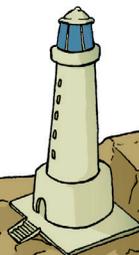


PARENTS D'ADOS

DES PISTES POUR GARDER LE CAP



Association Nationale
de PRÉVENTION
en ALCOOLOGIE
et ADDICTOLOGIE

A.N.P.A.A. 87


**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

LIMOUSIN

PRÉFACE

Il y a de cela très très très longtemps, les parents comprenaient les adolescents. Enfin, nous ne croyons plus aux contes de fées ! L'adolescent a toujours questionné les adultes.

En ce début du 21^{ème} siècle, ces questionnements adultes se focalisent sur un certain nombre de conduites, conduites à risques mais aussi conduites exprimant le mal-être de leurs adolescents.

Ces parents sont amenés à rencontrer des professionnels dans divers lieux institutionnels où ils viennent faire part de leur inquiétude. Les professionnels de ces différents lieux se sont réunis pour établir un petit guide qui est, d'une part, une amorce pour un travail avec des parents et qui, d'autre part, propose un certain nombre de réponses simples et claires à travers des fiches thématiques et, enfin, contient un annuaire des différents lieux où ils peuvent trouver recours.

Il est donc important de remercier les rédacteurs de ce guide, outil moderne d'une aide à apporter aux parents.

*Docteur J.F. ROCHE
Chef de Pôle CH Esquirol - Limoges*



PARENTS D'ADOS

DES PISTES POUR GARDER LE CAP

GUIDE À DESTINATION DES PARENTS D'ADOLESCENTS

SOMMAIRE

L'adolescence : une dynamique expérimentale	PAGE 04
L'adolescence : une transformation physique et psychique.....	PAGE 05
L'adolescence : une recherche de références pour se construire.....	PAGE 06
L'adolescence : expérimenter le risque pour se construire.....	PAGE 08
La parentalité : un défi au quotidien	PAGE 10
Que signifie « être parents » ?.....	PAGE 11
Que demandent les ados ?.....	PAGE 11
Qu'est-ce qui se joue dans cette relation parents/ados ?.....	PAGE 12
Comment accompagner l'adolescent ? Quelques pistes... ..	PAGE 12
Les pratiques adolescentes : de l'expérimentation à la conduite à risque	PAGE 14
Ecrans et réseaux sociaux.....	PAGE 15
Les sorties.....	PAGE 18
L'alcool.....	PAGE 20
Le tabac.....	PAGE 22
Le cannabis.....	PAGE 24
La sexualité.....	PAGE 26
Contacts utiles	PAGE 30

L'ADOLESCENCE : UNE DYNAMIQUE EXPÉRIMENTALE



→ L'adolescence : une transformation physique et psychique

« On change de point de vue par rapport à la vie. » « On se sent moins gamin ! »

Le début de la puberté se situe en général entre 10 et 13 ans pour les filles et entre 11 et 14 ans pour les garçons. Les changements physiques et hormonaux, caractéristiques de la puberté, sont sources de questionnement et de perturbation pour les jeunes. Ils ont parfois du mal à se reconnaître eux-mêmes. Leurs préoccupations et centres d'intérêts évoluent alors fortement. Il s'agit d'un âge de transition entre le monde de l'enfance et celui des adultes. Cette période est souvent délicate pour les parents et les adultes qui entourent les adolescents. Elle l'est tout autant pour les jeunes qui doivent faire face à leurs nouvelles préoccupations et se familiariser avec leur nouveau corps. Cela nécessite du temps pour s'organiser avec soi-même et avec les autres.

L'adolescence, c'est aussi la découverte de nouveaux goûts, de nouvelles idées, façons de se comporter et d'exister. L'essai de certains styles vestimentaires est notamment une des expressions de cette recherche.

Il répond aussi au besoin d'habiller ce corps en mutation, d'approprier cette nouvelle morphologie. Par exemple, certains jeunes sont parfois attirés par les piercings et tatouages. Cela peut répondre à une envie d'affirmer son appartenance à un groupe, d'essayer d'attirer le regard.

« On n'est plus des enfants malgré ce que disent les parents, même si, des fois, ils voient que je ne le suis plus. »

L'évolution de leur sexualité les conduit à tester leur pouvoir de séduction et découvrir de nouvelles expériences. Ils réalisent alors que leur corps leur donne la possibilité de devenir, à leur tour, des adultes.

« Avant on se comprenait, parfois même sans se parler. »

Les sautes d'humeurs et jugements à « l'emporte-pièce » s'expliquent par le fait que les nouvelles sensations physiques et psychiques troublent les ados. L'intensité des émotions qu'ils découvrent renforce le sentiment d'incompréhension qu'ils éprouvent. Ils se sentent souvent uniques et surtout très différents de leurs parents, de leurs préoccupations et de leurs façons de se comporter. Aussi, ils ont l'impression d'être incompris, parce qu'ils pensent que leurs parents n'ont pas connu ça, que ce n'était pas la même époque... Les parents (voire les adultes en général) peuvent leur sembler « hors du coup » et, par conséquent, incapables de les comprendre.

« Les profs la trouvent très renfermée. »

À certains moments, ils peuvent paraître absents, renfermés et donner l'impression qu'ils ne veulent pas communiquer. Il leur faut le temps de décompresser afin d'intégrer tous les apprentissages, les changements qui les chamboulent.

« Il a dit qu'il se faisait peur lui-même ! »

Les relations d'échanges ou de camaraderie mêlent sensations positives et négatives. La rencontre des pairs répond à des besoins de se conforter et se confronter. L'adolescent peut être dans une recherche permanente des autres, les fuir parfois, ou alterner ces phases-là. La nouveauté de ces sensations a quelque chose de dérangent et d'enivrant à la fois. Le jeune expérimente quasi-continuellement de nouveaux comportements, attitudes, propositions, séductions. Il découvre un grand nombre d'informations sur toutes leurs tentatives d'échanges, de rencontres et d'apprentissages.

« Il a une conduite odieuse, il parle mal, claque les portes ! »

Leurs réactions peuvent parfois être difficiles à comprendre voire démesurées, laissant les parents dans l'incompréhension.

→ L'adolescence : une recherche de références pour se construire

« Je ne le reconnais plus »
« Cet enfant a été éduqué avec des valeurs. Jusqu'à l'an dernier, ça allait ; maintenant il rejette ce cadre. »

Quel étonnement pour le parent qui découvre, devant la chambre de son enfant, un adolescent vêtu bizarrement, aux manières inhabituelles voire désobligeantes et au langage pas toujours compréhensible, parfois même vulgaire. Il faut pourtant se rendre à l'évidence : si, il y a peu, ce personnage étrange était bien encore un enfant, il est maintenant devenu un individu qui s'ouvre sur le monde. Il échappe alors un peu à ses parents et il faut bien reconnaître qu'il s'exprime peut-être dans un style original. Parfois, il se réfugie auprès des jeunes de son âge, ce qui peut expliquer qu'il veuille à tout prix afficher un look proche de ses camarades les plus appréciés ou dont il aimerait avoir la reconnaissance. Même s'il les connaît peu, il pense partager des points communs avec eux. Cette ressemblance lui permet de se refléter comme dans

un miroir, de chercher ce qu'il aime ou pas chez l'autre. Il trace ainsi peu à peu les contours d'une image de lui-même encore floue. Il la peaufine et teste aussi ce qu'elle renvoie aux autres.

Cela peut passer par des oppositions, voire des conflits, avec les adultes qui comptent à ses yeux, dont il a besoin. La référence se fait alors par la critique, le questionnement de l'ordre établi, voire sa remise en question. Le jeune cherche particulièrement à mettre en valeur sa différence par rapport au modèle parental ou adulte.

Cela veut-il dire que le jeune rejette ses parents et ses racines ? Pas vraiment ! L'adolescent est en quête de liens qui le nourrissent. Ainsi, toute relation entre un adolescent et un adulte constitue un enjeu majeur. L'adolescent se construit aussi par rapport à l'adulte et pas forcément contre. Le paradoxe, c'est que le rapport à l'adulte est autant recherché que redouté. Donc les adultes et la famille restent bien des références fortes autour desquelles il se positionne pour construire sa propre histoire. Alors pourquoi certains ados semblent-ils vouloir se distinguer et aller jusqu'à rejeter les valeurs transmises par l'éducation parentale ?

L'adolescence permet de dire aux parents : « Ce que vous m'avez appris, je l'ai retenu. Mais, avant de l'appliquer, je vais le tester, vous tester, et observer vos réactions. » Cela ressemble à une mise à l'épreuve des convictions et de la stabilité de l'adulte. Ces références dont il a hérité lui servent d'appui pour construire les siennes. En faisant cela, l'apprenti adulte reconnaît l'éducation qu'il a reçue comme suffisamment bonne et solide pour la tester. Il est partagé entre la crainte du monde des adultes auquel il s'oppose afin d'exister et le désir d'être reconnu par ces mêmes adultes.

L'adolescent n'attend pas de l'adulte qu'il soit parfait mais qu'il reste cohérent dans son rôle.



« Ce qu'on voudrait c'est avoir toute la liberté d'un adulte sans les contraintes qui vont avec. »

Pour l'adolescent, l'adulte paie ses libertés en assumant des contraintes, des responsabilités. À l'inverse, lui, moins libre, est dispensé des nombreuses obligations encore assumées par ses parents. Avec des places bien délimitées pour chacun, expliquées et appelées à évoluer au fur et à mesure que l'ado grandit, il saura trouver la sienne. La possibilité qu'aura l'adolescent de s'exprimer, de raisonner dans sa famille et d'être accepté et valorisé en tant qu'individu singulier, est prépondérante dans son rapport aux adultes.

→ L'adolescence : expérimenter le risque pour se construire

La recherche de plaisir est très présente chez les adolescents, qui cherchent à éprouver de nouvelles sensations tout en testant et repoussant leurs limites. Par moments, l'adolescent est en quête de sensations fortes, de grandes satisfactions afin de pimenter son quotidien. Mais certaines expériences de recherche de plaisir peuvent parfois aller jusqu'à des mises en danger.

On observe des prises de risque plus ou moins conscientes, en de multiples circonstances : fortes consommations d'alcool, sports à risque, rapports sexuels non protégés, dépassement de soi... Elles s'expliquent par plusieurs facteurs : l'adolescent peut ignorer ou mal évaluer le danger auquel il s'expose, il peut aussi s'agir pour lui d'une forme de défi... Les ados cherchent à éviter l'ennui, par l'expérimentation de pratiques qui leur sont parfois méconnues.

