



Prévention de l'alcool et des drogues  
au sein des clubs de football



FUTUROFOOT



## TABLE DES MATIERES

Introduction

1. Définitions

2. Société, drogues et adolescence

3. Sport (Foot) et prévention

1. Faire du sport c'est déjà préventif
2. Une conception large et structurée de la prévention
  - La prévention générale
  - La prévention spécialisée

4. La prévention dans votre club – 5 pages

1. Si on en parle, c'est qu'il y a des problèmes !
2. Comment créer une politique de prévention au sein du club ?
  1. La réglementation
  2. L'information, la sensibilisation et la communication
  3. L'intervention, notamment en cas de problème
3. Qui ?
  - Une responsabilité de la direction
  - Les accompagnateurs de football : au cœur du dispositif
  - Et les parents ?

5. Des repères utiles pour la prévention – 4 pages

1. La discrétion
2. Tout se passe dans la relation
3. Les signes – « Comment reconnaît-on un « drogué ? » »
4. Les rumeurs et les soupçons
5. En cas de problème
  - En cas d'usage
  - En cas de trafic
6. La cafétéria

Conclusion ?

### **Annexes**

Le statut légal des différentes drogues en Belgique

Références bibliographiques

Adresses utiles – Lieux d'information et de conseil

## INTRODUCTION

On entend parler des drogues presque tous les jours. A la radio, à la télé et dans les journaux, quand ce n'est pas dans notre entourage, au travail, en famille, en rencontrant un voisin...

On connaît mal les drogues et c'est un monde qui nous fait peur. Même si les médias en parlent beaucoup, en tant que parent et en tant qu'adulte, ce type d'information ne nous aide pas beaucoup à comprendre ce qu'on peut dire à nos enfants ou ce qu'on peut faire pour les protéger.

On est très mal à l'aise car c'est une réalité vis-à-vis de laquelle on se sent impuissant et souvent dépassé. N'y connaissant pas grand-chose, on a peur de mal faire. Et pourtant, chacun de nous peut un jour se trouver confronté à un jeune qui prend des drogues (dans sa propre famille ou dans son entourage). Il en va de même pour les groupes et les institutions (école, club de foot, mouvement de jeunesse, etc.) : tous peuvent être confrontés, un jour, à une situation d'usage ou d'abus de drogues de la part d'un jeune ou d'un adulte.

Ces situations pourraient donc survenir (ou sont déjà survenues) au sein de votre club : aucun endroit n'est à l'abri de ce qui se passe dans la société et rassembler des jeunes et des adultes ouvre forcément la porte à des problèmes et des difficultés de tous ordres qu'il faut gérer. Tous les responsables et les animateurs de clubs le savent. C'est dans l'air du temps, vous pouvez un jour vous trouver face à un usage de cannabis, une ingestion excessive ou inappropriée d'alcool, des rumeurs faisant état d'amphétamines ou d'ecstasy, ou encore de produits dopants.

Nous venons de citer l'alcool et ce n'est pas un hasard. Parmi les substances qui peuvent poser des problèmes, l'alcool, qui nous est si familier, peut être pour certaines personnes un problème redoutable ; il tue largement plus que l'ensemble des drogues réunies. On ne peut donc parler des drogues sans parler aussi des produits en vente libre (alcool, médicaments, tabac, produits dopants, etc.) qui peuvent aussi poser des problèmes.

Face à toutes ces questions, il vaut donc mieux se préparer et le club peut, à son niveau, contribuer aux efforts d'éducation et de prévention. C'est en tous cas une démarche dans laquelle la Fédération s'est engagée.

Bien sûr, les responsables et les animateurs de clubs ne sont (en principe) pas des experts en matière de drogues, ni des psychologues spécialisés et on ne leur demande pas de l'être. Cependant, il est important pour les jeunes de pouvoir trouver sur leur route des adultes informés, proches d'eux, qui pourront les écouter et leur donner le coup de pouce nécessaire s'ils sont en difficulté.

La pratique d'un sport est déjà en elle-même une forme de prévention. Et cette pratique au sein d'un cadre structuré peut soutenir les jeunes dans leur évolution personnelle parfois difficile voire houleuse, notamment à l'adolescence.

Les drogues font partie des nouvelles réalités de la société et chacun à son niveau peut probablement faire quelque chose. Cette brochure est un premier outil mis à votre disposition si vous souhaitez relever, vous aussi et dans la mesure de vos moyens, le défi de la prévention.

# Chapitre 1 : DEFINITIONS

## Qu'entendons-nous par drogues ?

Le mot "drogue" désigne toute substance, naturelle ou synthétique, qui a un effet modificateur sur l'état de conscience et/ou l'activité mentale.

Le cannabis, la cocaïne, l'XTC, mais aussi l'alcool, le tabac, certains médicaments (antidépresseurs, tranquillisants, etc.), etc., correspondent à cette définition.

Il n'y existe donc pas une drogue ("la drogue" dont on parle tant), mais des drogues, tant licites qu'illicites. C'est pourquoi, dans la suite de ce document, le pluriel sera utilisé comme terme générique et englobera tant les drogues illicites, que l'alcool, le tabac, les médicaments psychoactifs, etc.

## Les usages de drogues... une réalité complexe

La manière dont on parle des drogues n'est pas anodine. Que ce soit dans les médias ou dans le discours ambiant, on entend souvent que les drogues sont un fléau, qu'elles contaminent les jeunes, etc. L'information privilégie la plupart du temps le sensationnalisme à un abord plus nuancé du phénomène.

Ainsi, ce discours met le produit au centre de la réflexion :

- Les drogues sont la cause de tout : c'est parce qu'il y a des drogues, qu'il y a des drogués. Avec cette logique, on risque de se lancer dans une course vaine pour tenter d'éradiquer les drogues.
- Les drogues sont toutes-puissantes : ce sont les propriétés intrinsèques du produit qui pousse à la consommation, encore et encore.  
On attribue ici aux drogues des propriétés qu'elles n'ont pas.

