



# ADDICTIONS MILIEU SPORTIF

## CONTEXTE

Selon différentes enquêtes nationales et internationales, la consommation de produits psychoactifs (tabac, alcool, cannabis...) est particulièrement préoccupante chez les jeunes. Les initiations à ces produits ont lieu durant l'adolescence, une période propice aux expérimentations. En Bourgogne-Franche-Comté, d'après l'enquête ESCAPAD 2017, près d'un jeune de 17 ans sur dix a un usage régulier d'alcool, et près d'un tiers fume. Ces données sont plus élevées que dans le reste du territoire.

Des contextes dans certaines disciplines sportives peuvent être favorables aux consommations de ces produits de la part de jeunes licenciés et des personnes fréquentant les clubs sportifs. Toutefois, le sport est reconnu pour son caractère protecteur et ses bienfaits aussi bien sur l'état physique (renforcement musculaire, souplesse, endurance) que mental (joie, bonne humeur, estime de soi, etc.). Il permet au travers des séances d'entraînement et des compétitions de créer des liens sociaux, de favoriser les échanges et la convivialité.

Fort des valeurs éducatives transmises dès le plus jeune âge, les clubs sportifs apparaissent donc comme des leviers pour impulser une démarche de prévention et de promotion de la santé autour des conduites addictives.

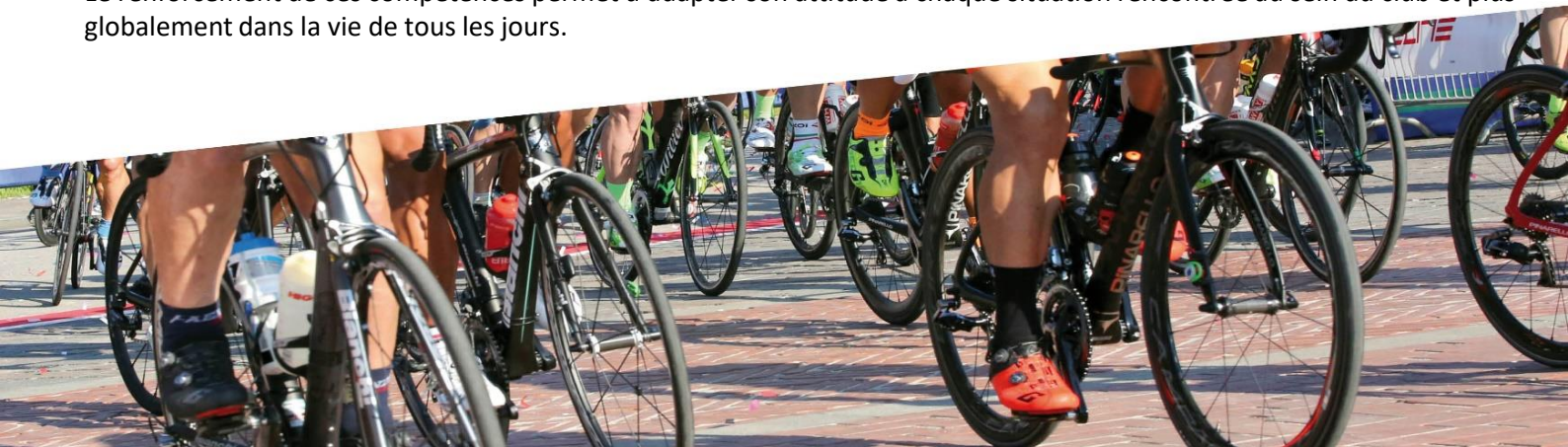
## Objectif du projet

Ce projet a pour objectif d'aider les jeunes de 12 à 20 ans licenciés au sein des clubs sportifs et les professionnels à prévenir différentes consommations (tabac, alcool, cannabis).

Pour prévenir ces consommations, différentes aptitudes et capacités personnelles et collectives appelées **compétences psychosociales** sont à développer ou à renforcer. En milieu sportif, cela consiste à travailler par exemple sur :

- L'estime de soi
- La gestion des émotions et du stress
- La capacité d'analyse et de prise de décision
- La communication et les relations avec les autres
- La conscience de soi, de son corps, de ses limites

Le renforcement de ces compétences permet d'adapter son attitude à chaque situation rencontrée au sein du club et plus globalement dans la vie de tous les jours.





## ACTIONS PROPOSÉES

- 1. Une session de formation à destination des cadres techniques, professeurs d'EPS, éducateurs sportifs, bénévoles, parents etc.** permettant de :  
Renforcer leur posture éducative afin de développer et renforcer les compétences psychosociales des jeunes lors des séances d'entraînement et des compétitions,  
Repérer les situations « à risque »,  
Connaître les structures relais et être en capacité d'orienter les jeunes vers ces dernières.
- 2. Une co-construction et un accompagnement personnalisé** à la mise en œuvre d'actions de promotion de la santé au sein des clubs ayant bénéficié de la formation.
- 3. L'organisation d'une journée régionale d'échanges de pratiques interclubs** dont le but est de favoriser un échange d'expériences sur les actions menées au sein des clubs.

**Une charte d'engagement sera proposée pour signature aux clubs volontaires.** Elle permettra de valoriser leur engagement à la démarche santé pour le bien-être de leurs licenciés et des personnes fréquentant le club.

## Ce projet vous intéresse ?



Si vous souhaitez participer, merci de contacter  
**Instance régionale d'éducation et promotion de la santé  
Bourgogne-Franche-Comté**  
Stéphanie LIMBACH, chargée de projets  
Ireps BFC – Antenne de Saône-et-Loire  
Adresse : 4 Quai des Marans – 71000 Mâcon  
Courriel : [s.limbach@ireps-bfc.org](mailto:s.limbach@ireps-bfc.org)  
Tel : 03.85.39.42.75  
[www.ireps-bfc.org](http://www.ireps-bfc.org)

Projet réalisé avec le soutien financier de :



Partenaires du projet :