C'est un moyen de pouvoir être actifs face à tout ce qui leur arrive de nouveau, d'éprouver les limites de leur corps en changement mais également de valoriser leur image aux yeux de leurs pairs, de susciter leur admiration, de se distinguer des autres.

Ces conduites, qui font partie de la « crise adolescente », traduisent les tentatives de dépassement de soi et la recherche de plaisir. Elles sont étroitement liées aux valeurs éducatives transmises : famille, école, loisirs...

Accompagner l'adolescent dans la prise de conscience des risques de ses actes l'aide à être actif et responsable. L'adolescent « apprenti adulte » souhaite être reconnu comme autonome. Par son attitude il cherche à se hisser à la hauteur des adultes pour acquérir l'autonomie et la reconnaissance auxquelles il aspire. Il est important qu'il puisse développer ses capacités à penser, analyser, se comporter, s'exprimer et être reconnu pour cela. C'est par exemple, ce que cherche un adolescent lorsqu'il donne son point de vue en famille.

L'importance des échanges entre ados et adultes dans des conditions sécurisantes doit leur permettre de distinguer ce qui est acceptable de ce qui ne l'est pas.

Accorder de l'importance à ce que fait l'adolescent, bon ou mauvais, est indispensable pour produire des repères. À l'inverse, ignorer ou banaliser son acte pourrait encourager davantage les prises de risques. Reconnaître et valoriser les attitudes positives et constructives renforce l'estime que l'ado a de lui et les liens de confiance réciproques avec les adultes.

Il est important que l'adolescent fasse ses propres expériences, sans avoir à se justifier ou à en rendre compte constamment à sa famille. Si les parents savent trouver une bonne distance avec leur adolescent (ni trop distants, ni trop envahissants), celui-ci sentira qu'ils ont confiance en lui et qu'ils acceptent de le voir grandir. Dans le cas contraire, l'adolescent pourrait rejeter ce cocon familial qu'il jugera trop étouffant et encombrant.

Enfin, il s'agit de savoir distinguer l'ado de ses actes. Par exemple, ce n'est pas parce qu'il a commis un délit qu'il est à considérer comme un délinquant : condamner l'acte pour ne pas le banaliser, sanctionner l'adolescent, sans pour autant le réduire à son geste.

LA PARENTALITÉ : UN DÉFI AU QUOTIDIEN



→ Que signifie « être parents » ?

« Être parents, c'est occuper une place, jouer un rôle et exercer une fonction sans que rien ne soit jamais figé »
Philippe JEAMMET (pédopsychiatre).

Il existe plusieurs façons de devenir et d'être parent ou d'exercer sa parentalité, quelle que soit la composition de la famille.

Le statut de parent est reconnu par la loi et confère une autorité et des devoirs. Parfois d'autres personnes assument aussi les fonctions parentales (par exemple : alimentaire, éducative, affective, ...).

Il s'agit, dans l'idéal, d'être une présence rassurante, qui accompagne l'enfant, lui pose des limites et le protège. Chacun s'adapte en fonction et au cours de son expérience.

La parentalité ne se définit donc pas de façon absolue. Elle se construit en permanence, en référence à notre histoire personnelle. Notre propre enfance, nos parents ou toute figure parentale y tiennent une place déterminante. La parentalité tient également compte de la réalité présente de la famille et de son évolution.

→ Que demandent les ados ?

Les ados demandent à être reconnus comme des individus qui révèlent leurs capacités et qui deviennent autonomes peu à peu.

Ils ont besoin d'être accompagnés, éduqués et sécurisés dans cette quête d'autonomie. Cet accompagnement passe par une attention bienveillante et par des règles claires et constantes. Cependant, ces règles, ce cadre, peuvent évoluer suivant les situations, et tous les membres de la famille peuvent en discuter ensemble, afin de s'entendre sur le sens, le comprendre et l'expliquer.

L'adolescence constitue une période de réactivation de toutes les étapes d'expérimentation de la petite enfance (transgression, négociation, remise en cause de l'autorité...) avec néanmoins des prises de risques dont les conséquences ont une autre dimension.

→ Qu'est-ce qui se joue dans cette relation parents/ados ?

L'adolescence, en succédant à l'enfance, laisse place à une nouvelle dynamique, parfois source de perturbations. Le parent, comme l'adolescent, doivent mutuellement produire un effort d'adaptation. Cette période est plus facilement surmontable si la communication existe.

L'adolescent nous renvoie souvent à nos propres limites. Il faut admettre que nous avons le droit de ne pas avoir toutes les réponses, de nous tromper et qu'il est parfois nécessaire de faire appel aux autres. En effet, nous ne sommes pas toujours l'interlocuteur privilégié. L'intervention d'une autre personne n'enlève rien à la qualité de parent. L'adolescent a la capacité de pouvoir interpeler de multiples référents : autre membre de la famille, enseignant, animateur, éducateur sportif, lieux d'écoute, etc.

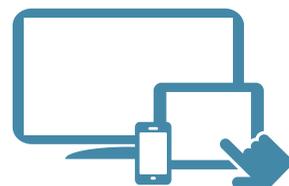
→ Comment accompagner l'adolescent ? Quelques pistes...

- Maintenir ou créer un climat sécurisant, où la parole circule. Il permet l'expression de chacun.
- Veiller à maintenir des habitudes et des règles, qui sont des repères apaisants et sécurisants. Elles participent à l'équilibre du foyer.
- Privilégier la négociation pour éviter de tomber dans l'autoritarisme ou dans le laxisme. Cette souplesse permet d'éviter les situations de blocage.
- Veiller à garder sa place d'adulte et de parent. Cette attitude est structurante pour l'adolescent.
- Témoigner de sa confiance. Cela permet de développer son sens de la responsabilité et son autonomie.
- Valoriser les compétences et les progrès de l'adolescent. Cette reconnaissance l'encourage et le rassure.

LES PRATIQUES ADOLESCENTES : DE L'EXPÉRIMENTATION À LA CONDUITE À RISQUE



ÉCRANS & RÉSEAUX SOCIAUX



« Notre ado passe la majorité de son temps dans sa chambre, sur ses jeux vidéo, et la situation commence à nous inquiéter : il ne voit plus ses amis à l'extérieur, refuse souvent de prendre ses repas en famille, grignotant devant sa console, et il se couche après avoir joué toute la nuit. Ses résultats scolaires sont en forte baisse. Nous souhaiterions limiter son temps passé sur les jeux mais nos interventions tournent au conflit... ».

Les écrans font aujourd'hui partie intégrante de la vie de l'enfant (télévision, ordinateur, consoles de jeux, lecteurs MP4, téléphones portables, tablettes...) même s'ils représentent une part importante du budget des parents. Ce sont les outils de communication, d'information et de divertissement actuels. Les jeux vidéo représentent un loisir très pratiqué par les jeunes. En soi, cette activité ne présente pas de risque particulier et peut même développer des compétences (observation, concentration, coordination...). Cependant, leur complexité ainsi que l'arrivée des jeux en réseau a conduit les jeunes à y passer encore plus de temps, allant parfois jusqu'à un usage excessif pouvant avoir des répercussions sur leur vie sociale et scolaire et sur leur santé.

Il n'y a cependant pas de causalité directe entre l'utilisation de ces appareils et les résultats scolaires.

Au même titre que d'autres règles du quotidien, celles qui ont trait aux écrans doivent être claires et arrêtées dès le départ.



Points de vigilance

- Il est préférable d'installer l'ordinateur et la console de jeu dans une pièce commune de la maison. Cela induit une surveillance de l'utilisation qui dissuadera l'adolescent d'enfreindre les règles fixées entre vous et lui évitera de s'isoler dans un monde virtuel.
- Il est possible de laisser l'adolescent sauvegarder sa partie avant d'éteindre sa console plutôt que de le faire subitement. Cela limitera les conflits.

- Votre adolescent joue-t-il à des jeux vidéo adaptés à son âge ? La signalétique PEGI permet, non seulement, de connaître l'âge qu'il est recommandé d'avoir pour y jouer - les chiffres 3, 7, 12, 16 et 18 indiquent le nombre d'années nécessaires - mais aussi le contenu d'un jeu grâce aux icônes suivants :



- Les jeux vidéo sont un loisir parmi d'autres. Très attractifs chez les jeunes, ils induisent à la fois plaisir et frustration mais développent aussi les capacités et les réflexes. Certains jeunes basculent dans un usage excessif pouvant aller de l'abandon de ses autres activités jusqu'au repli sur soi. Votre enfant pratique-t-il d'autres activités ? S'il s'est coupé du monde extérieur, qu'en était-il avant ? Parvient-il à aller à l'école sans difficulté ? Quels sont ses rapports aux autres ? Essayez de maintenir du dialogue, sans le culpabiliser par rapport à sa conduite. Il peut apprécier que vous vous intéressiez à ce qui lui plaît dans les jeux et regardiez une partie avec lui. Vous pouvez vous adresser à un professionnel, avec qui il sera possible d'échanger sur cette question et rechercher des solutions.

« Ma fille de 15 ans passe presque tout son temps libre sur un réseau social à tchater et échanger des infos sur sa vie privée. Elle va jusqu'à tenir des propos inadaptés à l'encontre de camarades. Elle me dit que ça lui permet de communiquer avec ses amis mais aussi de rencontrer de nouvelles personnes qu'elle considère peu à peu comme de vrais amis. Dois-je l'empêcher de fréquenter ce site où, à mon sens, son comportement la met en danger et la prive de vraies relations sociales ? Et comment puis-je être sûre que les « amis » qu'elle croit avoir sur le net ne sont pas en réalité des adultes ayant une fausse identité ? »

Sur Internet, la communication est l'usage primordial des adolescents. Elle commence dès la connexion par le biais des messageries instantanées (Skype, ...) et des réseaux sociaux (Facebook, Twitter, ...). Les relations créées ou entretenues virtuellement ont une grande importance pour les jeunes d'aujourd'hui mais peuvent comporter des risques, en particulier s'ils n'ont aucune idée de ce à quoi ils s'exposent.

En effet, lorsqu'ils communiquent avec un « ami » sur Internet, l'écran représente pour eux une barrière protectrice qui permet de se faire passer pour ce que l'on n'est pas et dire, ou faire, ce que l'on n'oserait pas face à l'autre. Ils ne mesurent pas forcément l'impact que leurs actes créent et peuvent porter atteinte aux autres.

Or, les rumeurs, les injures ou les propos racistes, entre autres, sont des délits, même lorsqu'ils sont tenus sur la toile. De plus, face à un « ami » qui n'est connu que via Internet, ils peuvent être trompés sur l'identité et sur les intentions d'une personne à qui ils croient s'adresser. Il est important d'encourager votre adolescent à vous solliciter quand il a des doutes ou si des propos qui le heurtent lui sont tenus.

