

## Tendance vers la non-consommation d'alcool chez les jeunes : inspiration pour changer la norme sociale

Théophile Bégin, chargé de projet en substances psychoactives

Journées annuelles de santé publique | 29 novembre



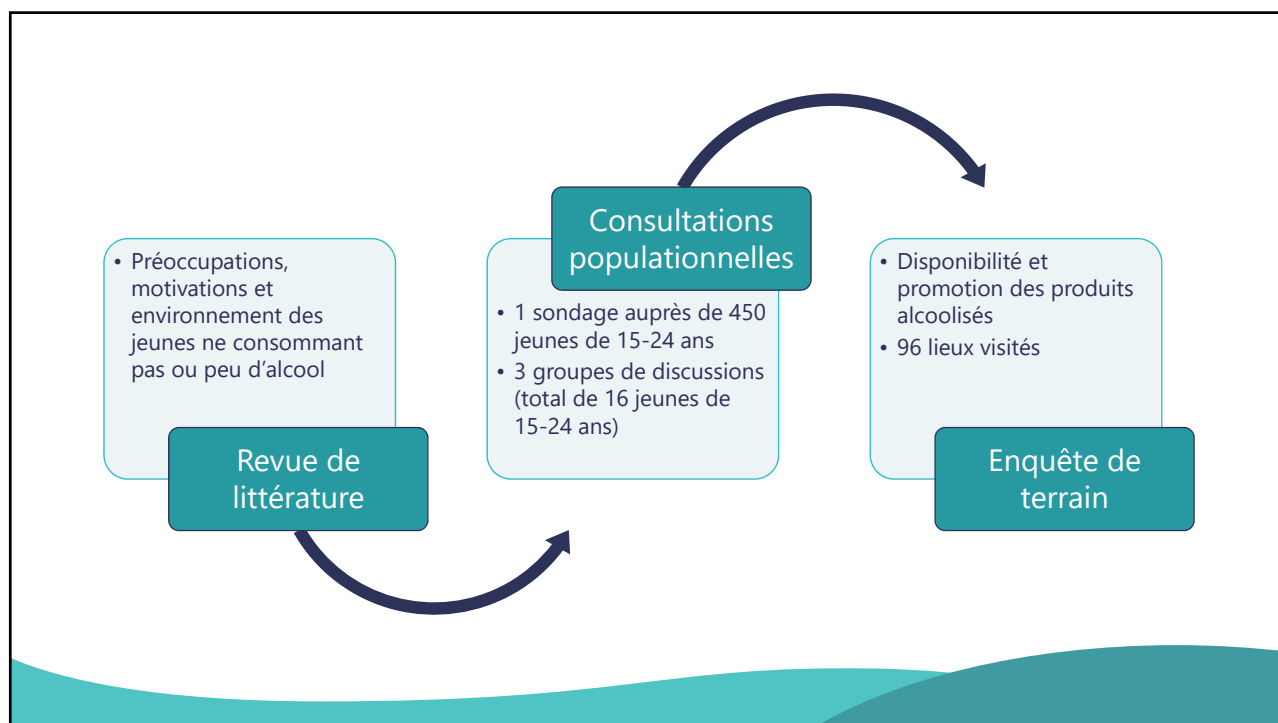
### CONTEXTE

- 31 % des Québécois et Québécoises de 15-29 ans **consomment occasionnellement ou n'ont pas consommé au cours de la dernière année** (statistiques de 2015-2016)<sup>1</sup>
- **Nouvelle tendance** globale au naturel, à la **sobriété** ou à la **réduction** de la consommation d'alcool<sup>2</sup>
- L'ASPQ a réalisé une **recherche-action** portant sur les **jeunes de 15 à 24 ans** qui ne boivent pas ou qui boivent peu d'alcool

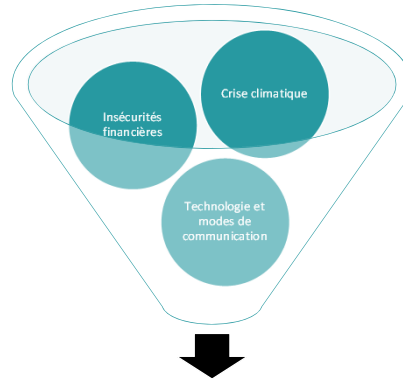
## OBJECTIFS

Le projet vise à **diminuer l'attrait de l'alcool** chez Québécois et Québécoises de 15 à 24 ans et à **favoriser l'adoption de saines habitudes de vie** en :

- Identifiant de nouveaux messages et des solutions alternatives à la consommation d'alcool ;
- Développant et en diffusant des connaissances appliquées sur l'alcool ;
- Soutenant la mise en place d'environnements favorables à l'adoption de saines habitudes de vie ;
- Soutenant les actions de sensibilisation du MSSS liées à l'usage de SPA.



