

Le Régional

Elever un ado: mode d'emploi

Pages 2 et 3



Priska Hess

EDITO

Notre distribution dépend de vous

122'000 exemplaires du *Régional*, sortent chaque semaine des rotatives du CIL (Centre d'Impression Lausanne) situé en réalité à Bussigny. Dès potron-minet le mercredi, ces 122'000 journaux sont acheminés par camion à l'entrepôt de distribution, historiquement BVA SA. Conditionnées, ces 122'000 copies sont alors réparties entre La Poste qui dessert les plus petites localités, les Messageries du Rhône compétentes sur la partie valaisanne de notre zone de diffusion et les 80 porteurs du BVA nécessaires à la distribution du *Régional* dans vos boîtes aux lettres. Portes fermées, digicodes, autocollants, chiens méchants et concierges revêches sont autant d'obstacles à une bonne diffusion de notre information locale. Toutefois la collaboration des lecteurs et leurs informations transmises quotidiennement concernant la réception du journal permettent de l'améliorer sans cesse. A partir du 1er septembre, BVA cesse son activité et transmet le flambeau à son ancienne concurrente, Epsilon SA, qui assumera dès la semaine prochaine l'acheminement du *Régional*. Si certains porteurs sont réengagés et conservent les mêmes secteurs, de nombreux autres feront la tournée pour la première fois. Une adresse e-mail spéciale destinée à recevoir vos commentaires a été créée pour ce changement: leregional@epsilon-sa.ch. Vos remarques leur sont précieuses.

Stéphanie Simon
Rédactrice en chef

Goûtez au bonheur de devenir propriétaire

GROUPE

BERNARD Nicod

LAUSANNE 021 311 11 11

LAUSANNE 021 331 55 55

VEVEY 021 925 70 70

MONTREUX 021 965 44 44

LE BELYÈDÈRE DES MORETTES
View sur le bonheur... Au Mont-sur-Lausanne

TERRASSES DES MÉMISES
La beauté à l'état pur à Préverenges

Le Domaine du Parc
À la Tour-de-Peilz Dans une vogue de bien-être

Au secours des parents d'ados

EDUCATION

Être parents d'un adolescent n'est pas toujours facile. Pour les aider, l'association Lausanne Région a élaboré une brochure abordant les principales problématiques de l'adolescence. Traduit en dix langues, ce support se veut multiculturel et s'adresse aux principales communautés étrangères du canton de Vaud. *Le Régional* l'a soumis à quelques parents.

Priska Hess



Prêter une véritable écoute à son enfant, en arrêtant ce que l'on est en train de faire et en le regardant dans les yeux, permet d'améliorer la communication... DR

«Le chapitre sur la sexualité souligne l'importance de respecter la vie privée des ados. Cela a été un déclic pour moi, car les mœurs des pays du sud sont souvent très intrusives».

Isabel, maman d'origine portugaise.

À peine deux mois après son lancement, la brochure «Être parent d'un adolescent, si on en parlait ensemble» a déjà été distribuée à quelque 25'000 exemplaires. «On reçoit encore presque tous les jours des demandes», relève avec satisfaction Marie Savary, déléguée aux affaires régionales de Lausanne Région, association interrégionale regroupant 29 communes; à l'origine de ce projet qui a coûté 130'000 frs. Signe selon elle que cette brochure répond à un réel besoin. Les parents d'ados sont-ils donc davantage démunis aujourd'hui que par le passé? «Pas vraiment», estime Pascale Manzini, présidente de la Commission dépendances et prévention de Lausanne Région, «mais la société devenue multiculturelle implique des valeurs de référence diverses. Dans un monde où les enfants peuvent trouver plusieurs sortes de repères avec leurs pairs ou sur les réseaux sociaux, il est plus difficile pour les parents d'apporter une réponse adéquate qui peut être entendue par leurs enfants.»