Cette logique ne prend pas suffisamment en compte la complexité des usages de drogues. Ce phénomène ne peut être compris sans s'intéresser en premier lieu aux personnes qui consomment et aux contextes individuels et sociaux dans lesquels ces consommations prennent place.

## Drogues et usages de drogues

Si on met l'individu au centre de la réflexion, il est également plus significatif de parler d'usages de drogues plutôt que de drogues. En effet, ce qui peut faire problème ou non ne sont pas les drogues en elles-mêmes, mais la manière dont on en use.

L'usage, c'est la rencontre entre un produit (une drogue, avec ses propriétés pharmacologiques et son inscription culturelle), mais surtout une personne qui en use (avec son histoire, ses valeurs, etc.) et un contexte (société, culture, lieu, moment, etc.).

Chaque usage est donc particulier et sa compréhension demande à ce qu'on prenne en compte ces trois éléments (**personne, contexte et produit**).

Ainsi, de la même manière qu'avec l'alcool, on peut consommer une drogue de façon récréative qui n'entraînera pas de dépendance pour l'utilisateur. Il y existe donc une pluralité d'usages : usage occasionnel, récréatif, modéré, problématique (lors de la conduite de véhicule, pendant le temps professionnel ou scolaire, etc.) ou dépendant.

## **Dangerosité**

La dangerosité des drogues recouvre tant des aspects sanitaires, que relationnels et affectifs, sociaux et judiciaires. Elle varie fortement en fonction du produit, mais surtout des quantités et de la régularité de consommation (ce n'est pas la même chose de consommer un verre d'alcool par semaine ou plusieurs verres chaque jour).

Aux propriétés pharmacologiques des produits s'ajoutent les conséquences néfastes liées aux modes de consommation (injection intraveineuse, sniff, etc.), à la détérioration du style de vie (alimentation, hygiène, ...), etc.

De plus, les produits fabriqués clandestinement ne font pas l'objet de contrôle. Ceci implique que d'une part, leur qualité et leur dosage sont inconnus pour le consommateur et, d'autre part, qu'ils sont très souvent coupés avec d'autres substances pouvant elles aussi être dommageables pour la santé.

L'illégalité des produits peut entraîner des poursuites judiciaires qui peuvent avoir un impact important sur la vie sociale et professionnelle. Elle amène aussi parfois à des actes délinquants (prix très élevés qui conduisent certains usagers dépendants à commettre des délits pour assurer leur consommation) et génère une criminalité du fait des trafics internationaux.

En cas d'usage problématique ou dépendant, les relations affectives et sociales peuvent également se détériorer.

On voit ici que l'idée habituellement répandue que les drogues illicites sont plus dangereuses que celles licites n'est pas fondée. Le statut légal des drogues dépend davantage de considérations culturelles et économiques.

## **L'escalade**

Une idée qui a la vie dure est celle de l'escalade, soit le fait qu'un usage régulier d'un produit dit doux amènerait la recherche de sensations "plus fortes" et donc le recours à des produits plus durs. Cette hypothèse ne se vérifie ni dans la réalité, ni dans les expériences scientifiques réalisées. La grande majorité des usagers de cannabis par exemple n'expérimentent jamais l'héroïne et ne deviennent pas héroïnomanes.

## Chapitre 2 : SOCIETE, DROGUES ET ADOLESCENCE

### 1. L'AIR DU TEMPS

#### ***Le modèle de vie proposé ...***

Si auparavant la vie était considérée comme un destin collectif, aujourd'hui la vie est un destin personnel: chacun doit l'inventer, lui donner un sens.

La pression s'accroît à travers des exigences plus fortes d'autonomie, de performance, de compétition. Les choix des individus s'élargissent mais face à cette augmentation de la liberté, ils se retrouvent coincés dans l'obligation de la réussite. L'échec n'est pas permis et la tension sur les individus augmente. Cette augmentation des responsabilités entraîne une augmentation de la vulnérabilité.

#### ***... est le reflet de notre société de consommation...***

Les ados doivent se différencier des adultes, de leurs parents, de leurs éducateurs, ...avoir des pratiques qui les distinguent. La consommation de biens et de symboles marchands est, aujourd'hui, ce qui caractérise surtout le concept de « culture » des jeunes. C'est une façon privilégiée de s'affirmer. Les ados ont un pouvoir d'achat réel. Dès lors, ils sont des cibles spécifiques des opérations de marketing (cartes GSM, boissons de type "breezer", ...).

Il n'est cependant pas raisonnable de penser qu'il existe réellement une seule culture ado en tant que telle (il y a trop de différences sociales, économiques, géographiques, ...) mais la consommation est une des caractéristiques constante des pratiques adolescentes.

#### ***... où s'inscrit l'adolescence***

Si la distinction psychologique de l'adolescence par rapport à l'âge adulte doit se faire, il faut rappeler que, finalement, les questions que se posent les ados sont les mêmes que les nôtres : sens de la vie, l'amour, la mort, ...

Les pertes de modèles et l'absence de repères ne sont pas uniquement un problème pour les ados.

Le culte de la performance, la société de consommation nous concerne tous.

Les remises en question existentielles ne sont pas des préoccupations des seuls jeunes. Nous aussi, adultes, lors d'une crise individuelle grave, nous nous remettons en question...

La « crise » de l'adolescence est aussi la crise de tous les adultes : ... il faut se réinventer, s'adapter constamment à la mouvance de l'environnement professionnel, familial, social ...

### 2. et les drogues dans tout ça ?

Il semble que l'être humain soit continuellement à l'affût de sensations différentes, nouvelles et agréables. Pensons à ces enfants qui découvrent que tourner sur soi est un moyen efficace de modifier sa conscience,... ces jeux sont pratiqués dans le monde entier.