Concernant la confidentialité sur les réseaux sociaux, il est recommandé, en premier lieu, de ne pas tout divulguer de sa vie personnelle. Ensuite, il est possible de paramétrer son compte de manière à sélectionner les personnes avec lesquelles on souhaite partager ses publications.

L'adolescent ne doit jamais communiquer ses données personnelles (nom, adresse, n° de téléphone et de carte bancaire...). Sachez, enfin, que les publications restent définitivement la propriété du réseau social et qu'elles peuvent avoir des répercussions sur la vie privée de l'adolescent, sa vie à l'école, sa future recherche d'emploi mais aussi sur celle des autres.



Points de vigilance et questionnements

- Priver l'adolescent d'aller sur un réseau social n'est pas forcément nécessaire si sa pratique est encadrée par ses parents, en expliquant préalablement les précautions à prendre. D'ailleurs, ne serait-il pas tenté de le faire secrètement ?
- Lui avez-vous dit que son comportement sur les réseaux sociaux n'est pas sans conséquence ?
- Avez-vous eu l'occasion d'échanger avec votre adolescent sur l'importance de la qualité des relations plutôt que sur la quantité d'amis ? Sait-il faire preuve de méfiance et d'esprit critique face au grand nombre d' « informations » véhiculées sur de tels sites ?



Législation

• Selon l'article 9 du Code Civil, « chacun a droit au respect de sa vie privée ». Par conséquent, toute atteinte au droit à l'image constitue une violation de la vie privée passible de 45 000 euros d'amende et d'un an d'emprisonnement selon l'art. 221-1 du Code Pénal. L'injure et la diffamation publiques sont passibles de 12 000 euros d'amende. C'est la responsabilité du parent qui est engagée.



LES SORTIES

« J'autorise mon ado de 15 ans à sortir en boîte de nuit depuis peu de temps. Je ne sais pas si j'ai bien fait mais je me suis laissé convaincre par un de ses amis qui me disait que sa grande sœur les amenait et passait la soirée avec eux. Je ne sais pas si je peux leur faire confiance. Je crains aussi que les demandes de sorties se multiplient. »

Les sorties sont des moments privilégiés de découverte, d'amusement et de sociabilisation. La nuit est souvent un moment privilégié pour faire la fête (soirée dans un appartement, sortie en boîte de nuit...).

Bien que les sorties de nuit paraissent plus inquiétantes pour les parents, certaines prises de risques peuvent aussi avoir lieu en journée.

Aborder ces questions avec vos enfants sous formes d'échanges pourra permettre de les préparer et de les aider à réagir face aux situations auxquelles il sera confronté !

Points de vigilance et questionnements

- Quand votre enfant sort, savez vous réellement avec qui il est et s'il est effectivement accompagné ?
- Connaissez-vous le ou les accompagnateurs ?
- Ont-ils vos coordonnées et vous, les leurs ?
- Avez-vous échangé avec eux sur le cadre des sorties et sur leurs responsabilités ?
- Autoriser un jour n'est pas autoriser toujours !

Cependant, se dire « je ne veux pas que mon enfant sorte aujourd'hui » est déjà une raison suffisante pour refuser et il n'y a pas toujours besoin de longues explications.



Législation

- Art 371-3 du Code Civil : Un mineur n'a pas le droit de sortir sans l'autorisation de ses parents.
- Art L 3342-1 du Code de la Santé Publique interdit la vente de boissons alcooliques à des mineurs.
- L'entrée en boîte de nuit est réglementée par l'article 3342-3 du Code de la Santé Publique :
 - Moins de 16 ans : accompagné par parent ou majeur ayant la charge du mineur
 - De 16 à 18 ans : accès libre mais interdiction de lui servir de l'alcool.



L'ALCOOL

« Je n'ai plus confiance en mon fils de 15 ans qui me dit ne pas boire en soirée alors que je le vois avec des verres et des bouteilles en photo sur son profil Facebook®. Il ne sait pas que je regarde cela et, pour ma part, je ne sais pas comment faire. Je pense que lui en parler serait la meilleure solution mais cela empêchera-t-il qu'il continue ? Je ne pense pas. »

En premier lieu, il n'est pas pertinent de diaboliser ces consommations. En effet, une telle attitude peut avoir des effets fortement contre-productifs, d'autant que c'est un produit aisément disponible. Par ailleurs, l'alcool est intrinsèquement lié à nos pratiques culturelles. Souvent initié dans le cadre familial, l'usage modéré d'alcool est finalement peu stigmatisé. Dès lors, se construit, chez l'enfant, l'image d'un produit volontiers associé à des contextes festifs ou conviviaux.

Pendant, un désir d'indépendance et une volonté de s'affranchir des pratiques familiales apparaissent à l'adolescence. À cette quête identitaire, cette volonté d'être grand, s'associe le désir de connaître ses limites. Cela se traduit par des pratiques de consommation fondées sur la performance. Ces pratiques, consistant souvent à l'ingestion d'une grande quantité d'alcool en peu de temps, peuvent avoir parfois des conséquences très graves, notamment le coma éthylique et l'ivresse pathologique (le « black out »).

Ainsi, il nous semble essentiel d'insister sur la nécessité de ne point rompre le dialogue.

Points de vigilance et questionnements

- Mon enfant a-t-il eu un changement brusque de comportement ?
- Ses fréquentations se sont-elles orientées vers des ados à risques ?
- S'énerve-t-il lorsque j'évoque sa consommation de boissons alcoolisées ?
- S'alcoolise-t-il souvent lorsqu'il sort avec des amis ?
- Ne pas laisser en libre-accès le « bar familial » pour ne pas inciter.



Législation

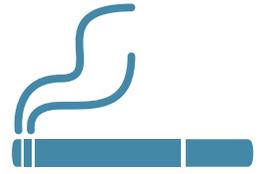
- L'article 93 de la Loi du 21 juillet 2009 confirme l'interdiction de la vente des boissons alcooliques à tous les mineurs ainsi que la cession à titre gratuit à des mineurs dans les lieux publics.
- Article L.3341-1 et R.3353-1 : Une personne trouvée en état d'ivresse dans des lieux publics, est, par mesure de police, conduite à ses frais au poste de police ou de gendarmerie le plus proche en « chambre de dégrisement », pour y être retenue jusqu'à ce qu'elle ait recouvré la raison. La personne devra, en plus, payer une amende pouvant aller jusqu'à 150 euros.
- Article 1384 alinéa 4 du Code Civil : Les parents, tant qu'ils exercent l'autorité parentale, sont solidairement responsables du dommage causé par leur enfant mineur habitant avec eux.
- Article 371-1 du Code Civil : Tout parent a, à l'égard de l'enfant, une triple mission : assurer son entretien, sa sécurité, son éducation.
- Article 227-19 du Code Pénal : Le fait de provoquer directement un mineur à la consommation habituelle et excessive de boissons alcooliques est puni de deux ans d'emprisonnement et de 45 000 euros d'amende.

LE COMA ÉTHYLIQUE :

Que faire en cas de coma éthylique ?

- Appeler les services d'urgence.
- Mettre en Position Latérale de Sécurité
- Couvrir la personne

LE TABAC



« Je sais que ma fille de 16 ans fume en cachette. Je m'inquiète pour sa santé, comment faire pour l'aider ? »

Les dangers du tabac restent éloignés des préoccupations des jeunes. Pourtant, à court terme, les premiers effets physiques du tabac sont : les dents jaunes, le teint cireux, la mauvaise haleine, les cheveux cassants, la baisse des capacités pulmonaires, la toux... À moyen terme, la santé sexuelle est affectée et des problèmes de fertilité peuvent apparaître. De même, il est fortement déconseillé d'associer tabagisme et contraception féminine ainsi que tabagisme et grossesse. À long terme, l'ensemble des 4 000 substances contenues dans la cigarette agit, en particulier, sur la fonction cardio-vasculaire (tension artérielle, risque d'infarctus deux fois plus élevé, etc.), la fonction respiratoire (Broncho-Pneumopathie Chronique Obstructive, asthme, cancer du poumon, apnée du sommeil, etc.) et la fonction digestive. Il est à noter que certains effets sont irréversibles et ce, même après l'arrêt. La consommation de tabac n'engage pas que la santé du fumeur, elle engage aussi celle de son entourage. C'est ce que l'on appelle le tabagisme passif. Il entraîne les mêmes risques que le tabagisme actif. Il convient donc de respecter la liberté des non-fumeurs, en particulier dans les lieux couverts, notamment dans votre logement.

Par ailleurs, les jeunes conservent l'illusion de pouvoir contrôler leur consommation. Or, la dépendance au tabac s'installe rapidement, d'autant plus que la consommation a été précoce. L'arrêt et le sevrage sont très difficiles, demandent du temps et beaucoup de volonté. Contrairement aux idées reçues, consommer des cigarettes light est aussi nocif que des cigarettes classiques car on en consomme plus pour obtenir la dose de nicotine recherchée. De même, fumer la chicha est bien plus dangereux car on aspire plus de fumée et le goût du tabac est masqué par des arômes, ce qui facilite sa consommation. En ce qui concerne la cigarette électronique, il s'agit de ne pas encourager ce type de consommation (hormis en cas d'arrêt du tabac) dans la mesure où nous n'avons pas encore de recul sur sa dangerosité.

La cigarette est un moyen pour eux de se sentir adultes, de se donner une contenance, d'appartenir à un groupe et parfois de défier les parents. Cette dimension est renforcée par l'industrie du tabac pour laquelle les jeunes sont une cible marketing privilégiée. Pour toutes ces raisons, il est important de dialoguer à ce sujet avec ses enfants, même jeunes, en leur permettant de poser des questions en toute confiance, que vous soyez, vous-même, non-fumeurs ou fumeurs. Si votre enfant fume, vous pouvez lui proposer un soutien sans lui faire la morale. Par exemple, échanger avec lui sur les raisons qui l'amènent à fumer, sur les risques liés au tabac, sur le coût de la consommation...



Points de vigilance et questionnements

- Comment lui interdire de fumer si je fume moi-même ?
- Connaît-elle les risques d'association entre contraception et tabagisme ?
- Quelles sont les raisons qui amènent mon ado à fumer ?
- Comment se procure-t-il l'argent pour acheter ses cigarettes ?
- Combien dépense-t-il pour cela et qu'est-ce qu'il pourrait s'offrir avec cet argent ?
- Quelles sont les aides possibles qu'elle peut recevoir si elle souhaite réduire et/ou arrêter sa consommation ?