Déclics et bémol

Et les parents, que pensent-ils de cette brochure? «Elle donne des conseils à la fois simples et pertinents, comme de prêter une véritable écoute à son enfant, en arrêtant ce que l'on est en train de faire et en le regardant dans les yeux, confie Alexandra, mère de deux ados de treize et quinze ans. Cela peut sembler une évidence, mais pour moi qui ai toujours tendance à faire plusieurs choses à la fois, ça a été une vraie prise de conscience». Un point de vue que partage Isabel, d'origine portugaise, éducatrice de la petite enfance et mère d'un adolescent: «Dans le chapitre sur la sexualité, le titre souligne d'emblée l'importance de respecter la vie privée des ados (ré: le titre est «Parler de sexualité tout en respectant sa vie privée»). Rien que ce titre a été un déclic pour moi, car les mœurs des pays du sud sont souvent très intrusives.» Avec son mari, arabo-phone, ils ont parcouru la brochure, chacun dans sa langue d'origine. Leur verdict: «C'est accessible et instructif,

mais sans jugement de valeur, donc adapté aux gens de toutes cultures.» Avec toutefois un bémol: «L'écriture arabe en rose fuchsia, ça ne passe pas. D'autant plus que, certaines mamans arabophones ne sachant pas lire, cette tâche incombera aux papas, que le rose risque de gêner culturellement». «Cette couleur est celle de la Commission dépendance et prévention. C'est une charte graphique et rien d'autre», justifie Pascale Manzini.

Ethnocentrisme?

Pierre, patriarche d'une famille de six jeunes, dont deux enfants adoptifs, s'accorde sur le fait que la brochure est «bien faite et donne un vrai rôle aux parents», tout en s'avouant «nettement moins convaincu» de sa pertinence auprès des familles étrangères peu intégrées: «Ce qui est présenté se base sur le présumé juéo-chrétien que l'individu prime sur le collectif, alors que dans certaines cultures le collectif prime. L'absence de références religieuses me paraît

Adolescents de 15 ans qui fument quotidiennement du tabac en Suisse

12%

Une brochure pas comme les autres

Éditée par la Commission dépendance et prévention de Lausanne Région, la brochure «Être parent d'un adolescent» s'inspire des lettres aux parents d'Addiction Suisse. Elle traite de ce qui est coutumier en Suisse, avec des pistes de réflexion autour de thèmes comme la communication, les sorties tardives, les consommations ou encore internet. A quoi s'ajoute une liste de sites web et d'entités de référence. Le texte a été traduit en dix langues dans le cadre d'un projet communautaire (MigrAction - Appartenances): des duos composés d'un interprète-médiateur culturel et d'un jeune de la langue concernée ont discuté du texte, questionné leurs familles et communautés et effectué pour certains des adaptations culturelles, notamment en intégrant des thèmes comme les mariages forcés ou les mutilations génitales. Ces adaptations ont été discutées et validées par les duos pour aboutir à un texte unique. «On regrette seulement de ne pas avoir pu aborder la question de l'homophobie, les duos n'étant pas tous d'accord d'intégrer ce sujet», note Marie Savary, de Lausanne Région. La brochure, gratuite, est téléchargeable en PDF sur le site de Lausanne Région - «elle pourra ainsi évoluer avec le temps» souligne Pascale Manzini - ou peut être obtenue auprès de Lausanne Région.

- www.lausanneregion.ch
- www.appartenances.ch

Alcool, cannabis et tabac chez les ados

36% des écoliers et 25% des écolières suisses de 15 ans ont consommé au moins une fois du cannabis; 45% des garçons et 35% des filles de 15 ans déclarent avoir été vraiment ivres au moins une fois; 12% des ados de 15 ans fument quotidiennement du tabac; environ ¼ des 13-15 ans sont moyennement, peu ou pas du tout satisfaits de leur existence (Source: Addiction Suisse - enquête HBSC Suisse 2010). 52% des adolescents ont déjà été harcelés ou insultés sur internet (sondage Microsoft 2009).

> P.-A. Michaud: «Avoir un regard positif envers les ados»

Pionnier de la médecine de l'adolescence dès les années 70 et fondateur de l'Unité multidisciplinaire de santé des adolescents (UMSA) de Lausanne, qui assure plus de 4000 consultations par an pour des jeunes de 12 à 20 ans, le professeur Pierre-André Michaud évoque quelques-unes des grandes problématiques de cette période charnière et sa vision des ados d'aujourd'hui.