Plus tard encore, la plupart des jeunes découvrent que certaines substances, que l'on se procure sans difficulté, peuvent les placer facilement et rapidement dans des états similaires. Les drogues ont pour effet de changer notre perception de la réalité et de nous apporter des sensations particulières. Ainsi, le désir d'accéder à ces états différents motive le plus souvent la prise d'une drogue, mais il arrive qu'on en prenne pour d'autres raisons. En voici quelques unes parmi les plus courantes :

### Modifier son humeur

L'alcool et de nombreuses drogues sont consommées pour pallier à l'anxiété, la dépression, l'insomnie, la douleur ou l'ennui, bref toutes ces humeurs considérées comme étant indésirables voire inacceptables. Encouragés par la publicité et par certaines croyances sociales, un grand nombre de personnes, quel que soit leur âge, consomment des drogues, qu'elles soient légales ou non, dans cette optique. Ainsi, avant un entretien pour un emploi, un individu peut consommer un léger calmant, dans le même ordre d'idées, pour diminuer son anxiété avant un match important un jeune choisira de fumer un pétard, ...

### Etre bien parmi les autres, créer des relations

« Tchou ! », « Santé », « A la vie ! », « A l'amour ! »... Dans nos contrées, les occasions de trinquer sont nombreuses car elles sont souvent associées à la notion de fête et constituent généralement des moments agréables, qui ont pour effet de rapprocher les personnes. L'apéritif, un repas d'anniversaire, un examen réussi ou une victoire sportive, une pendaison de crémaillère... sont autant d'exemples. L'alcool nous rend moins timides, plus exubérants, plus joyeux,... on parle plus facilement à l'autre, on aborde plus facilement quelqu'un ... Quant aux drogues illégales, elles jouent un rôle similaire voire encore plus fort par le fait qu'elles rapprochent des personnes qui ont choisi de consommer des produits illégaux, de transgresser certains interdits.

### Stimuler les performances mentales

Au travail, après le repas il est souvent de tradition de boire un petit café qui va nous donner le petit coup de fouet pour redémarrer le reste de la journée. Certains choisissent aussi de fumer parce que le tabac les aide à mieux penser, à réfléchir plus vite.

L'alcool, de son côté, peut faire croître l'audace, et procurer la sensation d'être plus puissant.

### Franchir les interdits, repousser des limites

Au-delà des effets individuels recherchés par la consommation d'une drogue, il y a toute une dimension sociale qui entre en compte, surtout lorsqu'il s'agit de drogues illicites. Celles-ci sont porteuses d'interdits et de tabous ce qui a pour conséquence de leur conférer un pouvoir symbolique d'opposition très puissant. Les enfants découvrent très vite qu'on peut contrarier ses parents, ses professeurs, son médecin et toute autre autorité en prenant des substances interdites. C'est bien pour cela, aussi, que l'adolescence est une période particulière où ces drogues sont attirantes aussi parce qu'elles sont interdites.

### Faire comme les autres

Chaque famille, institution, groupe de personnes, bande, ...a ses propres usages et coutumes. Ainsi, le plus souvent les personnes ne choisissent pas de consommer ou non, mais finissent par le faire par ce que c'est comme ça dans leur milieu, pour faire comme tout le monde ! En de nombreuses situations ne pas consommer c'est prendre le risque de se voir rejeté. Ainsi quelqu'un qui décide de ne pas partager au moins un verre lors d'une "troisième mi-temps" risque fort d'être "regardé de travers".

## Chapitre 3 : FOOT ET PREVENTION

### 1. Faire du sport c'est déjà préventif

Le foot a une grande valeur éducative et donc préventive.

Ainsi, il permet de :

- s'amuser : c'est avant tout un jeu, mais qui permet aussi d'autres apprentissages
- se détendre et se défouler : de façon régulière et dans un cadre organisé
- développer ses capacités physiques (condition physique, adresse, etc.), psychologiques (sens tactique, autodiscipline, initiative,...) et sociales (relations aux autres, aux règles, au club,...)
- développer le souci du collectif et le sens de la solidarité : c'est un jeu d'équipe, associer des plus doués et des moins doués, etc.
- se dépasser : dépasser ses propres limites dans un cadre protégé, développer le sens de l'effort et du courage, etc.

Le sport favorise donc la santé, au sens large.

Il permet notamment de développer le sentiment de satisfaction de soi ainsi que les capacités sociales. Les expériences de réussite (par exemple remporter une victoire, marquer un but, faire la passe décisive, etc.) renforcent le sentiment de compétence et augmentent la confiance en soi. Ainsi, il existe bien une relation entre le jeu, le sport et le développement personnel et social. Pour des jeunes en recherche d'expression, de valeurs et d'identité, le football peut procurer un cadre dans lequel ils pourront se découvrir, expérimenter, s'affirmer et relever des défis.

Mais, bien plus encore que les victoires remportées en équipe, ce sont souvent les victoires sur soi-même qui procurent un sentiment de compétence, une fierté et une dignité. C'est cela qui incite les jeunes à continuer le sport. On voit ici le rôle déterminant des accompagnateurs de football lorsqu'ils aident les jeunes à se dépasser (nous y reviendrons plus loin).

La vie au sein du club représente elle aussi une forme de prévention générale.

Lorsque le club fonctionne bien, il offre un cadre sécurisant et accueillant au sein duquel les enfants et les adolescents peuvent grandir et se développer tout en s'amusant. Ils peuvent ainsi se confronter à l'adversaire, aux coéquipiers, aux personnes de l'entourage qui les encadrent. Dans ce cadre clair, ils peuvent tâter les limites. Il y a des lois (les règles du jeu) et des conditions (fair-play) claires qui organisent le football : en jouant, ils apprennent à vivre avec des règles et des limites.

Pour résumer, on pourrait dire que le sport offre aux jeunes et aux adultes :

- un cadre protecteur favorisant la détente et l'épanouissement physique, psychologique et social ;
- un lieu de rencontre important permettant les contacts sociaux (c'est sa fonction de socialisation) ;
- une activité sur le plan du temps libre qui présente une alternative non négligeable aux comportements (auto-)destructeurs ou dangereux comme la délinquance, la violence, le vandalisme, l'abus de drogues, etc. ;
- et enfin, qu'il stimule la combativité dans un esprit de compétition sain.



## **2. La prévention n'est pas qu'une affaire de spécialistes**

Face à un phénomène aussi vaste et complexe que sont les usages de drogues (tant légales qu'illégales), tous les secteurs de la société sont concernés: l'enseignement, l'aide à la jeunesse, la santé, le monde des loisirs, les communes, etc.