Législation

- L'[Article L3511-2-1](#) interdit de vendre du tabac aux mineurs.
- Le [décret du 15 novembre 2006](#) interdit de fumer dans toute l'enceinte (y compris les endroits ouverts comme les cours) des écoles, collèges et lycées publics et privés, ainsi que des établissements destinés à l'accueil, à la formation ou à l'hébergement des mineurs.
- En 2010, la vente, la distribution ou l'offre à titre gratuit des produits du tabac (cigarettes, tabac à rouler, tabac à narguilé, cigares, etc.) ou de leurs ingrédients (papier, filtres, etc.) sont prohibées à l'égard de tout mineur de moins de 18 ans ([décret du 25 mai 2010, art. 3511-2-1 du Code de la Santé Publique](#)). Le vendeur peut exiger de l'acheteur qu'il établisse la preuve de sa majorité par la présentation d'un document officiel muni d'une photographie.



LE CANNABIS

« Mon fils fume du cannabis avec ses copains. Il me dit que je ne dois pas m'inquiéter car il peut s'en passer, et que c'est moins nocif que la cigarette. Moi je vois bien que le matin, il a du mal à aller en cours. »

Le cannabis est une drogue illicite, la plus consommée par les adolescents. Contrairement aux idées reçues, le cannabis est plus nocif pour les voies respiratoires que le tabac.

La question particulière du cannabis et des drogues en général, est un sujet qui doit être abordé entre les parents et les jeunes, en prenant soin de ne pas banaliser ces consommations et encore moins de les encourager. Il est essentiel de maintenir ce dialogue dans un climat de confiance. Ne pas hésiter à leur faire part de votre inquiétude face à ces consommations qui pourraient perturber leur avenir.

Par ailleurs, il est bon de vous informer sur les risques que peuvent avoir ces consommations. La vigilance est donc de rigueur, d'autant plus que les produits, notamment le cannabis, sont facilement accessibles pour les adolescents.

Comme expliqué précédemment, l'adolescence est une période d'expérimentation. Motivés par la curiosité, la transgression de l'interdit ou encore la recherche de sensations nouvelles, les adolescents se laissent facilement tenter par le cannabis.

Généralement, le cannabis est présenté comme un produit qui procurerait du plaisir et permettrait de se sentir bien, d'avoir plus d'assurance... L'adolescent peut assez facilement se laisser tenter. Pourtant, le cannabis n'est pas sans danger.

Consommé régulièrement, il présente des risques : euphorie, somnolence, trouble de la coordination motrice, trouble du langage, perturbation de la perception du temps et de la perception visuelle, perturbation de la mémoire à court terme, maux de tête, augmentation du pouls, hypotension, diminution de la salivation (bouche sèche), yeux rouges, parfois sensation de nausées...



Points de vigilance et questionnements

- Y'a-t-il des signes d'alerte : les yeux rougis, le changement de fréquentations, le fléchissement des résultats scolaires, etc. ?
- Depuis combien de temps fume-t-il du cannabis, à quelle fréquence et dans quel contexte ?
- Ses consommations sont-elles festives ? Ne masquent-elles pas un mal-être ?

Soyez attentifs à ces changements car ils peuvent être révélateurs d'une consommation excessive, voire d'une dépendance, qui expriment une fragilité, un mal-être. Ainsi, l'adolescent aura besoin de votre soutien et de celui des professionnels.

Des consultations spécialisées sont mises en place dans le département (cf. fiches structures). Ces professionnels apporteront des réponses à vos questions.



Législation

- Le cannabis est un stupéfiant. Quelles que soient les quantités, son usage, sa culture, sa détention ou sa vente sont interdits en France.
- L'usage de cannabis est un délit sanctionné d'une peine pouvant aller jusqu'à un an d'emprisonnement et 3 750 euros d'amende.
- Si l'on vend ou donne du cannabis, même en très faible quantité, la sanction encourue peut aller jusqu'à 5 ans d'emprisonnement et 75 000 euros d'amende. Ces peines sont doublées quand le cannabis est vendu ou cédé à des mineurs.
- Toute condamnation pour usage ou trafic de stupéfiants peut avoir de graves conséquences sur la vie professionnelle pouvant aller jusqu'à l'impossibilité d'accéder à certaines professions car la condamnation est inscrite dans le casier judiciaire.



LA SEXUALITÉ

« J'ai découvert que mon fils de 15 ans allait sur des sites web pornographiques. Cela nous inquiète beaucoup son père et moi »

L'adolescence est la période à laquelle l'individu construit progressivement sa propre identité sexuelle. Dans son passage vers l'âge adulte, il peut accéder à une sexualité active, source d'épanouissement, de relation à l'autre et de plaisir.

Bien que la pornographie soit interdite aux mineurs, sa diffusion est légale en France. Ce phénomène ne peut être passé sous silence. Notre société regorge de codes pornographiques, véhiculés et très imprégnés dans les médias : publicités, clips musicaux, presse pour adolescents... Il est fréquent que les adolescents soient exposés involontairement à la pornographie. Souvent, en surfant sur le net, en ouvrant un mail ou en téléchargeant des fichiers par exemple, ceux-ci se retrouvent devant un site ou des images à caractère pornographique. La pornographie peut être attirante pour des adolescents préoccupés par l'éveil de leur propre sexualité et souvent très embarrassés d'aborder le sujet ouvertement avec leur entourage. Certains ont l'impression d'y trouver dans le secret, des informations fiables et concernant les pratiques.

Cela n'est pas sans conséquences sur leur état émotionnel. Ils peuvent avoir une réaction de dégoût ou de peur. À l'inverse, ils peuvent être curieux, intrigués, sans être conscients des conséquences qu'elle peut avoir sur leur sexualité. En effet, la pornographie inscrit très tôt dans l'esprit une représentation essentiellement génitale et irréaliste de la sexualité. Cette représentation peut les amener à penser qu'ils doivent tout faire : relations orales, vaginales et anales, et qu'ils le doivent à leur partenaire même s'ils n'en ont pas vraiment envie. À titre d'exemple, certaines jeunes filles pensent que, si elles n'offrent pas ce qui est présenté dans les films, elles ne pourront pas garder leur partenaire. Concernant les garçons, plusieurs ne se sentiront pas à la hauteur. En effet, ils ne réussiront pas toujours à susciter autant d'expression de plaisir chez leur partenaire que ce qui est simulé dans la pornographie.

De plus, la pornographie peut procurer de fortes doses d'adrénaline, ce qui peut être à l'origine d'une certaine dépendance.

Les adolescents sont à un âge de grande malléabilité, en quête d'idéaux masculins et féminins. Ils ont besoin de s'affirmer, de se conformer et de performer pour être reconnus. La pornographie nourrit leur imaginaire et leurs angoisses à une période de leur vie qui est déjà déstabilisante. C'est la raison pour laquelle ils peuvent en arriver à croire que tout est possible, acceptable et souhaitable, au point de penser que la pornographie est la norme : domination et soumission, disponibilité permanente des corps, exagération des attributs sexuels, banalisation des rapports sexuels filmés...

Les adolescents sont exposés aux productions à caractère pornographique. Éviter de diaboliser ce fait pour dialoguer avec eux permet de les aider à discerner, à découvrir ce qui se cache derrière ces images et ces mises en scène. C'est ainsi qu'ils prendront peu à peu conscience des véritables enjeux de la pornographie. Ils pourront ainsi mieux faire leurs propres choix concernant le plus intime aspect de leur vie privée et de leur relations aux autres.

Points de vigilance et questionnements

- Avez-vous déjà parlé de sexualité avec votre adolescent ?
- Quelles représentations avez-vous de la pornographie ?
- Êtes-vous bien informés sur le sujet ?
- Vous sentez-vous capable d'aborder ce sujet avec lui ?
- Ressentez-vous le besoin d'en parler à un professionnel ?

Législation

- La pornographie en France est surveillée et contrôlée. Selon l'[article 227-24 du Code Pénal](#), « le fait, soit de fabriquer, de transporter, de diffuser par quelque moyen que ce soit et quel qu'en soit le support, un message à caractère violent ou pornographique ou de nature à porter gravement atteinte à la dignité humaine, soit de faire commerce d'un tel message, est puni de trois ans d'emprisonnement et de 75 000 euros d'amende lorsque ce message est susceptible d'être vu ou perçu par un mineur. ».



« On s'inquiète du fait que notre enfant ait une attirance pour une personne du même sexe. Si c'est le cas, cela ne va pas du tout nous plaire ».

La découverte de son identité sexuelle est un bouleversement pour le jeune mais également pour ses parents. Dans notre société, beaucoup de parents n'imaginent pas que leur enfant puisse être homosexuel. Pourtant, l'homosexualité a toujours existé. On entend par cela des relations amoureuses, affectives et sexuelles entre personnes de même sexe, hommes ou femmes. Ce n'est ni une perversion, ni une déviation sexuelle, ni une maladie, ni un comportement contre nature.

Aujourd'hui, on parle « d'orientation sexuelle », appelée aussi « préférence affective et sexuelle ». Elle peut porter sur les personnes du même sexe (homosexualité), sur celles du sexe opposé (hétérosexualité) ou sur l'un et l'autre sexe (bisexualité). Tout comme on ne choisit pas d'être hétérosexuel, on ne choisit pas non plus d'être homosexuel ou bisexuel.

Au cœur de la métamorphose de l'adolescent, il y a la rencontre avec le corps sexué. Il sait qu'il n'est plus un enfant mais a toujours du mal à donner du sens à ce qui se passe en lui. Des nouveaux questionnements apparaissent. Qui suis-je ? Suis-je normal ? Comment me situer par rapport aux autres ? À cette période, le jeune cherche plutôt à être reconnu et accepté par les autres adolescents. Il est alors difficile d'assumer sa sexualité et de distinguer ce qui est de l'ordre de l'expérience et de l'orientation affirmée.

L'homosexualité peut être mal perçue et faire l'objet de discriminations, de mépris voire de haine. On parle alors d'homophobie. Cela peut se traduire par des agressions physiques, écrites ou verbales. Les conséquences peuvent être la tristesse, le repli sur soi, l'inquiétude, l'angoisse, la dépression, voire à différentes conduites à risques (alcool, drogues, rapports sexuels non protégés...) à la tentative de suicide. L'homophobie est d'ailleurs la première cause de suicide chez les adolescents.

L'homosexualité est un sujet délicat à aborder avec la famille. Il est important pour l'adolescent de se sentir prêt à en parler. Pour cela, il est important de créer un climat de confiance avec l'adolescent et d'être prêt à lui offrir une écoute attentive et sans jugement, lorsqu'il aura décidé d'en parler. L'adolescent doit percevoir que son entourage est capable de l'accepter tel qu'il est. Dans un climat favorable, il est possible de vivre sereinement une sexualité épanouissante.