## CONTEXTE SOCIAL ET MOTIVATIONS



Manque d'intérêt (78 %), goût (61 %), risques liés à la santé physique (55 %) ou mentale (51 %), maintien du contrôle (50 %), image de soi en public et sur les RS, expériences négatives, productivité et performance, ...

## FAMILLE, PAIRS ET MOUVEMENTS « SANS ALCOOL »

### Le contexte familial

- Consommation excessive des parents
- Consommation peu répandue en contexte familial

### Le cercle social

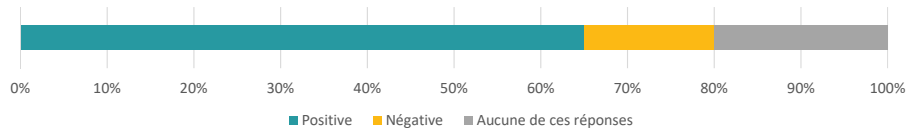
- 65 % des personnes répondantes ont une consommation plus faible que celle de leurs proches

### Les mouvements « sans alcool »

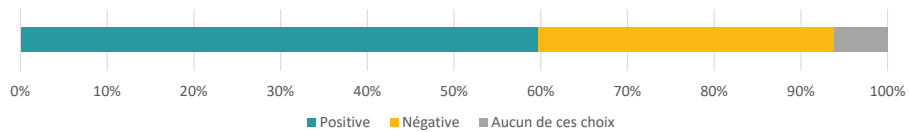
- Reconnaissance dans la littérature
- Peu d'influence sur les jeunes ayant participé aux consultations

## ISOLEMENT ET STIGMATISATION

Perception de sa propre consommation d'alcool



Perception de ceux qui boivent peu ou pas d'alcool par la société



*J'étais comme « non, non merci j'bois pas » [...]. C'était comme l'insistance, pis l'insistance devant tout le monde [...]. C'est ces moments-là que je trouve plus difficiles...vraiment la pression devant plusieurs personnes.*

- Non-consommatrice, 18-24 ans



## STRATÉGIES ET ACTIONS

### Stratégies adoptées

- Affirmation : « Je ne bois pas »
- Évitement : éviter certains événements, refiler un verre offert à une autre personne, ...
- Justifications : « J'ai ma voiture », « Je prends des médicaments », ...

### Actions proposées

- Partage de témoignages positifs provenant de jeunes qui boivent peu ou qui ne boivent pas
- Transformation du message autour de l'alcool (avantages sur la santé, les finances, la performance, la productivité, ...)

## ENVIRONNEMENT PHYSIQUE

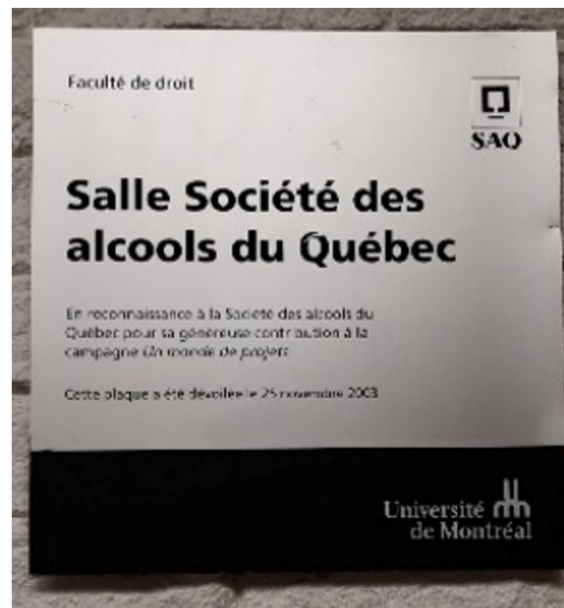
- **Grande disponibilité** → normalisation et hausse de la consommation<sup>6</sup>
- **Établissements scolaires** : prévention VS. banalisation
- **Omniprésence de la publicité et des commandites**
- **Pratiques promotionnelles** qui encouragent les jeunes à consommer
- **Normalisation** de comportements à risque
- **Diversification de l'offre** des fabricants pour répondre aux besoins