Tous les secteurs sont concernés par la prévention mais aussi tous les adultes qui ont une responsabilité éducative (éducateurs naturels tels les parents, mais aussi les enseignants, les animateurs...et , en fait, tous les adultes responsables !). En effet, ces situations et ces problèmes ne peuvent être réservés aux seuls spécialistes : ceux-ci ne sont pas assez nombreux et ne peuvent de toute façon être partout.

Sur le plan pratique, il n'existe pas de vaccin « anti-drogues » (ou une méthode qui garantirait à 100% que les gens ne se droguent plus jamais après), ce qui explique qu'une prévention spécifique des drogues n'existe pas. Il faut donc éduquer les jeunes et les aider à bâtir leur vie sans avoir besoin des drogues, que ce soient des produits illégaux ou légaux.

Comme pour beaucoup d'autres questions (la violence, la délinquance, le suicide, etc.), sans être un spécialiste, chacun peut, de sa place et à sa place, contribuer à l'éducation et à la prévention : en écoutant les jeunes, en étant un point de repère pour eux, en les conseillant, en les soutenant, etc. Il est nécessaire que les jeunes puissent s'appuyer et se sentir soutenus par des adultes qu'ils connaissent, là où ils sont, et en qui ils ont confiance.

En cas de problèmes graves ou lorsque nécessaire, ces adultes seront aussi les relais idéaux pour les orienter vers des professionnels et des services appropriés. Car même animé des meilleures intentions du monde, chacun à ses limites et on ne peut être « l'homme de toutes les situations ».

Enfin, le rôle des intervenants spécialisés en prévention est d'aider les adultes de tous bords qui apportent au quotidien leur contribution dans ce domaine :

- en les informant sur cette question particulière ( les drogues, leurs usages, les risques, les adresses utiles, etc.) ;
- en les aidant à mieux comprendre, écouter et accompagner les jeunes ;
- en les aidant pour qu'ils soient mieux à même de gérer, dans les limites du raisonnable, les situations problématiques qui se présentent à eux.

## Chapitre 4 : QUE PEUT-ON FAIRE DANS LE CLUB ?

Que vous réalisiez de petites actions ou de grands projets au sein du club pour éduquer et prévenir les problèmes de drogues, montrera que vous faites preuve de votre souci du bien-être des membres (les sportifs jeunes et adultes) et de leur entourage (les parents). Souci pour leur santé mais aussi rappel implicite qu'il y a des règles et des limites à respecter dans le club, comme dans la société.

Vous faites aussi preuve du sens des responsabilités (vous ne laissez pas les questions difficiles sur le côté) et de faculté d'anticipation (vous préférez prévenir ce qui pourrait concerner votre public).

Aux naïfs qui voudraient croire que le club est "zone protégée" - sans drogues ni alcool ni tabac -, rappelez-leur que nul n'est à l'abri de ce type de réalité (cfr. les écoles tous réseaux confondus) et d'ailleurs certaines drogues sont légales et leur consommation permise. De son côté, la fédération a fait son choix ; comme d'autres organisations, elle s'engage face à des problèmes ou des dérives qui touchent ses membres (violence sur et autour des terrains de football, par exemple). Vous n'êtes donc pas seul !

Votre décision d'agir étant prise, il est important de faire le point avant de vous lancer dans des actions concrètes. Il faudrait en quelque sorte définir votre « politique » en ce domaine. Que voulez-vous atteindre ? Comment ? Avec quels moyens et quelles ressources ? Endéans quelle période ? N'oubliez pas de tenir compte de la culture de votre club et de ses traditions. Vous pouvez commencer par des petites choses, des actions ponctuelles, mais vous comprendrez qu'une approche permanente qui s'inscrit dans le temps est préférable à des opérations one shot. La prévention est pareille à la pratique sportive : ce n'est pas en un jour qu'on devient un bon joueur et qu'on forme une équipe gagnante. Il faut s'entraîner, encore et encore.

Lorsque votre projet sera clair, il s'agira d'en informer les membres : il est préférable que tout le monde soit sur la même longueur d'onde.

Pour vous aider, voici quelques repères concernant la prévention.

### **1. La prévention repose sur trois éléments :**

- la réglementation
- l'information et la communication
- l'intervention, notamment en cas de problème

#### **a. La réglementation**

Tout club de football dispose d'un minimum de règles internes pour assurer le bon fonctionnement du club et la pratique du sport dans un environnement sûr. Ces règles sont souvent consignées dans le règlement interne. Mais, il y a aussi les règles non écrites qui concernent par exemple l'entretien du matériel, l'hygiène, les relations sociales au sein du club, ou encore l'usage d'alcool et de drogues.

S'il existe déjà des règles concernant les drogues, il peut être intéressant d'examiner si elles sont toujours adaptées aux réalités actuelles : les dispositions sont-elles claires et les réactions possibles aux différentes situations qui pourraient se présenter sont-elles mentionnées dans le règlement ?

Dans le cas de mineurs d'âge par exemple, est-il défini à partir de quand et comment les parents seraient avertis d'un problème en lien avec l'usage d'alcool ou de drogues ? (nous reviendrons sur ce point)

Lorsqu'il n'existe pas de règlement interne, il peut être utile d'en rédiger un et d'y inclure la politique du club en matière de prévention des drogues.

Le club de football est avant tout un lieu de détente et de loisirs ; aussi, les règles et modes de fonctionnement doivent-ils être clairs et reposer sur le bon sens. Il ne s'agit donc pas seulement de rédiger une liste de règles et de sanctions mais de définir aussi ce que le club peut proposer d'autre pour aider le jeune qui est en difficulté ou qui a fait des bêtises.

### ***b. L'information et la communication***

Notre société est, hélas, inconcevable sans stimulants et calmants de toutes sortes. Dès lors, plutôt que d'instaurer un climat d'interdiction et de suspicion dans le club (cfr. la lutte perdue contre le dopage), il est préférable d'aborder ce sujet de façon calme et raisonnée.