Points de vigilance et questionnements

- Votre enfant a-t-il déjà essayé de vous en parler ?
- Pensez-vous devoir l'aborder avec lui ?
- Vous sentez-vous inquiet ?
- Ressentez-vous le besoin d'en parler à un professionnel ?
- Savez-vous ce que ressent le jeune à propos de sa propre orientation sexuelle ?
- Que connaissez-vous de l'homosexualité ?

Législation

• Article 225-1 du Code Pénal : Constitue une discrimination toute distinction opérée entre les personnes physiques à raison de leur origine, de leur sexe, de leur situation de famille, [...] de leur orientation ou identité sexuelle...

Ce n'est que récemment que la législation française a pris en compte les injures ou diffamations visant précisément une personne en raison de son orientation sexuelle.

• Article 24 de la Loi du 29 juillet 1881 : La provocation à la haine ou à la violence à l'encontre d'une personne en raison de son orientation sexuelle est punie d'un an d'emprisonnement et de 45 000 euros d'amende.

• Article 32 de la Loi du 29 juillet 1881 : La diffamation commise à l'encontre des mêmes victimes est punie de la même façon.

• Article 33 de la Loi du 29 juillet 1881 : Une injure homophobe sera punie de 6 mois d'emprisonnement et de 22 500 euros d'amende pouvant être assorties d'une publication, d'un affichage ou d'une diffusion de la décision.

• Aujourd'hui, la France reconnaît le droit aux personnes de même sexe de pouvoir se marier.

LA PRÉVENTION DES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (IST), QUELQUES CONSEILS :

- Le meilleur moyen de vous protéger du virus du Sida et des autres IST (syphtilis, chlamydiae, hépatites...) est d'utiliser un préservatif (masculin ou féminin).
- Les IST n'ont pas toujours de signes visibles, en cas de doute il est important de se faire dépister. Consultez votre médecin ou rendez-vous dans certains centres spécialisés (CDAG*, CIDDIST**, CPEF***)
- Une IST ne se guérit pas seule, il existe des traitements efficaces contre les IST. Négligées, ces dernières peuvent provoquer des complications difficiles à traiter et entraîner des séquelles. En cas d'IST diagnostiquée, suivez le traitement jusqu'au bout et prévenez votre ou vos partenaires.
- Le virus du Sida ne se guérit pas, seules les trithérapies peuvent permettre de stabiliser son évolution. Il à rappeler que ce sont des traitements lourds avec de nombreux effets secondaires. En cas de prise de risque, un traitement d'urgence spécifique peut aussi être pris, dans un délai maximum de 48h, aux urgences de l'hôpital le plus proche ou dans un CDAG.

* CDAG : Centre de Dépistage Anonyme et Gratuit

** CIDDIST : Centre de Diagnostic et de Dépistage des Infections Sexuellement Transmissibles

*** CPEF : Centre de Planification et d'Education Familiale

CONTACTS UTILES



Caisse d'Allocations Familiales

CAF de la Haute-Vienne

25 rue Firmin Delage
87000 Limoges Cedex 1
Tél : 0 810 25 87 10
www.caf.fr

Conseil Départemental de la Haute-Vienne

Espace PMI

Résidence de la Manufacture Royale
15 rue Encombe Vineuse
87000 Limoges
Tél : 05 55 79 72 34

Accueil parents/enfants avec des ateliers portant sur divers sujets (sommeil, alimentation, premières séparations, etc.) ainsi que des permanences d'accueil

Pôle Solidarité-enfance - Sous-direction Santé Parentalité Petite enfance

11 rue François Chénieux
87000 Limoges Cedex
Tél : 05 44 00 11 64

Information sur la protection maternelle et infantile : listes de préparation à la naissance, de consultations pour nourrissons, lieux d'accueil parents-enfants, de modes de garde, etc.

Pôle solidarité enfance Service du Conseil Départemental de la Haute-Vienne

11 rue François Chénieux - CS 83112
87031 Limoges Cedex 1
Tél : 05 55 45 10 10

Informations sur la protection de l'enfance.

Centre Médico- Psycho-Pédagogique

Accueil et prise en charge avec possibilité de :

- Psychothérapies individuelles en direction des enfants et des adolescents avec possibilité d'entretiens avec les parents

- Psychothérapies familiales
- Rééducations du langage écrit et oral
- Rééducations logico-mathématique (et de raisonnement)
- Thérapies psychomotrices
- Groupes thérapeutiques

Limoges

4 avenue St Surin
87000 Limoges
Tél : 05 55 77 32 39

Saint-Junien

2 rue Albert Pestour
87200 Saint-Junien
Tél : 05 55 02 27 40

Bellac

9 rue Chanzy
87300 Bellac
Tél : 05 55 68 14 70

Saint-Léonard-de-Noblat

Cité Breuil - Appartement 229
87400 Saint-Léonard de Noblat
Tél : 05 55 56 22 32

Saint-Yrieix-la-Perche

17 avenue Jules Ferry
87500 Saint-Yrieix la Perche
Tél : 05 55 75 02 01

Réseau information jeunesse

CRIJ limousin

Centre Régional Information Jeunesse - CRIJ Limousin

Carré Jourdan - 13 cours Jourdan
87000 Limoges
Tél.: 05 55 100 800
www.crijlimousin.org

Point Information Jeunesse de Limoges - Portes-Ferrées

Centre d'Animation des Portes-Ferrées
29 rue des Portes-Ferrées
Tél.: 05 87 21 87 92

Point Information Jeunesse de Limoges - Val de l'Aurence

L'Interval / ALSEA
1 bis rue du Maréchal Juin
Tél.: 05 55 01 23 90

Point Information Jeunesse de Bellac

Mission Locale Rurale
2 rue du coq
Tél.: 05 55 68 87 54

Point Information Jeunesse de Nexon

Association d'Animation et de Jeunesse du Pays de Nexon
5 rue Jean-Jacques Rousseau
Tél.: 05 55 58 11 05

Point Information Jeunesse de Panazol

CAC / L'Évasion
27 rue de la Beausserie
Tél.: 05 55 31 05 90

Point Information Jeunesse de St-Junien

Mission Locale Rurale
Cité administrative Martial Pascaud
2 rue d'Arsonval
Tél.: 05 55 02 05 71

Point Information Jeunesse de Saint-Léonard-de-Noblat

Foyer Rural
Espace Denis Dussoubs
Tél.: 05 55 56 11 18

Point Information Jeunesse de Saint-Sulpice-les-Feuilles

Office de Tourisme du Limousin en Marche
6 avenue Jean Jaurès
Tél.: 05 55 76 92 66

Point Information Jeunesse de Saint-Yrieix-la-Perche

Mission Locale Rurale
rue du 8 mai 1945
Tél.: 05 55 08 27 98/99

Relais Info Jeunes d'Ambazac

PIMMS
Tél.: 05 55 57 05 30

Relais Info Jeunes de Bessines-sur-Gartempe

Médiathèque municipale
Tél.: 05 55 76 81 19

Relais Info Jeunes de Châteauneuf-la-Forêt

Local Ados
Tél.: 05 55 69 21 97

Relais Info Jeunes d'Eymoutiers

Bibliothèque intercommunale
Tél.: 05 55 69 21 97

Relais Info Jeunes du Dorat

Salle des jeunes
Tél.: 05 55 60 60 75

Relais Info Jeunes de Feytiat

Espace Jeunes SLAM
Tél.: 05 55 48 43 63

Relais Info Jeunes de Limoges – Bellevue Naugeat

ASC Bellevue Naugeat
Tél.: 05 55 33 12 59

Relais Info Jeunes de Limoges - Vigenal

Association VITAL
Tél.: 05 55 57 15 47

Relais Info Jeunes de Limoges - La Bastide

Centre social
Tél.: 05 55 38 36 02

Relais Info Jeunes du Palais-sur-Vienne

Bibliothèque municipale
Tél.: 05 55 37 01 35

Relais Info Jeunes de Saillat-sur-Vienne

Familles rurales
Tél.: 05 87 41 55 99

Relais Info Jeunes de Séreilhac

Mairie
Tél.: 05 55 39 10 33

Structures et ressources pour la famille

Point Accueil Écoute Jeunes l'Aparté

Accompagnement, écoute et soutien des usagers dans la libre-adhésion, l'anonymat et la confidentialité, Information concernant la santé, la sexualité, la toxicomanie... et orientation vers les structures locales à disposition, Médiation entre parents et enfants afin de prévenir les ruptures familiales.

1, place Auguste Roche
87200 Saint-Junien
Tél.: 05 55 71 23 85 / 06 22 49 05 48
Mail : laparte@saint-junien.fr
www.saint-junien.fr

La Maison Des Adolescents de la Haute-Vienne

La maison des adolescents est une structure dépendante du pôle de pédo-psychiatrie du CH Esquirol. Située en centre-ville de Limoges, elle propose un accueil libre, anonyme, gratuit et confidentiel. Cet accueil s'adresse :

- Aux jeunes de 13 à 21 ans
- Aux familles
- Aux professionnels exerçant auprès d'adolescents

1 place de la Préfecture
87000 LIMOGES
Tél.: 05 55 12 76 00
Mail : mda87@mda87.com
www.mda87.fr

UDAF 87

L'Union Départementale des Associations Familiales de la Haute-Vienne est une association reconnue d'utilité publique. Elle dépend de la Loi 1901 sur les associations, ainsi que du code de l'action sociale et des familles. L'UDAF est un organisme semi-public chargé d'assurer la Défense et la Représentation des Familles auprès des Pouvoirs Publics et de gérer tout service d'intérêt familial : c'est la chambre de la famille.

- Donner son avis aux pouvoirs publics sur les questions d'ordre familial et leur proposer les mesures qui paraissent conformes aux intérêts matériels et moraux des familles.

- Représenter officiellement auprès des pouvoirs publics l'ensemble des familles et, notamment, désigner ou proposer les représentants des familles aux divers conseils, assemblées ou autres organismes institués par l'Etat, le Département et la Commune.
- Gérer tout service d'intérêt familial dont les pouvoirs publics estiment devoir lui confier la charge.
- Exercer devant toutes les juridictions, l'action civile relativement aux faits de nature à nuire aux intérêts matériels et moraux des familles.

18 rue Georges et Valentin Lemoine
87065 Limoges Cedex
Tél.: 05 55 10 53 00
Mail : udaf87@udaf87.asso.fr
www.udaf87.com

UNAFAM (Union Nationale de Familles ou Amis des personnes Malades et handicapés psychiques)

Créée en 1963, l'UNAFAM est une association reconnue d'utilité publique qui accueille, soutient, et informe les familles confrontées aux troubles psychiques d'un des leurs et participe à l'élaboration des politiques publiques en ce sens.

