la méditation sans image. Il est très important de prendre conscience de la manière dont le souffle entre et sort de notre corps. Grâce à la respiration, on apprend le lâcher prise. Et le lâcher prise permet de se défaire de son agitation intérieure, de prendre de la distance avec soi-même, de se percevoir comme une partie du grand Tout.

**MH:** *Qu'est-ce que la spiritualité nous apporte exactement?*

**Theodor Schmid:** Pour beaucoup de personnes, elle représente une force. Elles y puisent des réponses aux questions de la vie, de l'amour et de la mort, ainsi que les règles de la vie en commun. Elles sont en paix avec elles-mêmes. Elles s'émerveillent devant un ciel étoilé, sont bouleversées par la vue d'une cime enneigée, éclatent de rire pour un oui ou pour un non. L'étude de la Bible peut représenter elle aussi un chemin spirituel.

**MH:** *Et vous, est-ce que vous méditez régulièrement?*

**Theodor Schmid:** Oui, vingt minutes deux fois par jour, ce qui ne veut pas dire que mes expériences spirituelles et ma conception de la spiritualité se limitent à ces minutes-là. Je veux en imprégner mon quotidien.

**MH:** *Est-ce que beaucoup de gens y parviennent?*

**Theodor Schmid:** Je vois autour de moi beaucoup d'êtres très malheureux.

**MH:** *Une constatation bien décevante. La spiritualité n'a donc pas encore épuisé son potentiel? Elle pourrait aider bien plus de gens?*

**Theodor Schmid:** Elle offre à chacun de nous une chance de réfléchir à ce qui peut vraiment nous satisfaire.

**MH:** *Lorsque vous avez affaire à des personnes dépendantes, à quoi ressemblent vos rencontres?*

**Theodor Schmid:** Cela dépend. Parfois des personnes frappent à notre porte parce qu'ils ont besoin d'argent. Il m'arrive aussi, dans mon travail de directeur de conscience, de rencontrer des personnes ayant un problème de dépendance à l'alcool, aux médicaments ou à une substance illégale. Lorsque j'estime qu'elles ont besoin d'une aide médicale, je les aiguille vers un thérapeute: à chacun son travail. La direction de conscience est fugitive, ponctuelle, elle ne se fixe pas d'objectifs.

**MH:** *Mais elle ne peut quand même pas être un but en soi...*

**Theodor Schmid:** Etre directeur de conscience, c'est avoir du temps pour l'Autre, c'est donner toute sa place à un problème. Lors d'entretiens personnels, j'accompagne des personnes, souvent âgées et malades, dans leur questionnement sur la vie et la foi.

**MH:** *Est-il est plus facile pour les croyant-e-s de gérer une addiction? Est-ce parce qu'ils trouvent dans la foi un sens et une consolation?*

**Theodor Schmid:** Pour moi, l'addiction est un symptôme. Mais de quoi? Toute la question est là. Cela varie énormément d'un individu à l'autre: cela dépend des conditions de sa vie, de l'influence jouée par l'environnement et de ce qu'il attend de la substance qu'il consomme. Je suis persuadé que la foi et la spiritualité, lorsqu'elles permettent à une personne de progresser, l'aident également à combattre l'addiction. Dans le meilleur des cas, elles représentent un facteur de protection: une personne épanouie sera moins

encline à développer ce genre de maladie. Mais d'un autre côté, la spiritualité porte en soi un potentiel de dépendance. Lorsque la foi est liée à des idéaux élevés et qu'on vit un échec sur ce plan, cela peut favoriser une addiction.