En effet, chacun, et surtout les jeunes, pourra tirer profit d'une approche laissant place au dialogue ouvert et à l'esprit critique concernant un sujet qui n'est facile d'accès pour personne.

La prévention par la peur ne marche pas et la crainte du gendarme ne dissuade pas les adolescents d'essayer une drogue s'ils ont décidé de le faire. Les slogans émotionnels, les campagnes « choc » et les messages sur les dangers des drogues produisent plutôt un effet contre-productif sur les jeunes (et parfois aussi sur les adultes) c'est-à-dire que les jeunes peuvent justement être attirés par ces substances dangereuses qui font si peur aux adultes et qui fascinent tellement les romanciers, les scénaristes et les médias.

Alors, comment faire ?

- L'information : si on parle de drogues, il faut avoir le courage de donner des informations claires et objectives sur les produits, les usages et les usagers. Parler des inconvénients mais aussi des avantages que certains y trouvent et aborder les controverses (« Le haschisch est moins toxique que l'alcool ! »). Il est important qu'ils développent un esprit critique.
- En tant qu'adulte, faire part de votre position sur ce sujet, des raisons et des valeurs qui sont les vôtres peut inciter les jeunes à y réfléchir. Pour construire ses propres positions et décider de ce qui est important pour lui, l'adolescent a besoin d'échanger avec des adultes qu'il connaît et même se confronter à eux. En tout cas, même si c'est parfois difficile pour vous, grâce à ce contact/liens, l'adolescent ne sera pas seul face à ces questions qui peuvent être angoissantes pour lui, même s'il vous dit le contraire.
- Choisissez le bon moment pour en parler ou profitez des occasions qui se présentent (non respect d'une règle, allusions aux drogues, provocations, attitude par rapport à l'alcool ou au tabac, etc.). L'important est d'avoir des discussions ouvertes.

- S'il est de votre responsabilité d'être attentif à la prévention, ce serait par contre une erreur de harceler constamment les membres à ce sujet...ils ne viennent pas pour cela au club.
- Sur la plan technique, vous pouvez par exemple utiliser du matériel tel des dépliants et affiches pour attirer l'attention sur ce sujet. Si vous souhaitez vous informer au préalable, il existe des brochures très bien faites au sujet des drogues. Pour les obtenir, veuillez consulter les dernières pages de cette brochure.

### ***c. L'intervention, notamment en cas de problèmes***

Vous pouvez être amenés à intervenir dans divers types de situations : un adulte ne respectant pas les règles concernant l'alcool, un jeune venant à l'entraînement sous l'influence d'un produit stimulant, une rumeur concernant un groupe qui fumerait des joints, etc.

Sauf dans le cas où il serait nécessaire d'agir au moment même – interdire de jouer à un joueur sous influence, voire appeler un médecin ou une ambulance si nécessaire- il est toujours préférable de réfléchir avant d'agir. Se donner du temps permettra de réunir davantage d'informations fiables, de s'informer, de prendre conseil et d'en parler avec des proches et des collaborateurs et surtout de **s'accorder le temps nécessaire à la réflexion**. Il s'agit donc de toujours rechercher la solution la plus adaptée à chaque situation.

L'exclusion ferme, rapide et définitive peut-être une solution, mais ce n'est qu'une réaction défensive. Se limiter à sanctionner, par exemple en renvoyant du club, peut au contraire aggraver le problème de la personne concernée. On se débarrasse du problème en pensant faire preuve d'autorité. Mais, c'est dommage car le club rate peut-être l'occasion de remplir sa mission éducative en ne prenant pas le temps de comprendre ce qui se passe et en oubliant, dans la précipitation, le rôle qu'il peut jouer.

Les centres spécialisés en prévention (voir Adresses utiles en annexe) pourront vous conseiller utilement et vous aider en cas de problème mais aussi sur le plan du règlement interne et de l'information. En cas d'urgence, vous pouvez contacter Infor-Drogues jour et nuit, 7 jours sur 7.

La réflexion autour de ces trois éléments de la prévention devrait vous aider à bâtir ou affiner le projet de prévention de votre club. Mais, qui sont les acteurs de la prévention ?

## **2. Qui ?**

### ***Une responsabilité de la direction***

En tant que dirigeant, vous êtes responsable des politiques adoptées par le club dans les différents domaines : la vie du club, le suivi technico-footballistique, le suivi pédagogique tellement important aux yeux des clubs et de la fédé., etc. C'est donc vous qui déterminez, en premier lieu, la direction que le club suivra.

En assurant une bonne gestion du club, vous promotionnez l'activité sportive et, comme nous l'avons dit, le sport est déjà, de par sa nature, un excellent moyen préventif.

Participer à la promotion du sport amateur, c'est donc participer à la promotion de la santé.

Mais, en tant que dirigeant du club, vous êtes également responsable du bien-être et de la santé des membres au sein du club tout en assumant un rôle éducatif et pédagogique considérable. Dès lors, prêter attention à la problématique des drogues montrera à tous, et de façon explicite, que vous prenez cette problématique au sérieux. Ce signal fort et clair fait déjà office de repère pour les membres.

Faire de la prévention au sein du club est avant tout un travail non spécifique ; la prévention ne demande pas un tas de nouvelles initiatives et, personne ne vous demande de devenir un spécialiste de la prévention et des drogues. Mais sans vous, rien ne se mettra en route.

### ***Les accompagnateurs de football : au cœur du dispositif***

L'expression « accompagnateur de football (des jeunes) » désigne différentes personnes : l'entraîneur, le délégué (des jeunes), le coordinateur footballistique (des jeunes) et le coach. (vérifier avec Mr Sablon)

Ce sont principalement eux qui sont en contact avec les membres ; ils sont des personnages-clés dans le fonctionnement du club. Ils transmettent les valeurs et les normes qui sont en vigueur. Si le style et le contenu des entraînements sont importants, la personne qu'est l'accompagnateur l'est tout autant.

En effet, de par la position qu'ils occupent, ils remplissent une fonction d'exemple fondamentale aux yeux des jeunes : l'accompagnateur est un modèle pour eux.

