

SOYEZ LES BIENVENU.E.S !!



« Addictions drogues, alcool : comment sensibiliser les jeunes ? »

Nicolas BONNET
CJC Pitié-Salpêtrière
RESPADD

nicolas.bonnet@respadd.org / www.respadd.org



Des questions...



- Le repérage
- L'ouverture du dialogue
- La posture

« Comment amener le jeune à une prise de conscience, voir une adhésion ?

Comment faire émerger chez le jeune le besoin/l'envie d'être accompagné ? »

« Comment dialoguer avec l'entourage des adolescents, parents, école, copains...

Comment aborder la notion du plaisir, des bénéfices et des risques liés aux consommations ? »

- Qu'est-ce que vous en connaissez ? Qu'est-ce que vous croyez savoir ? Qu'est ce que vous voudriez savoir ?
- Comment vous repérez / intervenez // consommations problématiques // prises de risque ?
 - Outils
 - Ressources
- En quoi cela n'est pas suffisant?
- Qu'est-ce que vous proposeriez?

PRÉAMBULE

- Les produits ne sont pas l'unique cause des troubles individuels ou sociaux repérés par l'usage : l'abstinence n'est pas la solution à tous les problèmes...
- Un usage de pdts puissants ne fait pas nécessairement pb et à l'inverse un usage même réduit de certains psychotropes peut être lourd de csq individuelles ou sociales

- Certaines drogues sont permises, d'autres non. **Mais toutes sont disponibles.**
- Certaines drogues sont reconnues comme dangereuses, d'autres beaucoup moins, **mais presque toutes sont accessibles.**
- Certains comportements sont illégaux, d'autres sont tolérés, **mais l'important est de ne pas se faire prendre.**

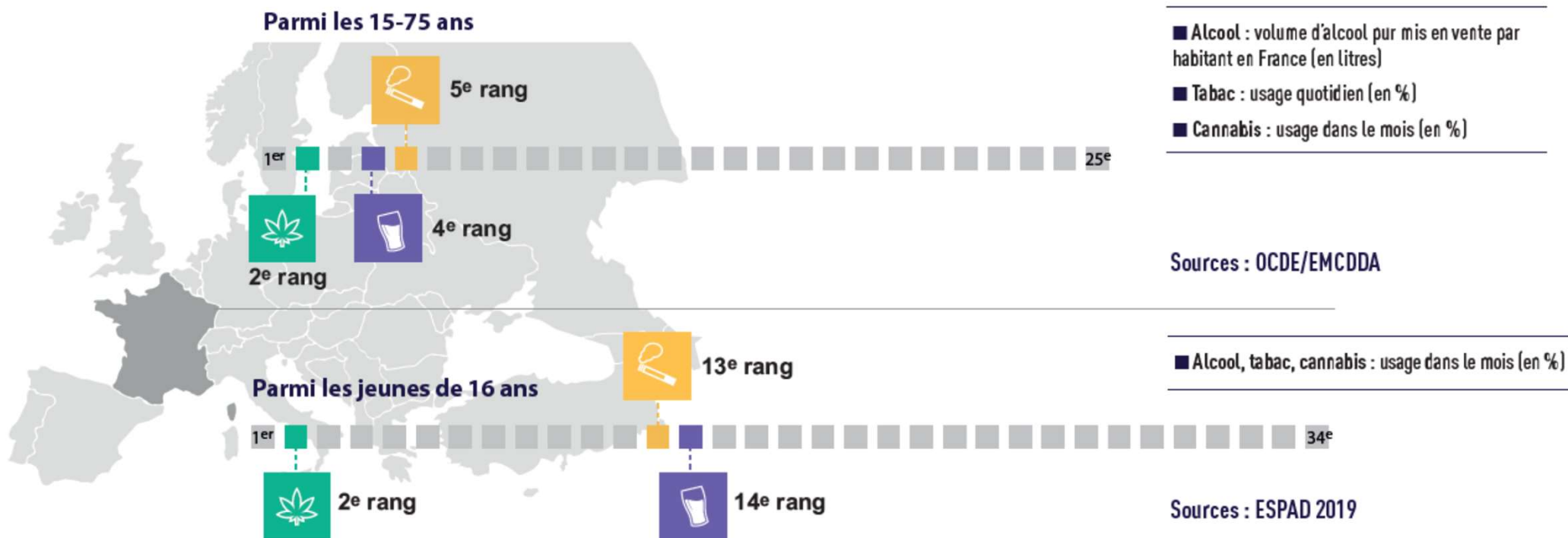
Mais qui fait quoi ?