### **Professionnels de la dépendance et christianisme**

Parallèlement aux traitements médicaux, les institutions chrétiennes offrent aux personnes dépendantes de drogues une aide sociale, pédagogique et spirituelle. Rolf Dietiker, secrétaire général d'une association suisse alémanique de professionnels (VCRD)\*\* affirme que la demande est élevée. «Quand on est aux prises avec la culpabilité ou le pardon, le soutien d'un directeur de conscience peut être d'un grand secours», nous dit-il en citant un exemple où les thèmes chrétiens sont très présents. La foi ne garantit pas de pouvoir mieux gérer une dépendance, mais elle offre une chance de maîtriser ce cercle vicieux et de prendre de la distance par rapport à son propre ego. Theodor Schmid et Rolf Dietiker, tous deux théologiens, parviennent au même bilan: la spiritualité peut, dans le meilleur des cas, dénouer une situation d'addiction. Selon les individus, il en sortira quelque chose de nouveau, ou alors «seulement» une autre forme d'addiction. L'être qui réussit à vivre pleinement sa vie sera plus solide face à la dépendance.

\*\* L'association [VCRD](#) (Verein christlicher Fachleute im Rehabilitations- und Drogenbereich) a été créée en 1995. Elle accorde beaucoup d'importance à l'assurance qualité, et donc à la formation et au perfectionnement de ses spécialistes.

---

## Le bonus non fumeur des apprenti-e-s et la pause cigarette rebaptisée «pause café»

1000 francs, une semaine de vacances, ou encore un bon de perfectionnement: voilà comment nombre d'employeurs récompensent les apprenti-e-s qui s'abstiennent de fumer durant leur formation. Les non-fumeurs sont les premiers visés par ces mesures de prévention. Ils sont tout de même deux sur trois au commencement de leur apprentissage.

Un article d'Anita Cassese.



(photo: © BirgitH / PIXELIO)

*Mieux vaut manger un croissant que fumer pendant la pause. Les employeurs recourent à la stratégie de la gratification.*

Il est plus facile d'empêcher un comportement que de le modifier. La prévention du tabagisme se base sur cette idée. Il est plus simple d'encourager les jeunes à conserver le statut de non-fumeur que de les convaincre de renoncer à la cigarette. Ceux et celles qui ne se mettent pas à fumer entre 14 et 16 ans et tiennent bon jusqu'à 20 ans courent peu de risque de devenir accros au tabac plus tard.

Mais comment gagne-t-on les jeunes à la cause des non-fumeurs? En les récompensant, avec de l'argent ou des vacances, par exemple. Des accords passés entre parents et enfants sont monnaie courante dans le domaine privé: «Si à 18 ans tu n'as toujours pas touché à la cigarette, on t'offre les dix premières leçons d'auto-école.» Ce genre de récompenses sont attrayantes pour des jeunes qui en général ne sont pas encore autonomes sur le plan financier.

### **Personne ne veut passer pour un tricheur**

Depuis quelques années, beaucoup d'employeurs recourent à la stratégie de la gratification. Parmi les premiers, la municipalité de Winterthour, avec sa campagne «apprentissage non fumeur», en 2003. Depuis lors, elle tire au sort chaque année, parmi les apprenti-e-s qui se déclarent non-fumeurs, les huit gagnants des lots de 400, 600 et 1000 francs, ainsi que cinq fois une semaine de vacances supplémentaire.

Cette année, la moitié des 414 apprenti-e-s se sont inscrits. La majorité ne fume pas, seul un petit nombre le font régulièrement ou occasionnellement. L'expérience a montré qu'un apprenti sur trois se retire du programme avant la fin. «Mais c'est rarement parce qu'ils se sont remis à fumer. La plupart du temps, c'est parce qu'ils laissent passer le délai de la confirmation écrite.»

Une fois par an, avant le tirage au sort des prix, les apprenti-e-s doivent confirmer par écrit qu'ils/elles ne fument pas. C'est le seul contrôle, qui de fait n'en est pas un et repose sur une déclaration personnelle. C'est une affaire de confiance. «Le contrôle social joue à deux cents pour cent», explique Aloisia Keller. Comme les

noms des gagnants sont publiés chaque année, personne ne désire être considéré comme un tricheur.