A côté des aspects techniques, l'accompagnement pédagogique est bien sûr au cœur de leur travail. Par le contact régulier et direct avec les joueurs, ils suivent l'état physique et psychique de chacun. Ils donnent des appréciations régulières sur les prestations : les jeunes ont besoin de ce suivi et d'être encouragés. Et notamment ceux qui ont moins de facilités ou de talent. Les accompagnateurs le savent, dans les périodes difficiles, les jeunes qui ne se sentent pas suffisamment soutenus décrochent et peuvent alors chercher ailleurs refuge et compensations.

Ils sentent immédiatement quand quelque chose ne va pas, et peuvent se mettre à l'écoute d'un jeune en difficulté et, le cas échéant, intervenir au cas où un problème se produirait. De leur côté, les jeunes les observent, pour voir comment ils réagissent dans les conflits, à la victoire et à la défaite, comment ils expriment leurs sentiments et...comment ils se comportent face aux produits dopants et aux drogues tant légales qu'illégales.

Ils occupent donc une place importante car on attend d'eux qu'ils agissent "en bon père (ou mère) de famille" auprès des jeunes : en leur confiant leurs enfants, les parents leur délèguent une part de leurs responsabilités. Ils sont par nature incontournables et les mieux placés pour transmettre des messages efficaces, puisqu'ils ont l'écoute des jeunes.

### ***Et les parents ?***

Même si les parents ont décidé de confier l'éducation sportive de leur enfant au club de football, il est important de les y associer activement.

D'abord, il est nécessaire de les informer des valeurs et des normes en vigueur dans le club, de leur expliquer son fonctionnement et même de les impliquer dans la vie du club.

Par ailleurs, le club ne doit pas être un monde à part, isolé du reste de la vie des jeunes. Cette implication des parents permettra d'établir spontanément des liens entre le club, la vie à la maison et l'école. Cela montrera aussi que vous essayez de faire concorder au mieux le fonctionnement du club (avec ses valeurs sportives et éducatives) avec le milieu scolaire et la maison.

Enfin, en cas d'inquiétudes ou de problèmes, les responsables du club et les parents se connaissent déjà, il sera plus facile de pouvoir en parler ensemble.

## CHAPITRE 5 : DES REPERES UTILES POUR LA PREVENTION

### 1. Tout se passe dans la relation

Une relation solide est une condition de base absolue pour construire un lien de confiance avec les joueurs. La confiance repose sur la sincérité, l'honnêteté et la justesse de l'entraîneur. Les accompagnateurs de football sont des références (voir ce qui a été dit plus haut à leur propos) et de ce fait ce qu'ils disent a souvent beaucoup d'impact sur les joueurs. Ils sont aussi des points d'ancrage pour les joueurs qui se sentent écoutés et peuvent leur parler en toute franchise de sujets difficiles.

Et pourquoi pas des drogues ?

La prévention ne se passe pas dans les grands discours et les démonstrations spectaculaires, elle se passe dans les relations, dans le quotidien.

### 2. La discrétion

Face à des situations difficiles, la discrétion est une marque de respect pour les personnes concernées. Il ne sert à rien d'ajouter du drame au drame. En intervenant dans la discrétion, vous aurez plus de chance de préserver un climat positif et amical entre les personnes directement concernées (surtout s'il s'agit de solutions éducatives autres que l'exclusion définitive). Vous éviterez que la situation n'empoisonne toute la vie du club et surtout vous montrerez (lorsque nécessaire) que le club est suffisamment mûre et bien organisé pour faire face, dans le calme et la sobriété, à des situations délicates.

### 3. Les signes – "Comment reconnaît-on un "drogué" ? "

"Drogué" : utilisé dans cette question classique, ce terme est, en fait, à bannir du langage. Au fil du temps, des images épouvantables ont été associées à ce mot (épave, déchéance, spirale infernale, trafic et deal, violence, overdose, mort) qui résonne comme une condamnation et est aussi utilisé comme une insulte. Imaginez l'impact que peut avoir ce terme sur un adolescent et son entourage, si vous le traitez de « drogué » alors que dans sa tête il est comme ses copains qui à l'occasion d'une sortie fument un joint. Après une déclaration aussi brutale, vous pouvez dire adieu à la relation de confiance et au dialogue avec lui.

Même un médecin, attentif, éprouvera des difficultés à repérer de l'extérieur si quelqu'un consomme une drogue. Il n'y a pas de signes précis et infaillibles, révélateurs de l'usage de drogues. Sauf, si vous êtes en présence de quelqu'un qui est visiblement sous l'influence d'un produit, et encore faudrait-il vous en assurer !

Si on ne peut se baser sur des signes « médicaux », extérieurs, il y a cependant d'autres types de signes qui peuvent indiquer qu'il se passe quelque chose : des changements dans l'attitude et le comportement habituel, des absences régulières, une baisse de la motivation, des prestations plus faibles, une perte d'intérêt, etc. Bien sûr, ces éléments auxquels vous êtes habitués peuvent signifier des tas d'autres choses et pas nécessairement un usage de drogues. Vous avez entièrement raison. De surcroît avec les adolescents qui sont à un âge de la vie où ils peuvent être perturbés par un tas de choses qui les envahissent et qu'ils ont difficile de maîtriser.

Confondre un caractère difficile causé par une crise d'adolescence « classique » avec l'usage d'une drogue serait regrettable. Donc, il s'agit d'être prudent.

Pour l'alcool, il est encore assez facile de voir si quelqu'un dépasse ses limites et les normes du club. Par contre, pour les drogues illégales, les consommateurs ont tendance à cacher le plus longtemps possible leur consommation, ce qui est compréhensible. Cependant, on peut remarquer que certains jeunes se sentent soulagés lorsque leur secret est découvert. Ils peuvent alors faire part de leur situation, pour autant que l'adulte soit à leur écoute.

#### **4. Les rumeurs et les soupçons**

Si vous soupçonnez quelqu'un, il est important de réunir suffisamment d'éléments fiables avant d'entreprendre quelque chose. Mais, cela ne veut pas dire que vous devez jouer au détective et chercher des traces des drogues et des suspects ! Cette attitude ruinerait d'avance toute possibilité de dialogue et nuirait à la confiance nécessaire pour cela.