Elle propose :

- l'accueil des familles,
- l'information, la formation et l'orientation des familles,
- la promotion des structures adaptées au handicap psychique,
- la promotion pour un autre regard.

18 rue Georges et Valentin Lemoine
87000 Limoges
Tél : 05 55 00 52 37 / 06 30 66 24 99
Mail : infos@unafam87.org
www.unafam87.org

www.atoutparent87.org

Ce site émane d'un réseau, initié par le Gouvernement, d'acteurs associatifs et institutionnels impliqués dans le domaine de la parentalité qui coopèrent à l'échelle du département afin de soutenir des actions diversifiées qui s'adressent à tous les parents. L'ensemble des informations diffusées a pour but de les accompagner au quotidien dans l'éducation de leurs enfants, les aider à faire face à des questionnements quel que soit l'âge des enfants et la composition de la famille, favoriser les liens familiaux et intergénérationnels... Telles sont les priorités qui animent les acteurs de ce réseau départemental pour aider les parents à être écoutés, informés et orientés vers des services pour répondre à leurs questions, découvrir des espaces ludiques...

Tél : 0 800 087 200

www.point-infofamille.fr

Annuaire des Points info famille

Créés en avril 2003 par le Gouvernement, les points Info famille ont vocation à favoriser l'accès de toutes les familles à l'information et à simplifier leurs démarches quotidiennes en leur proposant des points d'information accessibles, susceptibles de les orienter rapidement et efficacement vers les structures adéquates. Ce site permet de trouver le point Info-Famille le plus proche de chez soi.

Contacts thématiques

SEXUALITÉ

Centres de planification familiale

Dans ces centres mis en place en lien avec les services hospitaliers, des médecins, des conseillères conjugales et des sages-femmes sont à l'écoute et proposent notamment :

- des consultations de contraception,
- des actions individuelles et collectives de

prévention portant sur la sexualité et l'éducation familiale,

- des entretiens préalables à l'interruption volontaire de grossesse,
- des entretiens relatifs à la régulation des naissances dans les suites d'une interruption volontaire de grossesse.

Les centres de planification ou d'éducation familiale délivrent à titre gratuit des médicaments ou objets contraceptifs aux mineurs désirant garder le secret ainsi qu'aux personnes ne bénéficiant pas de prestations maladie assurées par un régime légal ou réglementaire.

Enfin, ils peuvent réaliser des interruptions volontaires de grossesse (IVG) par mode médicamenteux (jusqu'à 5 semaines de grossesse, soit 7 semaines d'aménorrhée)

Espace CHOISIR, Hôpital de la mère et de l'enfant

Avec ou sans rendez-vous
8 avenue Dominique Larrey
87100 Limoges
Tél.: 05 55 05 61 32

Empruntez le bus à Limoges : ligne 10
Arrêt Charles Le Gendre

Horaires d'ouverture :
du lundi au vendredi de 8h30 à 16h45
S'adresser au secrétariat (3^{ème} étage)

Centre de planification familiale de Saint-Junien

Centre hospitalier Roland Mazoin
Service de Gynécologie-obstétrique
Rue Chateaubriand - BP 110
87200 Saint-Junien
Tél.: 05 55 43 50 00

Consultation, 7j/7, sur rendez-vous.

Consultation de planification des Carmes

8 place des Carmes
Rez-de-chaussée
87000 Limoges
Tél : 05 55 14 13 12

Ouvert les mercredis de 13h30 à 17h30 avec ou sans RDV - hors vacances scolaires

Entr'AIDSida Limousin

Créé en 1997 Entr'AIDSida est une association qui développe et met en œuvre des actions de prévention du VIH et des hépatites, toujours en lien avec ses bénévoles. Plus largement, l'association a étendu ses missions à l'Education à la sexualité et la vie affective. S'inscrivant dans une démarche d'Education et de Promotion de la santé elle intervient en milieu scolaire et participe à la formation d'intervenants dont celle des enseignants. Par ailleurs, l'équipe propose aussi du soutien et un accompagnement social aux personnes séropositives et/ou leur entourage. Depuis 2011, Entr'AIDSida donne également la possibilité aux personnes qui le souhaitent de se faire dépister en toute gratuité et confidentialité à l'aide des Tests Rapides d'Orientation Diagnostique.

A proximité de la gare des Charentes et très rapidement accessible du centre-ville, mais en retrait de celui-ci, les locaux permettent aux personnes désireuses de rencontrer l'association de le faire en toute discrétion.

55 rue Jules Bobillot
87000 Limoges
Tél.: 05 55 33 54 33
Mail : entraidsida@wanadoo.fr
www.entraidsida.org

Le Planning Familial 87

Créée en 1956 sous le nom de « La maternité heureuse », l'association réunissait des femmes et des hommes bien décidés à faire changer la loi de 1920 qui interdisait l'avortement, ainsi que l'utilisation et la diffusion de tout moyen contraceptif en France. En 1960 elle devint le « Mouvement Français pour Le Planning Familial » (MFPF) dit « Le Planning Familial ».

Le Planning Familial et ses associations locales sont un mouvement militant qui prend en compte toutes les sexualités, défend le droit à la contraception à l'avortement et à l'éducation à la sexualité. Il dénonce et combat toutes les formes de violences, lutte contre le SIDA et les infections sexuellement transmissibles, contre toutes les formes de discrimination et contre les inégalités sociales.

Tél.: 09 82 38 69 18

www.facebook.com/planningfamilial87

SOS homophobie, Association nationale de lutte contre la lesbophobie, la gayphobie, la biphobie et la transphobie

SOS homophobie est une association loi 1901 de lutte contre les discriminations et les agressions à caractère homophobe et transphobe. créée le 11 avril 1994 et basée à Paris.

Elle développe aussi des délégations régionales pour assurer le relais de ses interventions et ses actions de lutte contre l'homophobie en vue d'une meilleure acceptation de la diversité des orientations sexuelles et pour lutter pour la visibilité et l'égalité des droits des personnes LGBT.

Tél.: 01 48 06 42 41

(du lundi au vendredi hors jours fériés de 18h à 22h / Samedi 14h-16h / Dimanche 18h-20h)

CONTACT

Ligne d'écoute : 0 805 69 64 64

(lundi : 15h-21h / mardi : 15h-17h et 18h-22h / mercredi : 14h-21h / jeudi : 15h-21h / vendredi : 18h-21h / samedi : 13h30 - 15h30)

C2L (Collectif LGBT Limousin)

Le C2L (Collectif LGBT Limousin) est un collectif associatif regroupant un ensemble d'associations régionales sur la thématique de l'homosexualité. L'objectif de ce dernier est dans un premier temps de relancer une dynamique associative autour des questions liées à l'homosexualité et des problématiques qui touchent particulièrement le public LGBT (discriminations, exclusions, prises de risques face au VIH et les Infections Sexuellement Transmissibles, homoparentalité, transphobie...), puis dans un deuxième temps de collaborer à un échange de savoir-faire et de compétences au travers de la mise en place d'actions conjointes et la défense de valeurs communes.*

Tél.: 06 60 70 61 39

Mail : gwenhaelrx@hotmail.fr

LES JEUX VIDÉOS, INTERNET ET RÉSEAUX SOCIAUX

CERJeP

Le Centre Expert Régional du Jeu Pathologique est une antenne du centre hospitalier située à proximité de la place des Carmes. Travailleurs sociaux et médecins y accueillent les personnes concernées par des problématiques de jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo et usage de nouvelles technologies, ainsi que leur entourage.

Les activités du centre s'articulent autour de l'évaluation, la prise en soins et le suivi mais aussi l'information et la prévention.

4 rue du Clos Londeix

87000 Limoges

Tél.: 05 55 11 96 85

www.jeuxvideoinfoparents.fr

Ce site porté par l'association e-enfance avec l'appui de l'Etat français et de l'INPES (agence nationale de santé publique) a pour but de proposer aux parents des dossiers thématiques portant sur l'actualité des jeux vidéo. Conçu pour être très pédagogique, il informe sur le fonctionnement des jeux, en en décrivant précisément les mécanismes du jeu, sa violence et ses risques en fonction de l'âge de l'enfant et sa sensibilité. Il permet de se faire une idée précise sans avoir besoin de tester le jeu soi-même en profondeur. Il propose aussi par exemple un lexique très détaillée des termes techniques et du langage propres à l'univers des jeux vidéo.

www.pedagojeux.fr

PédaGoJeux est un collectif créé en 2008 par des acteurs issus de la sphère publique, de l'industrie et du monde associatif. Les membres actifs du collectif PédaGoJeux sont actuellement : l'Union Nationale des Associations Familiales (UNAF), Internet Sans Crainte (opéré par Tralalere), le ministère en charge de la Famille, le Syndicat des Éditeurs de Logiciels de Loisirs (SELL), Bayard Jeunesse et JeuxOnLine.

Avec sa composition multi-acteurs, PédaGoJeux revendique proposer un positionnement équilibré sur l'usage du jeu vidéo. Pour eux il ne s'agit ni de diaboliser, ni d'avoir une vision angélique du jeu vidéo, mais de présenter ses atouts et les points de vigilance à connaître. L'objectif est de donner aux parents les clés de compréhension de cet univers pour mieux accompagner leurs enfants.

www.internetsanscrainte.fr

(pour obtenir des informations sur les diverses utilisations d'Internet)

Internet Sans Crainte est le programme national de sensibilisation des jeunes aux risques et enjeux de l'Internet. Il s'inscrit dans le programme Safer Internet de la Commission européenne, qui

regroupe 31 pays européens au sein du réseau Insafe.

Internet Sans Crainte se veut un lieu de rencontre de référence pour tous les acteurs impliqués dans l'éducation critique au numérique des jeunes. En utilisant des moyens multimedias ludiques et adaptés le programme a pour vocation de :

- Sensibiliser les jeunes aux risques et usages d'Internet, leur apprendre à se poser les bonnes questions et développer les bons réflexes.
- Développer des pratiques plus sûres, citoyennes et créatives en ligne
- Sensibiliser et informer leurs parents et enseignants afin qu'ils puissent les accompagner
- Donner aux animateurs et enseignants des outils pratiques pour créer facilement des ateliers de sensibilisation et de création auprès des jeunes dont ils ont la charge
- Former les professionnels

www.e-enfance.org

Permettre aux enfants et adolescents de se servir des technologies de communication avec un maximum de sécurité. e-Enfance, association reconnue d'utilité publique créée en 2005, se positionne clairement en faveur des nouvelles technologies, les considérant comme les outils d'une nouvelle forme de socialisation, d'échanges et d'accès au savoir indispensables pour les enfants d'aujourd'hui.