### **L'incitation encourage les non-fumeurs à le rester**

Le bonus non fumeur fait souvent partie d'un concept de santé global de l'entreprise. «Par exemple, la Poste consacre deux journées à la promotion de la santé», déclare Pierre Marville, responsable de la formation professionnelle. On y traite des thèmes tels que la maîtrise du stress, l'alimentation ou justement les problèmes de dépendance. D'ailleurs, cela fait des années que la Poste pratique le système du passeport non fumeur pour les apprenti-e-s. Chaque semestre, les participants reçoivent 150 francs; la somme totale leur est versée à la fin de leurs quatre années d'apprentissage.

Celles et ceux qui tiennent jusqu'au bout encaissent donc 1200 francs. Selon Pierre Marville, l'incitation vaut principalement pour les non-fumeurs et les «indécis». Le projet a également eu un effet au sein de l'équipe: les maîtres d'apprentissage ont donné un nouveau nom à la pause cigarette, promue «pause café» pour rendre justice aux non-fumeurs.

### **Le taux de fumeurs et fumeuses en hausse parmi les apprenti-e-s**

Trente pour cent des apprenties fument à 16 ans et 40% à 20 ans; chez les jeunes gens, le taux de fumeurs double pratiquement, passant de 25 à 45%, c'est dire que la proportion de fumeurs augmente considérablement entre 16 et 20 ans. «Les efforts de prévention durant les années de formation se justifient donc pleinement», déclare Sabine Dobler, chargée de prévention à l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA).

Les chiffres concernant les apprenti-e-s qui fument sont tirés de la dernière étude «SMASH» (Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health) parue en 2002 (voir ci-après). Selon cette enquête, deux apprenti-e-s sur trois ne fument pas à 16 ans, ou fument irrégulièrement. «Il s'agit de les motiver pour qu'ils continuent à résister à la cigarette», déclare Emmanuel Kuntsche, du secteur recherche à l'ISPA.

### **Sauver ceux et celles qui ne fument pas encore**

Il y a peu de risque de fumer après une période d'abstinence de trois à quatre ans, et les jeunes qui n'ont pas fumé durant tout leur apprentissage ont de fortes chances de ne pas le faire non plus une fois adultes. Lutter contre la dépendance à la nicotine, c'est en fait battre en brèche une habitude, celle de fumer. Et chacun sait combien il est difficile de se défaire d'une habitude.

### **LIENS :**

- Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health ([SMASH](#)) 2002

Bien qu'elle date déjà de quelques années, cette enquête est la seule étude nationale, représentative de la santé des jeunes de 16 à 20 ans, permettant de distinguer l'école de l'apprentissage.

- **Quel est le nombre d'élèves et d'apprenti-e-s fumant régulièrement en Suisse ?** [Extrait sur le sujet](#) tiré du rapport SMASH.

## Les «Lettres aux parents» de l'ISPA ou comment agir en amont

L'ISPA (Institut suisse pour la prévention de l'alcool et autres toxicomanies) offre son soutien aux pères et mères d'enfants de 12 à 16 ans, sous forme de huit lettres. Ces dernières fourmillent de conseils sur les questions éducatives liées à la consommation de produits psychoactifs. Cornelia Waser, chargée de prévention, tire un premier bilan de ce projet après un an. Lors d'un entretien avec Grand Angle, elle nous apprend comment les écoles, les communes et les services spécialisés pour la jeunesse ou les dépendances font circuler cette offre.