Si vous avez des soupçons, pensez aux « signes » dont nous avons parlé plus haut. Soyez attentif et observez.

Enfin, si vous avez de fortes présomptions, le plus simple et le plus efficace est d'en parler directement à l'intéressé.

Des rumeurs peuvent soudainement se mettre à circuler dans le club. « Le fils Untel prend de la drogue ! », « Il y a un groupe de cadets qui fait des choses bizarres dans les vestiaires et ils se mettent de plus en plus à part. Oui, c'est sûrement un trafic ! », etc.

Méfiez-vous. Une rumeur n'est qu'une rumeur. Tant que vous ne disposez pas de preuves tangibles, ce n'est pas la vérité. Il vous faut donc être prudent et vérifier, point par point, qui a dit quoi et si tous ces éléments sont réels et vrais. Bien souvent, l'imagination et la panique dépassent la réalité des faits.

#### **5. En cas de problème**

Les possibilités du club sont à la fois limitées et illimitées.

Limitées car la vocation d'un club de football n'est pas d'assurer la prise en charge et le traitement des personnes rencontrant des problèmes de drogues. Le club peut seulement conseiller et soutenir, à sa façon, celui qui est en difficulté. C'est le minimum qu'on peut attendre des clubs membres de la fédération.

Illimitées car comprise par son club, une personne en difficulté pourra y trouver du réconfort, un soutien, une ou des personnes à qui se confier sans recevoir des leçons de morale, un moment de répit au cœur d'une vie momentanément difficile, etc. Et pouvoir réussir quelque chose (sur un terrain de football) alors que tout rate, peut redonner espoir et courage. Ou du moins, une moins mauvaise image de soi.

Au cas où la situation nécessiterait sanction, il s'agirait de bien réfléchir avant d'exclure quelqu'un définitivement. L'exclusion est un échec pour la personne, mais aussi pour le club.



### **En cas d'usage**

- usage ou abus d'alcool :
  - + voir le point « buvette »
  
- usage de drogues illicites :
  - + il faut que vous soyez certains qu'il y a (eu) usage, et où (dans le club, hors du club)
  - + maintenez autant que possible le contact avec la(les) personne(s)
  - + réfléchissez à ce que le club peut faire dans cette situation particulière, tant du côté « mise en garde » que du côté « soutien »
  - + selon l'âge et la situation, évaluez la possibilité d'en parler avec les parents, mais dans tous les cas informez d'abord le jeune de votre décision

### **En cas de trafic**

- + il serait étonnant que vous soyez face à un trafic gigantesque
- + il s'agit en général de « traficottage » : revente de quelques grammes entre copains
- + en raison de l'illégalité vous exigez que plus aucun commerce ou échange de ce type ne se reproduise
- + suivez aussi les consignes du point précédent, « usage de drogues illicites »
- + sachez que dans tous les cas - quoi qu'en disent les forces de police – faire appel à la police signera la fin de la relation de confiance et vraisemblablement de la relation tout court.

## **6. La buvette**

A la buvette, on trinque à la victoire et on boit pour oublier les défaites. Le club de sport est un lieu de rencontre où l'on fraternise et il serait impensable de ne pas boire un verre à la fin du match.

C'est pourquoi la « politique » de la buvette en matière d'alcool est le dispositif minimum en matière de prévention...mais déjà tellement exemplatif pour les jeunes.

La place et le statut de la buvette peuvent varier d'un club à l'autre. Aussi, en tant que dirigeant du club, il est nécessaire d'examiner avec les différentes parties concernées (les exploitants de celle-ci, le conseil sportif et le fonctionnaire sportif) comment vous pouvez élaborer une politique de buvette. Celle-ci sera un exercice d'équilibre entre la fonction sociale du club de football et le maintien d'un climat sportif.

## **7. Quelques repères de plus pour finir...**

- La pompe est, bien sûr, une source de revenu importante pour le club mais cela ne doit pas primer sur la santé.  
Vous pouvez par exemple décider d'une politique de prix qui dissuade la consommation de boissons alcoolisées ou en tout cas qui ne la pousse pas. Les opérations promotionnelles du style « happy hour » sont donc à abandonner car elles suscitent le plus souvent l'abus d'alcool.
  
- Une autre solution est d'élargir l'assortiment des boissons non alcoolisées.

- Délimiter les moments durant lesquels on sert de l'alcool est aussi une mesure efficace de prévention. Vous pouvez par exemple limiter la vente d'alcool durant les entraînements ou les matches de jeunes.
- L'abus d'alcool après le match ou l'entraînement n'est pas une bonne chose sur le plan de la fatigue et de la récupération : il est important d'en parler avec les jeunes. De plus, après le match, les membres s'engagent dans le trafic (voiture, vélomoteurs, vélos), et la conduite de véhicule en état d'ébriété est aussi une responsabilité du club tant pour prévenir les accidents que pour éduquer les jeunes. Cela concerne aussi les membres et supporters chargés du transport des joueurs lorsque ceux-ci jouent à l'extérieur.
- L'attitude des dirigeants, des accompagnateurs et des adultes en général a une forte valeur d'exemple sur les jeunes et notamment par rapport à l'alcool. L'attitude des joueurs adultes et leur comportement au club après la rencontre ou après l'entraînement a beaucoup d'influence sur les jeunes joueurs. Ceci est d'autant plus important que la consommation de bière est fortement associée au football (la pression publicitaire est très forte). Dès lors, si les jeunes reçoivent le message que la saoulographie fait partie de la vie du club et qu'être saoul est synonyme de super-sportif, il ne manqueront pas de vouloir être, eux aussi, des hommes comme ça. C'est un phénomène qui s'observe souvent avec les jeunes qui viennent de passer en catégorie senior.
- Si ce n'est pas encore le cas, il est nécessaire d'interdire l'alcool en dehors de la buvette y compris pour les adultes (sur le bord du terrain, dans les vestiaires, durant les déplacements, etc.).
- Pour rappel, les lois belges en matière de répression de l'ivresse, concernant la vente d'alcool et les débits de boissons alcoolisées (mettre les intitulés légaux) fixent le cadre juridique que le club doit respecter. Déjà à ce niveau et par rapport aux jeunes, il est important que le club respecte de façon stricte les dispositions légales. Rappelons-le encore, l'attitude des adultes est primordiale en tant qu'exemple donné aux jeunes.

