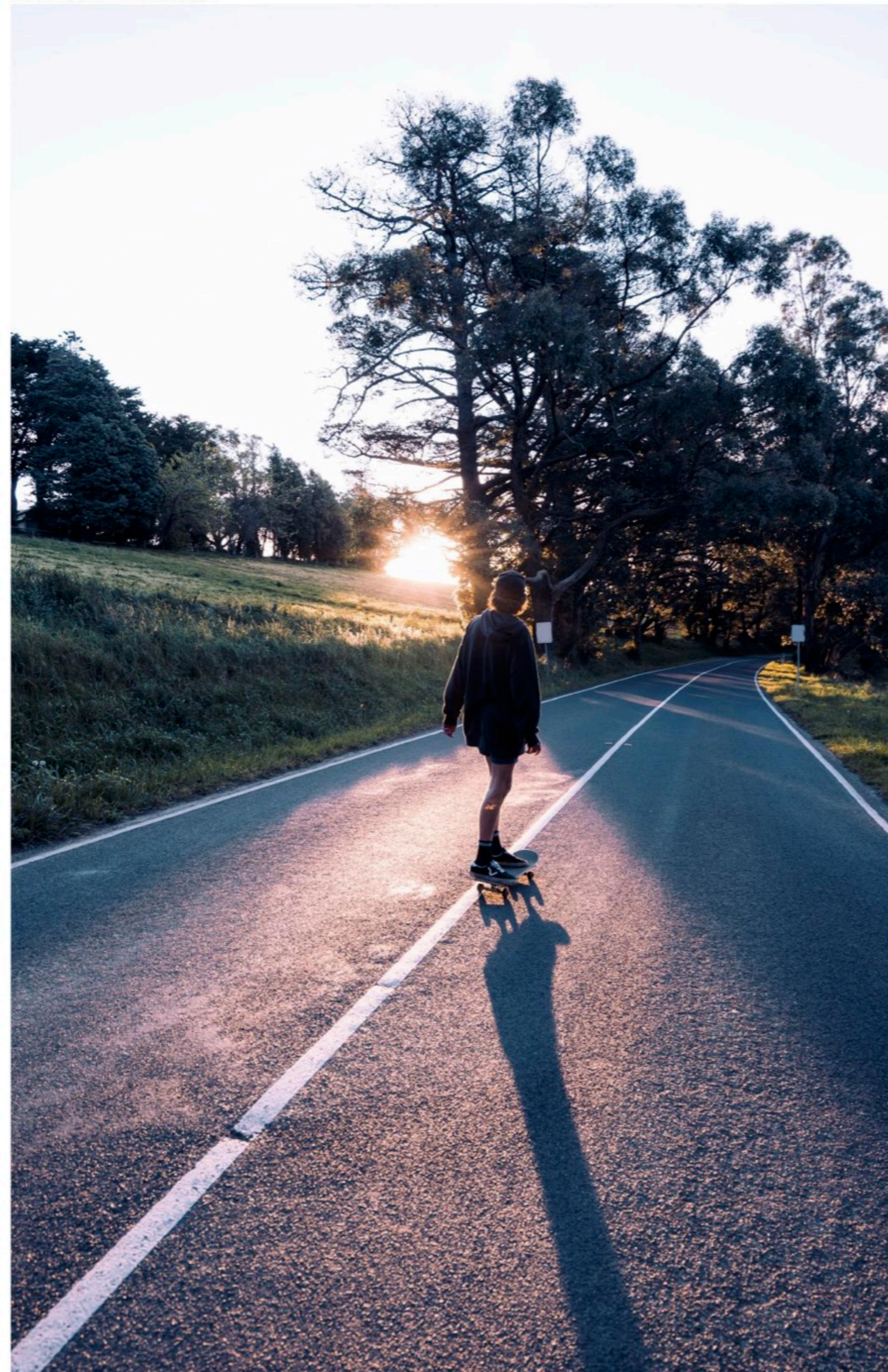


Parents d'ados

guide pratique

Informations, ressources et contacts

Edition 2023



Edité par  ESPACE PRÉVENTION La Côte

Consommation de substances

Plus le premier contact est précoce plus le risque de dépendance augmente.

Alcool

Il est autorisé de vendre ou de remettre bière/vin/cidre aux **16+** et des boissons distillées aux **18+**.

Tabac et cigarettes électroniques

Il est uniquement autorisé de vendre ou de remettre cigarette/e-cigarette/chicha et autres produits dérivés du tabac aux **18+**.

Cannabis

La loi interdit la production, la remise, la vente et la consommation du cannabis dépassant 1% de THC, au même titre que la plupart des substances psychoactives.

DEPART - Repérage, évaluation et accompagnement d'adolescents consommateurs de substances
021 314 77 54 - chuv.ch/depart

Espace Public

Sorties nocturnes

Il est autorisé aux **-16** de sortir jusqu'à maximum :



22:00

(les règlements de police communaux peuvent prévoir d'autres restrictions)

Lorsqu'ils/elles sont autorisé-e-s par leurs parents à participer à une activité après cette heure, les jeunes doivent rejoindre directement leur domicile.