Interview: Monique Helfer



(photo: ISPA)

*Cornelia Waser est cheffe de projet et chargée de prévention à l'ISPA*

**Monique Helfer:** *Voici un an que le projet «Lettres aux parents» a vu le jour. L'offre répond-elle bien à la demande?*

**Cornelia Waser:** Nous sommes satisfaits, mais nous aimerions faire connaître plus largement notre démarche. Nous sommes bien conscients du fait qu'il est difficile d'entrer en contact avec les parents. A ce jour, au moins 24'000 d'entre eux ont reçu une des cinq lettres publiées. Nos partenaires les plus importants sont les communes, les écoles, les services pour la jeunesse et les dépendances, et les associations de parents; tous contribuent à diffuser nos lettres. Auparavant, nous avons envoyé un courriel d'information à toutes les communes de Suisse, et récemment, nous avons fait paraître une annonce dans le magazine Migros et publié un communiqué de presse.

**MH:** *Quelles expériences avez-vous faites avec vos partenaires régionaux?*

**Cornelia Waser:** Les services régionaux de prévention des dépendances sont des partenaires très importants à nos yeux. L'écho est positif. Au Tessin, par exemple, nous avons trouvé un terrain déjà préparé. Les «Lettres aux parents» sont mises en circulation par le réseau des écoles qui ont déjà un programme de promotion de la santé. Ce sont les liens étroits entre ces dernières et le service spécialisé «Radix Ticino» qui ont permis cette réalisation. A Zurich, la première Lettre a été envoyée aux parents d'élèves de secondaire. Comme nous craignons un grand gaspillage avec des envois généralisés et que de nombreux parents ne parlent aucune des langues nationales, les professionnels de la branche ont décidé de ne diffuser que la première Lettre. Aux parents ensuite de commander les suivantes selon leurs besoins.

**MH:** *Vous citez l'importance du rôle joué par les services de la jeunesse et des dépendances. Quel usage*

*font-ils des «Lettres aux parents» dans leur travail de terrain?*

**Cornelia Waser:** On nous demande régulièrement du matériel d'information à l'intention des parents, car il existe un véritable besoin à ce niveau. Les professionnels locaux peuvent répondre à cette demande en faisant connaître nos Lettres aux écoles, aux communes, lors des soirées de parents, ou directement aux pères et mères qui viennent demander conseil. Ces Lettres permettent d'ouvrir le dialogue et d'aborder des sujets très variés, comme la meilleure façon de gérer les heures de sorties des adolescent-e-s, leurs soirées ou l'influence de leurs pairs.

**MH:** *Votre projet s'adresse aux parents de jeunes de 12 à 16 ans. Pourquoi justement cette tranche d'âge ?*

**Cornelia Waser:** C'est entre 12 et 16 ans que les jeunes deviennent curieux de tout et font leurs premières expérimentations avec l'alcool, le tabac et le cannabis, ou du moins qu'ils y sont confrontés. Et, durant cette phase, quels parents ne se posent pas de questions à ce sujet? Notre objectif est de venir à leur rencontre et de leur offrir le soutien précis dont ils ont besoin. Nos Lettres comblent une lacune pour le groupe d'âge de 12 à 16 ans, car quantité d'offres s'adressent aux parents d'enfants plus jeunes.

Souvent les pères et mères d'enfants en pleine puberté croient avoir perdu de leur influence quand ces derniers se tournent davantage vers l'extérieur, vers leurs camarades du même âge et vers l'école. Rien de plus normal dans cette nouvelle orientation. Mais, pour les parents, ne plus être la seule référence peut être déstabilisant; ce qui importe, c'est qu'ils restent des interlocuteurs valables pour leurs ados. Les jeunes ont besoin de leur soutien, de leur empathie et d'un cadre clair. A travers nos Lettres, nous souhaitons appuyer les parents dans leur tâche éducative.

**MH:** *Dans la toute dernière, vous abordez le sujet des limites à poser. Pourquoi avoir choisi ce thème?*

**Cornelia Waser:** En grandissant, les enfants acquièrent davantage de responsabilité et de liberté. C'est important. Mais leur champ d'action est fonction des garde-fous que leur imposent les parents. Ces derniers trouvent parfois difficile de fixer ces limites. Nous leur offrons des informations et des suggestions très concrètes sur la manière de s'y prendre et les points auxquels il faut rester attentif.