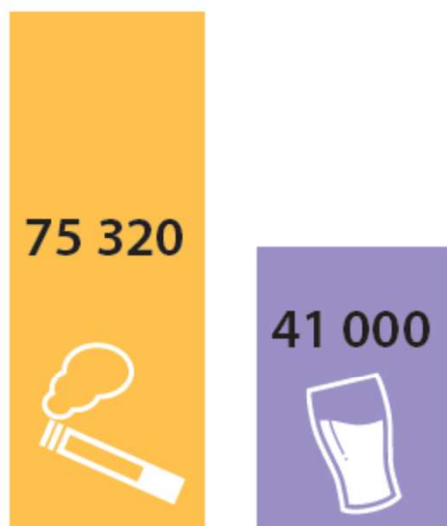
Estimation du nombre de consommateurs de substances psychoactives parmi les 11-75 ans et de joueurs parmi les 18-75 ans, en France



Rang de la France en Europe pour les 3 produits les plus consommés en 2019



Décès attribuables aux usages de tabac et d'alcool en 2015



Source : Estimation SpF 2019

Décès directs liés à l'usage de substances illicites et de médicaments opioïdes en 2019



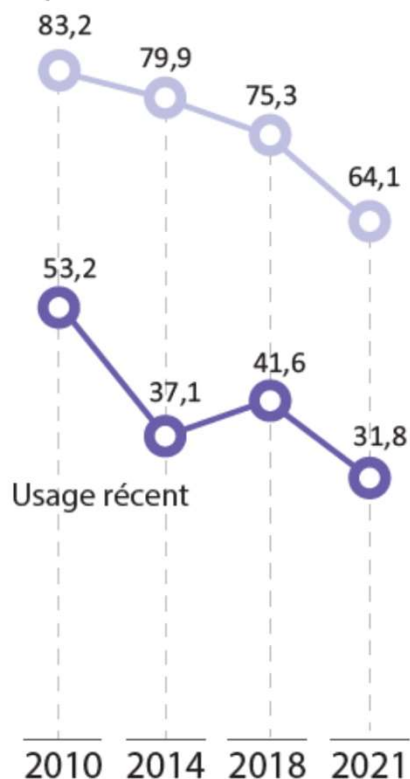
Source : Décès déclarés par les experts toxicologues, données DRAMES et DTA, CEIP-A de Grenoble et ANSM, 2019

Évolution des niveaux de consommation pour les 3 produits les plus consommés, parmi les élèves de 3^e (en %)