## ANNEXES

### 1. LE STATUT LEGAL DES DIFFERENTES DROGUES EN BELGIQUE

#### La loi en matière de stupéfiant n'a pas changé, malgré les débats...

La première législation en Belgique en matières de drogues est la Loi du 24 février 1921, modifiée en 1975. Cette législation fait actuellement l'objet de débat. Il s'agirait entre autres de dépénaliser l'usage de cannabis pour les majeurs, c'est-à-dire de ne pas sanctionner (pas de peine d'emprisonnement et/ou d'amende) les infractions pour détention de cannabis pour usage personnel. Cette dépénalisation ne s'appliquerait qu'à l'usage de cannabis, et non à sa fabrication, sa vente, etc.

Toutefois, l'ensemble des textes de loi nécessaires à rendre cette dépénalisation effective n'a pas encore été voté par le Parlement. De toute façon, ce ne serait qu'une dépénalisation partielle et la détention de cannabis sera toujours passible de sanctions pour les mineurs.

Aussi, malgré les titres et articles parus dans les médias, **c'est toujours la Loi du 24 février 1921 et ses arrêtés d'application qui sont en vigueur. Donc, à ce jour, l'usage des substances qui ont été énumérées comme interdites le reste encore, en ce compris le cannabis.**

#### La distinction entre drogues licites et illicites

L'article 1<sup>er</sup> de la loi du 24 février 1921 nous dit que c'est au nom de l'intérêt de l'hygiène et de la santé publique que le législateur introduit une distinction entre drogues licites et illicites. Ceci laissait entendre que certaines drogues comportaient plus de risques pour l'hygiène et la santé publique et qu'elles devaient donc être interdites. On sait aujourd'hui que cet argument n'est pas exact.

Par contre, le fait qu'un produit soit légalisé ou non a des conséquences importantes. La légalisation permet notamment de contrôler la qualité et de réglementer la vente (interdiction de vente d'alcool aux mineurs par exemple) et l'usage (interdiction de fumer dans les lieux publics). Le consommateur peut être informé de la qualité du produit qu'il consomme et des risques liés à sa consommation (notice accompagnant les médicaments).

Par ailleurs, nombre de conséquences néfastes des consommations de drogues illicites tiennent au fait même de leur illégalité : procédure judiciaire (emprisonnement, amendes, casier judiciaire), risque d'exclusion sociale, stigmatisation, insuffisance d'information et d'éducation sur les modes de consommation qui permettraient de réduire les risques liés aux consommations, etc.

## **REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES**

Des brochures d'information sur le phénomène des drogues et sur les différents produits peuvent être obtenues dans les différents centres subventionnés par la Communauté française (voir adresses utiles).

Des affiches de prévention, des références de livres, d'articles, etc. sont également disponibles.

## ADRESSES UTILES

Vous trouverez ci-après, classées par région, les adresses des services bénéficiant de subventions de la Communauté française pour des projets de prévention des assuétudes dans le cadre du décret de promotion de la santé du 14 juillet 1997 et susceptibles de vous accompagner dans vos questions générales ou relatives à des situations particulières.

### **Région de Bruxelles et Brabant wallon :**

Infor-Drogues – Equipe de prévention  
19 rue du Marteau, 1000 BRUXELLES  
02/ 227 52 60 [courrier@infor-drogues.be](mailto:courrier@infor-drogues.be)

Prospective Jeunesse  
27 Rue Mercelis, 1050 BRUXELLES  
02 512 17 66 [martine.dal@prospective-jeunesse.be](mailto:martine.dal@prospective-jeunesse.be)

### **Région de Charleroi :**

CPAS de Charleroi – Service de Santé Mentale – Service de Prévention  
18 Rue Léon Bernus, 6000 CHARLEROI  
071 32 94 18 [csmcharleroi@swing.be](mailto:csmcharleroi@swing.be)

### **Région de Liège :**

AIGS (Association Interrégionale de Guidance et de Santé)  
60 Rue Vert-Vinâve, 4041 VOTTEM  
04 228 89 89 [aigs.mg@aigs.be](mailto:aigs.mg@aigs.be)

Nadja  
9 Rue Sœurs de Hasque, 4000 LIEGE  
04 223 01 19 [nadja@compaquet.be](mailto:nadja@compaquet.be)

ALFA (Aide Liégeoise aux Alcooliques et à leur Famille)  
4 Rue Saint Denis, 4000 LIEGE  
04 223 09 03 [alfa@belgacom.net](mailto:alfa@belgacom.net)

AVAT (Aide Verviétoise aux Alcooliques et Toxicomanes)  
20-22 Rue de Dinand, 4800 VERVIERS  
087 22 16 45 [ssm.verviers@busmail.net](mailto:ssm.verviers@busmail.net)

### **Région de Namur :**

Coordination Sida Assuétudes – Province de Namur  
3/13 rue Château des Balances, 5000 NAMUR  
081 72 16 21 [sida.toxicomanie@province.namur.be](mailto:sida.toxicomanie@province.namur.be)

**Région Sud de la Belgique :**

Vie Libre  
138 Rue de la Gare, 6880 BERTRIX  
(Mme Francine Paquay) 061 41 45 09 [vielibre@wanadoo.be](mailto:vielibre@wanadoo.be)

**Région de Tournai :**

Canal J – Service d'Aide en Milieu Ouvert  
6 Rue Cherequefosse, 7500 TOURNAI  
069 84 26 44 [canal.amo@informie.be](mailto:canal.amo@informie.be)

Citadelle  
135 Rue de la Citadelle, 7500 TOURNAI  
069 23 48 39 [citadelle@honet.be](mailto:citadelle@honet.be)

**Pour toute la Belgique francophone :**

**Permanence téléphonique 24h/24 dans l'anonymat :**  
Infor-Drogues  
02/ 227 52 52