D'après e-Enfance les parents souvent inquiets dans le domaine des nouvelles technologies, ont tendance à réagir de façon extrême : soit ils laissent toute liberté à leurs enfants en ignorant ce qu'ils font sur leur écran, soit au contraire, ils enlèvent le portable ou débranchent Internet dès le premier problème.

C'est pourquoi e-Enfance tout en ayant un rôle de sensibilisation sur les risques d'Internet vis-à-vis des enfants, a aussi pour vocation de conseiller les parents afin de leur permettre d'exercer une autorité en tant que « cyberparent ».

www.info-familles.netecoute.fr

Toutes les réponses pour une bonne pratique des médias en famille. L'association e-Enfance et le Secrétariat d'État à la Famille se sont associés pour offrir un outil pratique pour répondre à toutes vos questions liées à l'utilisation des nouveaux media par les jeunes.

NET ÉCOUTE

Tél.: 0820 200 000

Numéro national d'assistance pour la protection des jeunes sur Internet) ou sur www.netecoute.fr (pour obtenir une aide liée à Internet)

ALCOOL, TABAC, CANNABIS (Addictologie)

Les Consultations Jeunes Consommateurs en Limousin

Consultations cannabis et autres addictions, anonymes et gratuites, de préférence sur rendez-vous. Ce dispositif s'adresse aux consommateurs et à l'entourage.

• CSAPA Bobillot

(sur rendez-vous)
4 rue du Clos Londeix
87000 Limoges
Tél.: 05 55 34 43 77

Le lundi de 11h à 12h30 et de 14h à 17h, le mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h, le mercredi de 9h à 17h.

• Centre Hospitalier Esquirol

(sur rendez-vous)
15 rue du Dr Marcland - Bât. Henri Ey haut
Tél.: 05 55 43 12 08 / 06 08 22 62 44)

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h, sur rendez-vous.

Consultations possibles à Saint-Yrieix-la-Perche, St-Léonard-de-Noblat, Saint-Junien, Eymoutiers, Bellac

L'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et en Addictologie du Limousin

9 rue Darnet
87000 Limoges
Tél.: 05 55 34 46 00

L'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie est une association loi 1901, reconnue d'utilité publique, agréée d'éducation populaire et association éducative complémentaire de l'enseignement public.

Ses activités s'organisent autour de l'accueil, l'information, l'orientation et les consultations alcool, tabac et autres addictions. Ces dernières sont à destination de tous types de personnes, que ce soit des non-consommateurs, des consommateurs ou leur entourage.

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h.

Consultations aussi organisées à Saint-Junien, Saint-Yrieix-La-Perche, Bellac, Eymoutiers...

L'ANPAA possède aussi un service de suivi et consultations à domicile.

Renseignement et rendez-vous au 05 55 34 46 00.

Sur les addictions en général

Drogues info service

Tél.: 0 800 23 13 13
www.drogues-info-service.fr

Sur les produits

Alcool info service

Tél.: 0 980 980 930

www.alcool-info-service.fr

Tabac info service

Tél.: 3989

www.tabac-info-service.fr

Drogues info service

Tél.: 0 800 23 13 13

www.drogues-info-service.fr

Joueurs info service

Tél.: 09 74 75 13 13

www.joueurs-info-service.fr

Écoute cannabis

Tél.: 0 980 980 940

Autres contacts utiles

Jeunes violences écoute

Tél.: 0 800 20 22 23

(appel gratuit depuis un fixe)

7j/7j 8h-23h

www.jeunesviolencesecoute.fr

Allô enfance maltraitée

Tél.: 119

(appel gratuit)

24h/24h 7j/7j

www.allo119.gouv.fr

Enfants disparus

Tél.: 116 000

www.116000enfantsdisparus.fr

Fil santé jeunes

Tél.: 3224

(appel gratuit depuis un poste fixe)

ou 01 44 93 30 74

(appel gratuit depuis un forfait mobile)

www.filsantejeunes.com

Sites généralistes en santé globale

www.inpes.sante.fr

En lien avec les campagnes nationales de prévention santé, le site présente toutes les informations d'éducation pour la santé validées, pour chacun, de manière générale ou ciblée. On y trouve un très grand nombre de thématiques pour une approche de la santé au sens large. L'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé est un établissement public administratif créé par la loi du 4 mars 2002 relative aux droits des malades et à la qualité du système de santé. L'Institut est un acteur de santé publique plus particulièrement chargé de mettre en œuvre les politiques de prévention et d'éducation pour la santé dans le cadre plus général des orientations de la politique de santé publique fixées par le gouvernement.

www.ameli-sante.fr

L'Assurance Maladie (régime général) est l'assureur solidaire de quatre personnes sur cinq en France. Elle finance 75 % des dépenses de santé. www.ameli-sante.fr est la partie conseil santé de ameli (le site général est lui plus axé sur les remboursements, droits et démarches).

Autres sites de prévention et promotion de la santé

www.prioritesantemutualiste.fr

Site grand public de prévention santé de la Mutualité Française. Fédération nationale reconnue d'utilité publique et acteur fort de promotion de la santé, elle représente la quasi-totalité des mutuelles complémentaires santé et travaille en lien avec les pouvoirs publics à l'information et l'éducation de la population française.

Vous trouverez, sur ce site, les actions de prévention grand public organisées près de chez vous.

Ce service est couplé à une plateforme téléphonique, le 3935, ouverte aux adhérents des mutuelles. Des professionnels sociaux vous orienteront vers les bons interlocuteurs (médecins, tabacologues, diététiciens...) ou les établissements et structures les plus proches de chez vous, permettant de répondre à vos besoins.

www.limousin.mutualite.fr

La Mutualité Française Limousin est une entité régionale de la Fédération Nationale de la Mutualité Française, premier mouvement social du pays et acteur incontournable de la politique de santé en France. Le site régional permet d'être informé des actions de prévention au plus près de chez vous. Elles sont construites et animées dans une approche de santé globale visant le bien-être et pas seulement l'absence de maladie. L'équipe Limousin travaille en lien avec de nombreuses associations et institutions sur le territoire et peut aussi vous orienter vers d'autres professionnels de la santé, du social et du médico-social.

Mutualité Française Limousin
Service Prévention et Promotion de la Santé
39 avenue Garibaldi
87000 LIMOGES
Tél.: 05 19 99 25 17

Éducation et scolarité

Site officiel du Ministère de l'Éducation Nationale

Il présente l'ensemble des établissements scolaires de la Haute-Vienne ainsi que les programmes officiels. Il met également en avant des actualités générales en matière de scolarité.

www.education.gouv.fr

CIO (Centre d'Information et d'Orientation)

Ce centre a pour vocation de présenter les différents métiers et filières accessibles sur l'ensemble du territoire. Des conseillers vous y accueillent et apportent leur expertise dans le but de proposer des parcours de formation et d'orientation adaptés à chaque personne. Des rendez-vous individuels vous sont proposés gratuitement.

Le CIO est ouvert au public du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h (sauf mercredi : 13h à 18h)

Le Carré Jourdan - 13 cours Jourdan
87000 Limoges
Tél.: 05 87 50 46 00
E-mail : ce.cio.limoges1@ac-limoges.fr
www.ac-limoges.fr

FCPE (Fédération des Conseils de Parents d'Elèves des écoles publiques)

En relation avec les établissements scolaires, la FCPE peut participer à différentes campagnes visant à protéger la santé des jeunes, en informant spécifiquement les parents, en les conseillant, en les mettant en rapport avec des spécialistes.

23 rue de Belfort
87100 LIMOGES
Tél.: 09 52 57 31 29
Mail : cdpe@fcpe87.com
www.87.fcpe-asso.fr

FICHES STRUCTURES



CONSULTATIONS JEUNES CONSOMMATEURS



Pôle d'Addictologie en Limousin (PAL) - CH Esquirol

15 rue du Docteur Marcland - 87000 Limoges

Tél : 05 55 43 12 18

Consultations cannabis et autres addictions, anonymes et gratuites, de préférence sur rendez-vous. Ce dispositif s'adresse aux consommateurs et à l'entourage.

Si vous êtes éloignés des lieux de consultations proposés, possibilité de trouver un autre lieu de rencontre en prenant contact au 06 08 22 62 44.

Consultations à Limoges :

- **CSAPA Bobillot** (prendre rendez-vous au 05 55 34 43 77) - entrée au 4 rue du Clos Londeix (Tél : 05 55 34 43 77) : le lundi de 11h à 12h30 et de 14h à 17h, le mardi, jeudi et vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h, le mercredi de 9h à 17h
- **Centre Hospitalier Esquirol** - 15 rue du Dr Marcland - Bât. Henri Ey haut (prendre rendez-vous au 05 55 43 12 08 / 06 08 22 62 44) du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h, sur rendez-vous
- **Foyers AFPA** Babylone / Romanet Rue Léonard Samie : les jeudi de 9h30 à 12h

Autres consultations en Haute-Vienne

(prendre rendez-vous au 06 08 22 62 44)

- **Bellac - Hôpital intercommunal du Haut-Limousin** - Avenue Charles de Gaulle les 2^{ème} et 4^{ème} mercredi du mois, de 10h15 à 17h00
- **Eymoutiers - Bureau des permanences** - Mairie (2^{ème} étage) les 2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois, de 13h30 à 16h30
- **Saint-Junien - Cité administrative Martial Pascaud** - Place Auguste Roche le jeudi de 14h15 à 17h15
- **Saint-Léonard-de-Noblat - Ancienne mairie** - Place de la Collégiale les 2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois, de 9h30 à 12h30
- **Saint-Yrieix-la-Perche - Maison médicale** - Rue du 8 mai 1945 les 1^{er} et 3^{ème} mercredi du mois, de 10h15 à 17h00

TABAC / ALCOOL / DROGUES



Association Nationale de Prévention en Alcoolologie et en Addictologie, comité de la Haute-Vienne

5 avenue Garibaldi - 87000 Limoges
 Tél : 05 55 34 46 00 - Mail : anpaa87@anpaa.asso.fr
 Site internet : www.anpaa-limousin.fr

Présentation de la structure

L’A.N.P.A.A. est une association unitaire à but non-lucratif, reconnue d’utilité publique, agréée éducation populaire et association éducative complémentaire de l’enseignement public. Présente dans 89 départements, notre association s’attache à promouvoir des projets relatifs aux pratiques addictives, toujours en respectant ses valeurs humanistes et solidaires.

Plus particulièrement en Haute-Vienne, l’A.N.P.A.A. œuvre dans le domaine de la prévention. Pour ce faire, elle s’inscrit dans une démarche d’éducation et de promotion de la Santé. Gestionnaire d’un Centre de Soins, d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (C.S.A.P.A.), elle accompagne des personnes sujettes aux conduites addictives ainsi que leur entourage depuis plus de 50 ans.