**MH:** *Les jeunes d'aujourd'hui ont-ils besoin de plus de limites?*

**Cornelia Waser:** Fixer des limites a toujours fait partie de l'éducation. Or on manque aujourd'hui de repères nécessaires à cette fin. Jamais on n'a vu cohabiter une telle diversité de points de vue et de styles de vie. C'est une gageure pour les parents de décider quelles sont règles qui doivent être appliquées dans la famille. En outre, ils sont confrontés à de nouvelles tendances, dont par exemple les technologies de la communication, comme le portable ou Internet, qui ont pris une place dans la vie des adolescent-e-s. Les parents se trouvent face à un défi de taille: il faut qu'ils s'informent, qu'ils s'intéressent aux choses qui comptent pour leurs enfants et qu'ensuite ils se positionnent clairement.

**MH:** *Faut-il redonner aux parents davantage de responsabilité?*

**Cornelia Waser:** Les parents sont bien conscients de leur responsabilité, ce qui ne les empêche pas de se sentir parfois peu sûrs d'eux-mêmes. Nos Lettres devraient servir à les encourager et à promouvoir des échanges. Le but est qu'ils se sentent libres de chercher de l'aide auprès de professionnels, que ce soit une information, un conseil ou un encouragement. Les parents peuvent avoir beaucoup d'influence, pour peu qu'ils assument leur rôle d'encadrement, qu'ils manifestent leur intérêt et recherchent le dialogue. Il va de soi qu'ils ne peuvent ni ne doivent veiller jour et nuit sur leur progéniture. Il se passe beaucoup de choses en dehors de la famille, où d'autres personnes prennent le relais de la responsabilité. Il est donc particulièrement important

qu'à l'école aussi on applique des règles claires, comme par exemple l'interdiction de fumer. Idéalement, ces règlements devraient être élaborés d'entente avec les organisations de parents.

**MH:** *Est-ce que l'ISPA a invité des parents à participer à la préparation de ses Lettres aux parents?*

**Cornelia Waser:** Oui, nous avons collaboré avec des organisations de parents dont les représentant-e-s avaient eux-mêmes des enfants et bénéficiaient en outre d'une certaine expérience dans l'information aux parents.

**MH:** *Comment les intéressé-e-s réagissent-ils à vos Lettres?*

**Cornelia Waser:** D'après les retours, nous voyons qu'elles amènent les parents à réfléchir et à se remettre en question, mais aussi qu'elles permettent de les rassurer et de les confirmer dans leurs choix. Ces derniers mois, les questions abondent sur la manière de réagir face aux nouveaux médias, comme les jeux online ou les chats. L'ISPA vient de publier un nouveau dépliant qui contient des informations sur ce type d'addiction. Nous prenons très au sérieux les remarques qui nous parviennent, car elles nous permettent de nous améliorer. Les nouveaux tirages de nos «Lettres aux parents» seront régulièrement revus et complétés. Actuellement, nous sommes encore plongés dans la phase de rédaction des dernières Lettres.

**MH:** *Vous vous penchez sur un problème important: la façon dont les nouvelles technologies de la communication envahissent la vie des jeunes. Dans ce domaine, le savoir des parents est souvent à la traîne par rapport à celui des enfants. N'est-ce pas un handicap?*

**Cornelia Waser:** Les parents n'ont pas besoin d'être des virtuoses de l'ordinateur. Ce qui importe, c'est leur intérêt. Ils doivent se rendre disponibles pour que les enfants aient l'occasion de leur montrer leurs jeux et leurs forums de discussions. Ils peuvent bien sûr aussi s'adresser à des spécialistes ou lire les publications sur le sujet. Interdire quelque chose quand on n'y connaît rien n'est pas une solution. Les parents sont confrontés aujourd'hui à des domaines sans référence avec leur vécu personnel, face auxquels, faute d'expérience, ils se sentent souvent totalement démunis. Par conséquent ils doivent faire preuve d'ouverture et d'intérêt pour ces nouveaux outils.