ASPQ



ASPQ



## RECOMMANDATIONS

- PRÉVENTION : **Normaliser la non-consommation** et **miser sur le consentement** en matière de consommation de substances psychoactives, notamment par des activités de sensibilisation
- RECHERCHE : **Analyser les tendances** en matière de consommation et de non-consommation d'alcool chez les jeunes, notamment en comparant les données à l'échelle internationale pour **dégager les bonnes pratiques**
- ENCADREMENT : Réviser le cadre légal et l'application des **stratégies marketing** de produits alcoolisés afin de **réduire leur influence** sur les jeunes et sur la banalisation de cette substance psychoactive

## CONCLUSION

- **Normalisation** mène à de **l'isolement** et contribue à la **stigmatisation**
- Nécessité de **créer un environnement favorable pour les jeunes**
- Dénormaler la consommation → **normaliser la non-consommation**

## À VENIR

- **Publication du rapport de l'ASPQ** : *État des lieux sur l'abstinence et la faible consommation d'alcool chez les jeunes*
- **Création d'outils** (actions prometteuses et des messages clés)

## RÉFÉRENCES

1. Nanhou V, Illick N, Institut de la statistique du Québec. Regard statistique sur la jeunesse: état et évolution de la situation des Québécois âgés de 15 à 29 ans: 1996 à 2018 [Internet]. 2019 [cité 5 août 2022]. Disponible sur: <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/regard-statistique-sur-la-jeunesse-etat-et-evolution-de-la-situation-des-quebecois-ages-de-15-a-29-ans-1996-a-2018-edition-2019.pdf>
2. Burgess A, Yeomans H, Fenton L. 'More options...less time' in the 'hustle culture' of 'generation sensible': Individualization and drinking decline among twenty-first century young adults. *Br J Sociol.* sept 2022;73(4):903-18.
3. Brown K. Association Between Alcohol Sports Sponsorship and Consumption: A Systematic Review. *Alcohol Alcohol.* 26 nov 2016;51(6):747-55.
4. Instagram s'empare de la sobriété pour la rendre cool | Slate.fr [Internet]. [cité 2 janv 2023]. Disponible sur: <https://www.slate.fr/story/179151/reseaux-instagram-sobriete-alcool-tendance>
5. Davies E, Smith J, Johansson M, Hill K, Brown K. Can't Dance Without Being Drunk? Exploring the Enjoyment and Acceptability of Conscious Clubbing in Young People. In: Conroy D, Measham F, éditeurs. *Young Adult Drinking Styles* [Internet]. Cham: Springer International Publishing; 2019 [cité 31 oct 2022]. p. 233-52. Disponible sur: [https://link.springer.com/10.1007/978-3-030-28607-1\\_12](https://link.springer.com/10.1007/978-3-030-28607-1_12)
6. Cogoni N. Pourquoi les jeunes de la génération Z délaissent peu à peu l'alcool [Internet]. *Le Bonbon.* 2022 [cité 6 oct 2022]. Disponible sur: <https://www.lebonbon.fr/paris/news/generation-z-delaissent-alcool-sobriety/>
7. Larm P, Åslund C, Raninen J, Nilsson KW. Adolescent non-drinkers: Who are they? Social relations, school performance, lifestyle factors and health behaviours. *Drug Alcohol Rev.* avr 2018;37 Suppl 1:S67-75.
8. Jacobs L, Conroy D, Parke A. Negative Experiences of Non-Drinking College Students in Great Britain: an Interpretative Phenomenological Analysis. *Int J Ment Health Addict.* 2018;16(3):737-50.
9. Nairn K, Higgins J, Thompson B, Anderson M, Fu N. 'It's Just Like the Teenage Stereotype, You Go Out and Drink and Stuff': Hearing from Young People who Don't Drink. *J Youth Stud.* 1 juill 2006;9(3):287-304.



Vous aimeriez discuter du projet ou obtenir plus d'information ?

Théophile Bégin, chargé de projet en substances psychoactives  
[tbegin@aspg.org](mailto:tbegin@aspg.org)  
(438) 509-8606