

ALCOOL

CITATIONS

"Un alcoolique c'est quelqu'un que vous n'aimez pas et qui boit autant que vous."

Coluche

"Si je bois, c'est pour rendre les autres intéressants."

W.C. Fields

DEFINITIONS

Alcool : vient de l'arabe al-kohol. Désignation populaire de l'éthanol, principe déterminant l'effet psychotrope des boissons dites alcoolisées. Ce n'est qu'au XIXème que le besoin compulsif de boire de l'alcool ainsi que sa conséquence, l'alcoolisme, ont été analysés avec précision.

L'alcool est un produit psychoactif, c'est à dire qu'il agit sur le fonctionnement du cerveau : il modifie la conscience et les perceptions, et donc aussi les comportements.

MOTS CLES

Plaisir, ivresse, agressivité, gueule de bois, désinhibition, convivialité, isolement, logorrhée, incommunicabilité, usage, abus, dépendance, accidents de la route...

ELEMENTS DE DÉBAT

"L'alcool constitue indéniablement un facteur de risque important de violences sans qu'il en représente une cause nécessaire ou suffisante. L'existence d'une association statistique entre alcoolisation et violences ne signifie pas que l'alcool soit une cause d'agression toutefois les synthèses de la littérature scientifique internationale suggèrent un lien complexe entre alcool et violence".

Laurent BEGUE. Alcool Actualités n°41, octobre 2008

D'après l'enquête SAM (Stupéfiants et accidents mortels de la circulation routière), conduire sous l'effet du cannabis multiplie par 1,8 le risque d'être responsable d'un accident mortel, concernant l'alcool ce risque est multiplié par 8,5 et une consommation conjointe des deux produits génère un risque multiplié par 14.

"Il est déconseillé de consommer de l'alcool avec des boissons énergisantes. Celles-ci diminuent la perception des effets de l'alcool et peuvent donc entraîner une consommation excessive (...) même quand les boissons énergisantes sont consommées seules, il est recommandé de les boire avec modération". **Alcool, vous en savez quoi ?** INPES.

ALCOOL

CONNAISSANCES

Une dose alcool = 10 grammes d'alcool pur. Certaines boissons sont plus concentrées en alcool pur que d'autres mais elles sont servies en plus petites doses, en réalité une bière, un verre de whisky, un pastis, une bouteille de premix contiennent tous environ une dose alcool. Certaines bières fortes peuvent contenir l'équivalent alcool de 3 demis. Les doses alcool qui sont servies chez soi sont en général beaucoup plus "généreuses" que dans les bars.

Quelques réalités :

L'alcoolémie commence à baisser 1h après le dernier verre et il faut compter environ 1h30 pour éliminer chaque dose consommée.

Il y a la même quantité d'alcool dans un demi de bière, une coupe de champagne, un ballon de vin, un verre de pastis...

source INPES

BIBLIOGRAPHIE

- Professionnels

HUERRE Patrice, MARTY François. **Alcool et adolescence, jeunes en quête d'ivresse.** Albin Michel, 2007, 408 p.

L'alcoolisme de plus en plus précoce met en péril l'avenir de certains jeunes. Cet ouvrage propose en même temps qu'un état de lieux une réflexion sur les racines profonde de ce mal être.

FREYSSINET-DOMINJON Jacqueline, WAGNER Anne Catherine. **L'alcool en fête. Manières de boire de la nouvelle jeunesse étudiante.** L'Harmattan, 2003, 273 p.

A partir d'une enquête ethnographique (plus de 200 entretiens) et des observations de soirées, les auteurs présentent un tableau des usages de l'alcool chez ces jeunes adultes. L'étude éclaire les significations accordées à l'alcool, notamment dans son rapport aux autres substances psychoactives. L'accent est mis sur la diversité sociale des manières de boire et des ivresses.

ALCOOL

BIBLIOGRAPHIE

- Jeunes

THOMAZEAU Anne Marie. *L'alcool un drôle d'ami*. Editions De La Martinière Jeunesse, 2007, 101 p.

Pour les plus de 13 ans. Permet de faire le point sur sa consommation d'alcool tout en prenant conscience de ses limites.

CRAPLET Michel. *Il n'est jamais trop tard pour parler d'alcool*. Editions De La Martinière, 2001, 296 p.