**MH:** *Quelle suite allez-vous donner à vos «Lettres aux parents»?*

**Cornelia Waser:** Pour l'instant, il en existe cinq. Trois autres sont prévues d'ici à l'été 2009. Ces prochaines éditions tenteront d'apporter quelques réponses à des questions telles que: Pourquoi les jeunes prennent-ils des risques, pourquoi consomment-ils de l'alcool ou d'autres substances psychotropes? Comment les parents peuvent-ils communiquer avec leurs adolescent-e-s? Comment, en tant que parent, doit-on empoigner la question des nouvelles technologies?

#### **Les «Lettres aux parents de l'ISPA» :**

L'équipe de prévention a choisi de consacrer chacune de ses Lettres à un aspect particulier du développement des jeunes. Toutes sont articulées autour d'un thème central, comme «Donner des libertés et fixer des limites», «Sorties et fêtes: plaisirs et risques» ou «Comment parler tabac, alcool et autres drogues avec nos ados». On peut s'abonner gratuitement auprès de l'ISPA et obtenir les Lettres soit sur papier soit par courriel. Pour toute question, écrivez-nous à [parents@sfa-isp.ch](mailto:parents@sfa-isp.ch) ou téléphonez au 021 321 29 76.

· Sur le site de l'ISPA, vous trouverez [la page des Lettres aux parents](#)

- Infodrogues [Cyberaddiction](#) (PDF)
  - L'association **e-enfance** conseille sur son site [www.e-enfance.org](http://www.e-enfance.org) parents et enfants sur l'utilisation d'Internet.
-

# Aperto a perdu: une filiale contrainte d'ôter les bouteilles d'alcool de ses rayons

Un article de Monique Helfer

Enfin! Dans les vitrines frigorifiques de la filiale Aperto de la gare de Berne, des jus de fruits de toutes les couleurs ont remplacé les Heineken, Feldschlösschen et Cie. Les étagères regorgent de boissons non alcoolisées. Pendant deux mois, soit jusqu'au 20 décembre prochain, aucune bouteille d'alcool ne se vendra sur ce comptoir. La préfète a tiré la sonnette d'alarme et infligé à Aperto une interdiction temporaire de vente. Motif: cela fait des années qu'on y vend de l'alcool à des mineurs.

Il en faut beaucoup, dans notre pays, pour qu'on en arrive là. Malheureusement. En dépit d'avertissements répétés, comme l'a récemment rapporté le journal «Berner Zeitung», l'Aperto de la gare a continué à violer les dispositions de protection de la jeunesse en vigueur.

Il est vrai que le personnel n'a pas la tâche facile dans cette filiale. En outre, les jeunes clients savent se montrer obstinés et rusés quand il s'agit d'obtenir de l'alcool. On attendait des autorités qu'elles prennent des mesures à l'encontre d'un négoce où la protection de la jeunesse était constamment bafouée. L'attente a été longue, mais l'interdiction de vente a enfin été prononcée; une mesure qui devrait donner au personnel de vente le sentiment d'être appuyé. Par ailleurs, l'efficacité de ces sanctions, qui touchent à l'essentiel, c'est-à-dire au chiffre d'affaires, est assurée. On ne peut que féliciter les autorités d'avoir mis fin à une situation trop longtemps tolérée.

---

# IMPRESSUM

Magazine web de l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies

Editeur

ISPA

Avenue Louis-Ruchonnet 14

case postale 870

1001 Lausanne

Rédaction

Monique Helfer (responsable)

Anita Cassese

Hermann Fahrenkrug

Contact : [standpunkte@sfa-ispa.ch](mailto:standpunkte@sfa-ispa.ch)