



Belgalmage

Les ados et l'alcool

Que ce soit lors d'un anniversaire, une sortie entre amis, une soirée... la plupart des jeunes sont amenés, à un moment ou l'autre, à consommer des boissons alcoolisées. Parfois, aussi, c'est juste pour faire comme les autres et s'intégrer à un groupe. Pour les parents, ce n'est pas toujours facile de savoir comment réagir. Dans certaines familles, l'alcool est présent et synonyme de fête, de convivialité. Mais dans d'autres, c'est un sujet tabou : on ne boit jamais d'alcool. Quoi qu'il en soit, si votre enfant commence à témoigner de l'intérêt pour les boissons alcoolisées, n'hésitez pas à en parler avec lui et accompagnez-le dans son apprentissage du produit : apprendre à goûter plutôt qu'à dégoûter, c'est privilégier un rapport qualitatif plutôt que quantitatif à l'alcool. Mais pas trop tôt. Car plus on est jeune, plus l'emprise de l'alcool est rapide et intense. Le corps est en effet plus petit, plus léger et en pleine croissance.

Le rôle des parents est donc tout d'abord de veiller à ce que les enfants ne consomment pas de l'alcool trop tôt. Boire beaucoup lorsqu'on est jeune - vers 14 ans par exemple - peut en effet entraîner des dommages irréparables et augmenter fortement les risques de problèmes graves liés à l'alcool à l'âge adulte. Ensuite, ils devront assumer leur rôle d'éducateurs en privilégiant le dialogue et l'écoute mutuelle, en partageant leur connaissance des risques, des lois... et en décidant du cadre qu'ils souhaitent imposer à leur ado. Celui-ci saura alors qu'il peut en parler avec eux en toute confiance mais qu'il y a des règles à respecter.

Julie Rouffiange



Anne Pochet.

À la télé, tous les jours sur la Une et sur BX1

rtbf

bxi
Médias de Bruxelles

Sur internet (www.airdefamille.be ; www.one.be): toutes les émissions, les spécialistes, et les infos pratiques.

À raconter aux enfants C'est quoi une étoile filante ?



Belgalmage

Il y a peu se déroulait la « Nuit de l'obscurité » : un événement qui permet de sensibiliser le grand public à l'importance d'éteindre les lumières pour profiter de la nuit noire. Les astronomes proposent alors aux petits et grands d'apprendre à observer le ciel, les constellations et, qui sait ?, peut-être aussi quelques étoiles filantes ! Mais au fait, qu'est-ce que c'est, une étoile filante ?

Le soir, lorsqu'on scrute le ciel étoilé, il arrive parfois que l'on voie apparaître un trait lumineux ultrarapide. C'est ce qu'on appelle une étoile filante. Un joli nom qui prête pourtant à confusion, car il ne s'agit en fait pas du tout d'une... étoile ! Ah bon ? Eh oui ! Les vraies étoiles sont d'énormes boules de gaz très chaud et très lumineux situées extrêmement loin de la Terre. C'est pourquoi elles nous semblent très petites et n'apparaissent que comme des petits points lumineux dans le ciel de nuit. Le Soleil est l'étoile la plus proche de la Terre, qui nous semble dès lors plus grosse. Les « étoiles filantes », quant à elles, sont un phénomène lumineux, résultat de la rencontre entre un morceau de roche et l'atmosphère terrestre. Lorsqu'un très gros caillou voyage dans l'espace, il arrive qu'il soit attiré par la Terre. Il traverse alors la couche atmosphérique à grande vitesse, frotte très fort l'air, chauffe et prend feu ! C'est cela qu'on appelle une étoile filante. La plupart du temps, le caillou brûle entièrement et n'atteint ainsi jamais la surface de la Terre. Mais quand cela arrive, on parle d'une météorite.

FAIRE UN VŒU

La tradition veut que l'on fasse un vœu à chaque fois que l'on aperçoit une étoile filante. Cette coutume remonterait à la période de l'Antiquité, et pourrait avoir plusieurs explications. Certains pensaient que les étoiles filantes étaient des astres qui se décrochaient du ciel avant de s'éteindre doucement et comparaient ce phénomène à la montée de l'âme d'un(e) défunt(e) dans le ciel. Dans ce cas, faire un vœu à ce moment-là permettrait donc à celui-ci d'être emmené vers les dieux par les personnes disparues pour être exaucé. D'autres considéraient que lorsque les dieux regardaient la Terre, cela provoquait une pluie d'étoiles. Apercevoir une étoile filante signifiait alors que l'attention des dieux était tournée vers les hommes et que c'était le bon moment pour formuler un souhait.

Aujourd'hui encore, nous aimons observer le ciel et penser très fort à quelque chose que l'on souhaite lorsqu'apparaît une étoile filante. Mais attention : pour qu'un vœu se réalise, il ne faut surtout pas le divulguer !

UNE NUIT À NE PAS RATER

Le meilleur moment pour espérer apercevoir une étoile filante, c'est en été. Durant les mois de juillet et d'août, la Terre passe dans une zone remplie de petits morceaux laissés dans l'espace par une comète (un petit corps céleste constitué d'un noyau de glace et de poussière). Une « nuit des étoiles filantes » à noter dans l'agenda, donc...

Aurielle Marlier
et Alain Jourdan le Clercq