Comment glisse t-on du simple usage à l'abus, de l'abus à la dépendance. En s'appuyant sur de nombreux témoignages le Docteur Craplet analyse la complexité de la "maladie d'alcool".

Livres de cocktails sans alcool :

DELAROZIERE Marie Françoise, JAMES Chantal. *Plaisirs sans alcool*. Edisud, 2005, 80 p.

Collectif. *Cocktails sans alcool*. Dormonval, 2004, 96 p.

SITES

<http://www.drogues.gouv.fr>

Site de la Mission Interministérielle de Lutte contre la drogue et la toxicomanie.

<http://www.alcoolinfo.com/>

Site de l'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie Nord, riche en informations.

<http://www.addictek86.org>

Site permettant l'accès à des références d'outils pédagogiques sur les addictions.

<http://www.alcool-info-service.fr>

Site de prévention et d'accompagnement des consommations excessives d'alcool. Le site propose deux espaces, l'un à destination du grand public, l'autre à destination des 12-25 ans et à leur entourage. Possibilité de chat avec des professionnels, forum entre pairs, témoignages... Numéro vert **0 980 980 930**

ALCOOL

FILMOGRAPHIE

Fucking Amal. Lukas MOODYSSON, 2000

Amal est un bled perdu en Suède où la jeunesse s'ennuie, persuadée que la vraie vie est ailleurs. Alors il ne reste que les sorties qui se transforment souvent en beuveries mais qui sont surtout l'occasion d'entamer des relations amoureuses avec passion et souvent difficulté.

Leaving Las Vegas. Mike FIGGIS, 1996

Ben est alcoolique, il décide de partir à Las Vegas et se donne quatre semaines pour boire jusqu'à en mourir. Il s'installe pour cela dans un petit hôtel miteux à proximité des bars qui ne ferment jamais et rencontre Sera, une jeune prostituée dont il tombe

La face cachée. Bernard CAMPAN, 2007

Après des années de vie commune, François et Isa se sont enfoncés dans une routine qui semble peser surtout sur lui. Mais il se pourrait que la personne qui souffre ne soit pas la plus démonstrative de sa souffrance.

Le dernier pour la route. Philippe GODEAU, 2009

Hervé, patron d'une agence de presse, décide d'en finir avec l'alcool. Loin de tout et grâce aux autres, il va essayer de combattre sa dépendance.

Un Singe sur le dos. Jacques MAILLOIT, 2009

François a une bonne situation, une femme, un fils... et un problème d'alcoolisme. Après avoir tout perdu, il tente de reconstruire sa vie en intégrant un groupe d'Alcooliques Anonymes.

ALCOOL

OUTILS

Jeunes, alcool et société. **A contre pied.** 2013

Un court-métrage d'animation belge pour dépasser les clichés concernant les jeunes et l'alcool !

<http://dai.ly/14KJLuY>

Anne PASQUET. **Branché.** 2012

Spot de prévention contre le binge drinking

<http://dai.ly/12gtPMT>

Lou TAVAGLIONE. **Retour à l'état zéro.** 2012

Spot de prévention contre le binge drinking

<http://dai.ly/Z7ZEKH>

Alcool. Vous en savez quoi ? INPES, 2012

Brochure pour informer les jeunes sur les dangers de l'alcool : malaises et coma éthylique, violence, accidents de la route, rapports sexuels non protégés, risques sur la santé à court et long terme.

Crips Ile de France. **Brochure Nos limites ?!** 2011

Brochure d'informations sur l'alcool et l'alcoolémie.

<http://bit.ly/Z3xYqn>

Addiction Suisse. **Recettes de boissons sans alcool.** 2010

<http://bit.ly/XVa766>

L'alcool et la conduite. AXA prévention, 2005

Sensibiliser aux dangers de l'alcool au volant notamment en calculant le taux d'alcoolémie après consommation de différentes boissons.

A la découverte de la planète alcool. ANPAA Loire, 2003

Exposition sur différents thèmes liés à l'alcool : élimination, risques, dépendance...

Scénario sur la drogue. CRIPS Ile de France, 1999

Un des courts métrages de cette vidéo évoque le thème de l'alcool : "Les mots attendront". Dans un bus des copines de lycées chahutent alors qu'un homme monte en titubant...