En 40 ans de médecine des adolescents, qu'est-ce qui a changé?

➤ Les grandes problématiques telles les consommations, la violence et les problèmes de santé mentale, étaient déjà un peu présentes il y a quarante ans. Dans le domaine de la sexualité, les comportements étaient nettement plus à risque, avant que l'irruption du sida, au début des années 80, ne fasse entrer la prévention dans les mœurs - avec un certain succès en Suisse. Par ailleurs, les jeunes qui souffraient de maladies chroniques graves, comme par exemple la mucoviscidose, en mouraient; aujourd'hui, avec l'évolution des thérapies, le challenge est de les accompagner au mieux durant l'adolescence, jusqu'à la vie professionnelle.

Et au niveau de la société?

➤ La Suisse a connu plusieurs vagues de migrations, mais celle qui a lieu depuis une dizaine d'années provient de pays plus éloignés culturellement, d'où des questions importantes en termes d'intégration. Un autre changement majeur est l'arrivée des nouvelles technologies, qui ont transformé le rapport à l'intimité et l'accès à l'information. Enfin, les perspectives économiques sont aujourd'hui plus difficiles, on évolue dans un monde très compétitif.

Comment décrieriez-vous les ados d'aujourd'hui?

➤ Ils sont créatifs, intelligents, enthousiastes. Mais en même temps, ils sont plus vulnérables et les problèmes de santé mentale sont en augmentation.

Environ 30% des filles et garçons de 15 ans ont déjà consommé du cannabis, est-ce inquiétant?

➤ La consommation de cannabis chez les adolescents est stationnaire depuis douze ans, après avoir atteint un maximum en 2002, et la majorité d'entre eux le font de manière récréative, sans se mettre en danger. Il ne s'agit pas de banaliser le problème du cannabis, mais la consommation

d'alcool m'interpelle autant, l'abus d'alcool étant potentiellement plus à risque pour la santé.

Y a-t-il des différences de comportement entre filles et garçons?

➤ Lapidairement: on constate que les filles ont davantage de problèmes de santé mentale et psychologique, tandis que les garçons agissent plus et sont donc plus souvent concernés par les problèmes liés aux consommations, les accidents, l'usage de la violence, etc. C'est comme cela depuis quarante ans et dans tous les pays.

Quel conseil donneriez-vous aux parents?

➤ De lire la brochure, car elle donne de bons conseils, même si elle surestime certaines problématiques, je la trouve un peu trop axée sur les consommations. Et surtout d'être présents et de communiquer avec leurs ados.

Vous avez pris votre retraite fin juillet. Quel bilan tirez-vous de ces quarante années consacrées aux adolescents?

➤ Certains s'inquiètent de la violence des jeunes, mais il faut aussi s'interroger sur la violence exercée par les adultes eux-mêmes... Il importe d'avoir un regard fondamentalement positif envers les adolescents, de les respecter et de leur faire une place dans la société: c'est cela le rôle des adultes. C'est ce que j'ai essayé de cultiver dans mon métier et avec mes propres enfants, et cette passion ne m'a pas abandonné!



Pierre-André Michaud a été titulaire de la première chaire académique de médecine de l'adolescence en Europe. DR



également pénalisante au final, car la religion a un poids considérable dans beaucoup de cultures et la prise d'indépendance des adolescents y fonctionne très différemment.»
Coordinatrice du projet au sein d'Appartenances, association active dans le soutien psychosocial et l'intégration des personnes migrantes, qui a réalisé la traduction de la brochure, Julie Maillard reconnaît que «la manière d'aborder les choses peut paraître un peu ethnocentrée», mais rappelle que ce travail de traduction et d'adaptation a dû être mené sur la base d'un contenu préétabli et qu'il s'agissait aussi de susciter des échanges autour des thématiques abordées (voir encadré). Un choix que défend Pascale Manzini: «L'objectif était justement de traiter les problématiques sous l'angle de ce qui se fait dans nos contrées, afin que cela soit mis en perspective avec les autres façons de faire, sans qu'il y ait pour autant de jugement.»