Missions

- **Prévention** des conduites addictives auprès de tout public : professionnels, particuliers, entreprises, étudiants...
- **Soin et accompagnement** des personnes en difficulté avec les addictions (avec ou sans produit)

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soins
Relation parents-enfants	●	●		
Tabac	●	●	●	●
Alcool	●	●	●	●
Cannabis	●	●	●	●
Vie affective - sexualité				
TIC Réseaux sociaux	●	●		
TIC Jeux en ligne	●	●		

Horaires d’ouverture au public : Lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 17h

VIH / IST / HÉPATITES



Association Entr'AIDSida Limousin

55 rue Jules Bobillot - 87000 Limoges
 Tél : 05 55 33 54 33 - Mail : entraidsida@wanadoo.fr
 Site internet : www.entraidsida.org

Présentation de la structure

Entr'AIDSida Limousin est une association de lutte contre le VIH, les Infections Sexuellement Transmissibles et le virus des Hépatites. Créée en septembre 1997, elle met en place sur l'ensemble de la région Limousin des actions de prévention du VIH et des hépatites. Plus largement, l'association a souhaité étendre ses missions à l'Éducation à la Sexualité et la Vie Affective, thématique autour de laquelle elle développe des projets et propose des formations. Elle s'inscrit alors dans une approche d'Éducation et de Promotion de la santé. Par ailleurs, l'équipe propose aussi du soutien et un accompagnement social aux personnes séropositives et/ou leur entourage. Depuis 2011, Entr'AIDSida donne également la possibilité aux personnes qui le souhaitent de se faire dépister en toute gratuité et confidentialité à l'aide des Tests Rapides d'Orientation Diagnostique. Enfin, Entr'AIDSida est une association de bénévoles, véritables acteurs des missions qu'elle développe.

Missions

- **Prévention** du VIH, des Infections Sexuellement Transmissibles, du virus des hépatites : Personnes en situation de handicap, personnes homo-bisexuelles, public jeune, action grand public
- **Éducation** à la Sexualité et à la vie Affective : Personnes en situation de handicap, personnes homo-bisexuelles, public jeune, action grand public
- **Accompagnement** social : personnes séropositives (VIH, hépatites)
- **Dépistage** : Tout public
- **Formations** en Éducation à la sexualité et à la vie affective : professionnels et futurs professionnels du médico-social, bénévoles...

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	•	•	•	
Vie affective - sexualité	•	•	•	

Horaires d'ouverture au public : Lundi, mardi, jeudi : 9h-12h30 et 14h-18h / Mercredi : 9h-12h30 et 14h-17h / Vendredi : 9h-12h30 et 14h-16h

FAMILLES



Union Départementale des Associations Familiales de la Haute-Vienne

18, avenue G. et V. Lemoine - 87065 Limoges cedex
Tél : 05 55 10 53 00 - Mail : udaf87@udaf87.asso.fr
Site internet : www.udaf87.com

Présentation de la structure

L'ordonnance du 03 mars 1945 a institué les Unions Départementales des Associations Familiales et leur a donné mission de promouvoir, défendre et représenter les intérêts de l'ensemble des familles vivant sur le département de la Haute-Vienne (cf. code de l'action sociale et des familles).

Missions

- **Donner son avis** aux pouvoirs publics sur les questions d'ordre familial et leur proposer les mesures qui paraissent conformes aux intérêts matériels et moraux des familles
- **Représenter** officiellement auprès des pouvoirs publics l'ensemble des familles et, notamment, désigner ou proposer les représentants des familles aux divers conseils, assemblées ou autres organismes institués par l'Etat, le Département et la Commune
- **Gérer** tout service d'intérêt familial dont les pouvoirs publics estiment devoir lui confier la charge
- **Exercer** devant toutes les juridictions, l'action civile relativement aux faits de nature à nuire aux intérêts matériels et moraux des familles.

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	•	•		
Tabac	•			
Alcool	•			
Cannabis	•			
Vie affective - sexualité	•			
TIC Réseaux sociaux	•	•		
TIC Jeux en ligne	•	•		

Horaires d'ouverture au public : Lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30

TIC / RÉSEAUX SOCIAUX / JEUX



Centre Expert Régional du Jeu Pathologique
 4, rue du clos Londeix - 87000 Limoges
 Tél : 05 55 11 96 85 - Mail : cerjep@ch-esquirol-limoges.fr

Présentation de la structure

Le CERJeP est une unité du Centre Hospitalier Esquirol qui propose des prises en charge médico-psycho-sociales, pour les personnes ayant des problématiques de jeux (jeux de hasard et d'argent, jeux vidéo, cyberaddiction...).

Missions

- **Accueil**, prise en soin, accompagnement et évaluation des personnes ayant des problématiques de jeu (jeu de hasard et d'argent, jeu vidéo, cyberaddiction,...)
- **Coordination** de l'offre de soins au niveau régional
- **Répondre aux besoins** de formation et d'information des professionnels de santé qui assurent les prises en charge de proximité
- **Etre recours** dans les cas complexes.
- **Développement** de la recherche dans le domaine de l'addiction aux jeux

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	•	•	•	•
Tabac				
Alcool				
Cannabis				
Vie affective - sexualité				
TIC Réseaux sociaux	•	•	•	•
TIC Jeux en ligne	•	•	•	•

Horaires d'ouverture au public : Lundi au vendredi de 9h00 à 12h30 et de 14h à 17h

ÉCOUTE JEUNES



Point Accueil Écoute Jeunes l'Aperté

1, place Auguste Roche - 87200 Saint-Junien

Tél : 05 55 71 23 85 / 06 22 49 05 48

Mail : laparte@saint-junien.fr

Site internet : Infos visibles sur le site www.saint-junien.fr

Présentation de la structure

L'Aperté est un dispositif de proximité, non médicalisé, qui a pour vocation de recevoir gratuitement les jeunes de 12 à 21 ans ainsi que leurs proches afin d'apporter écoute et aide dans leurs difficultés personnelles, familiales, sociales, scolaires, professionnelles ou relationnelles.

Missions

- **Accompagnement, écoute et soutien** des usagers dans la libre-adhésion, l'anonymat et la confidentialité
- **Information** concernant la santé, la sexualité, la toxicomanie...et orientation vers les structures locales à disposition
- **Médiation** entre parents et enfants afin de prévenir les ruptures familiales

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	●	●	●	
Tabac		●		
Alcool		●		
Cannabis		●		
Vie affective - sexualité		●		
TIC Réseaux sociaux	●	●		
TIC Jeux en ligne		●		

Horaires d'ouverture au public :

- Accueil des jeunes sur rendez-vous ou lors des permanences :
Lundi : 14h30 - 17h30 / Mercredi : 10h - 12h et 13h - 18h / Vendredi : 14h30 - 18h30
- Sur rendez-vous uniquement pour les parents

PARENTS D'ÉLÈVES



Fédération des Conseils de Parents d'Élèves des Écoles Publiques

23, rue de Belfort - 87100 Limoges
Tél : 09 52 57 31 29 - Mail : cdpe@fcpe87.com
Site internet : www.87.fcpe-asso.fr

Présentation de la structure

La FCPE est la première fédération de parents d'élèves. Elle est présente dans la plupart des établissements scolaires de la maternelle au Baccalauréat où elle participe à la vie scolaire pour défendre les intérêts des enfants et représenter les parents.

Les parents élus (dont beaucoup appartiennent à la FCPE) siègent dans les conseils d'école, conseils d'administration des collèges et des lycées. Ils représentent les parents dans toutes les instances administratives départementales (CDEN), régionales, académiques (CAEN) et nationales (Conseil Supérieur de l'Éducation) ainsi qu'aux diverses commissions qui défendent les enfants et leurs parents (discipline; bourses, affectation, orientation...).

La FCPE représente donc à tous les niveaux de décision, une force sur laquelle il faut compter et qui est souvent force de proposition dans de nombreux domaines. Son action vise à l'amélioration du système éducatif pour que tous les enfants soit heureux à l'école et puissent réussir.

Missions

En relation avec les établissements scolaires, la FCPE peut participer à différentes campagnes visant à protéger la santé des jeunes, en informant spécifiquement les parents, en les conseillant, en les mettant en rapport avec des spécialistes.

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	•	•	•	
Tabac	•			
Alcool	•			
Cannabis	•			
Vie affective - sexualité				
TIC Réseaux sociaux				
TIC Jeux en ligne				

Horaires d'ouverture au public : Sur rendez-vous

ADOLESCENTS



La Maison Des Adolescents de la Haute-Vienne

1, place de la Préfecture - 87000 Limoges
Tél : 05 55 127 600 - Mail : mda87@mda87.fr
Site internet : www.mda87.fr

Présentation de la structure

En centre-ville de Limoges, elle propose un accueil libre, anonyme, gratuit et confidentiel. Elle est destinée :

- aux jeunes de 13 à 21 ans quels que soient leurs questionnements avec une attention particulière pour les adolescents qui traversent des difficultés
- aux familles d'ados
- aux professionnels et bénévoles qui interviennent auprès d'eux.

Missions

L'écoute, l'accueil, l'information et l'accompagnement des publics ci-dessus, afin de favoriser la santé des adolescents dans le sens d'un « bien-être physique, mais également psychique, social ou éducatif » (définition de l'Organisation Mondiale de la Santé).

	Information Prévention	Documentation	Accompagnement	Consultation, Soin
Relation parents-enfants	•	•	•	•
Tabac	•	•	•	
Alcool	•	•	•	
Cannabis	•	•	•	
Vie affective - sexualité	•	•	•	•
TIC Réseaux sociaux	•	•	•	
TIC Jeux en ligne	•	•	•	

Horaires d'ouverture au public :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi, de 10h à 19h
Mercredi de 10h à 18h - Samedi de 11h à 15h

La maison des adolescents du 87 est le fruit de la coopération de multiples partenaires (Cf. www.mda87.fr) au sein d'un réseau porté par le CH Esquirol.



RÉALISÉ EN PARTENARIAT AVEC



AVEC LE SOUTIEN DE



REMERCIEMENTS

au **Docteur B. OLLIAC** médecin pédopsychiatre pour sa relecture de ce guide en avant-première et ses remarques avisées qui ont été d'une aide précieuse,

au **Docteur J.F. ROCHE** médecin pédopsychiatre qui, en acceptant d'en écrire la préface, témoigne dans cet écrit de tout l'intérêt qu'il porte à ce guide,

aux **personnels infirmiers de l'éducation Nationale** exerçant en Haute-Vienne qui ont apporté quelques conseils et participé à la réalisation de ce guide.