Etablissements publics

Dès **16+** les jeunes ont accès aux cafés, restaurants et bars sans devoir être accompagné-e-s d'un adulte. Une autorisation écrite, datée et signée des parents est nécessaire pour les plus jeunes.

L'accès aux boîtes de nuits, aux casinos et paris sportifs est réservé aux **18+**.

Espace numérique

Aujourd'hui, les écrans permettent d'entrer en lien avec les autres mais ils comportent certains dangers à éviter et certaines règles à respecter. La plupart des réseaux sociaux sont réservés aux **13+**.

Les 5 règles d'or d'Internet

- 1 Ce qui est publié risque de rester pour toujours sur Internet.
- 2 Les données personnelles mises en ligne peuvent être utilisées contre soi.
- 3 On ne sait jamais qui se cache derrière l'écran.
- 4 Il n'est pas permis de publier des contenus sans l'accord des personnes qui y figurent.
- 5 Si une photo de moi a été publiée sans mon accord, je peux demander de la supprimer et même déposer une plainte.

Action Innocence
actioninnocence.org

Sexualité et intimité

Relations sexuelles en Suisse

La majorité sexuelle est fixée à **16+**. Avant cela, il est permis d'avoir des relations sexuelles si la différence d'âge entre les personnes ne dépasse pas trois ans.



Consentement et respect de l'autre

Le consentement mutuel est la base de toute relation avec l'autre. Il se fonde sur le droit de décider lorsqu'il s'agit de son propre corps et de sa sexualité, ainsi que de la nécessité de donner et de recevoir une permission claire avant de se laisser toucher ou de toucher le corps de l'autre.

Plateforme d'information pour parents
educationsexuelle-parents.ch

Consultation de Santé Sexuelle - Fondation PROFA
021 631 01 47 - profa.ch

Règles de circulation

Vélos électriques et vélomoteurs

Ces véhicules sont considérés comme des cyclomoteurs, leur conducteur-trice doit donc avoir au moins **14+** et être titulaire d'un permis de catégorie M ou G.

Trottinettes électriques

La conduite d'une trottinette électrique est soumise aux mêmes règles de circulation que celles d'un vélo, il est donc interdit de l'utiliser sur le trottoir. L'âge minimum requis pour pouvoir conduire une trottinette électrique est de **14+** avec un permis M, et de **16+** sans permis. Le port du casque n'est pas obligatoire, mais il est fortement recommandé.

Portail d'information en matière de lois:
sois-prudent.ch

Violence, infractions et intimidation

Désirant tester les limites et trouver leur place dans la société, les ados sont confronté-e-s à différents types de violence en tant que témoin, victime ou auteur-trice. Vols, bagarres, insultes ou harcèlement peuvent survenir et il est alors important d'enrayer ces phénomènes le plus tôt possible.

Il y a harcèlement lorsqu'un-e jeune est agressé-e régulièrement sur le plan physique et psychique sur le long terme, soit en face à face, soit sur Internet.

Si un-e mineur-e est victime de violence, il est essentiel qu'il/elle en parle à ses parents, ou à un autre adulte de confiance, et soit soutenu-e. De plus, il est primordial de le signaler.

Poste de gendarmerie de Coppet
Place de la Gare 3
1296 Coppet
info.police@vd.ch

Mal-être et déprime

Il n'est pas toujours facile de savoir quand quelqu'un est en souffrance mais il existe des signaux pour réussir à le repérer et pouvoir agir. Perte de sommeil, agressivité, isolement, changements d'humeur, prise de substances, baisse des résultats scolaires, perte d'intérêt, perte d'appétit.

Conseils et aide pour les jeunes
147 ou 147.ch

Conseils aux parents (Pro Juventute)
058 261 61 61 ou projuventute.ch

Site d'information et d'échange pour jeunes de 11 à 20 ans: ciao.ch

Informations et soutien

Etablissements primaire et secondaire Coppet - Terre Sainte

Les directions ainsi que le corps enseignant et les autres professionnel-le-s des établissements sont à la disposition des élèves et de leurs parents.

Pour toute prise de contact avec les établissements, se référer aux sites web:

Etablissement primaire
Chemin du Chaucey 7
1296 Coppet
epterresainte.ch

Etablissement secondaire
Route de Founex 31
1296 Coppet
escoppet.ch

Travail Social de Proximité

Le travailleur social de proximité (TSP) est engagé par Espace Prévention La Côte. De la présence dans l'espace public à celle sur les réseaux sociaux, en passant par des actions de prévention ou des projets citoyens, il intervient principalement hors du cadre scolaire et de manière complémentaire au personnel des établissements, auprès des jeunes de 12 à 25 ans.

Travailleur Social de Proximité Terre Sainte
Espace Prévention La Côte
079 193 00 43