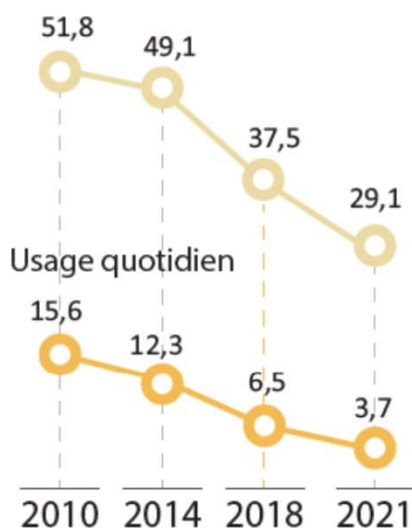
ALCOOL

Expérimentation



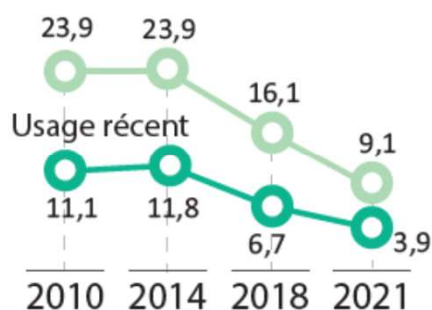
TABAC

Expérimentation



CANNABIS

Expérimentation

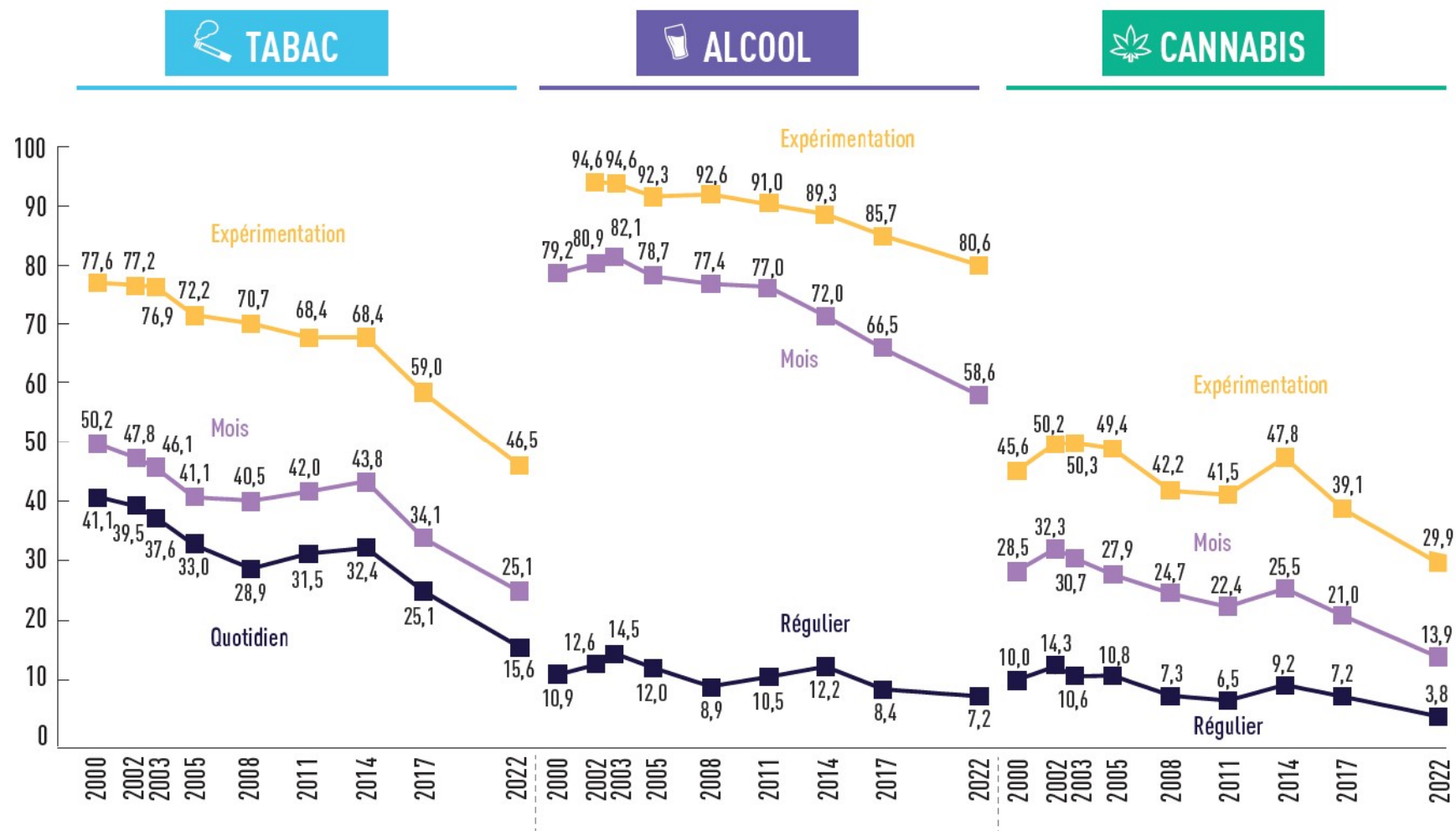


- **Expérimentation** : au moins un usage au cours de la vie.
- **Usage dans le mois ou usage récent** : au moins un usage au cours des 30 jours précédant l'enquête.
- **Usage quotidien** : au moins un usage par jour au cours des 30 jours précédant l'enquête.

34,2 %
des élèves de 3^e
ont expérimenté
la cigarette
électronique
en 2021.



Figure 1. Évolution 2000-2022 des niveaux d'usage de tabac (cigarettes), de boissons alcoolisées et de cannabis à 17 ans (%)



Source : enquêtes ESCAPAD (France métropolitaine), OFDT

Légende : usage « régulier » signifie au moins 10 usages dans les 30 derniers jours précédant l'enquête.

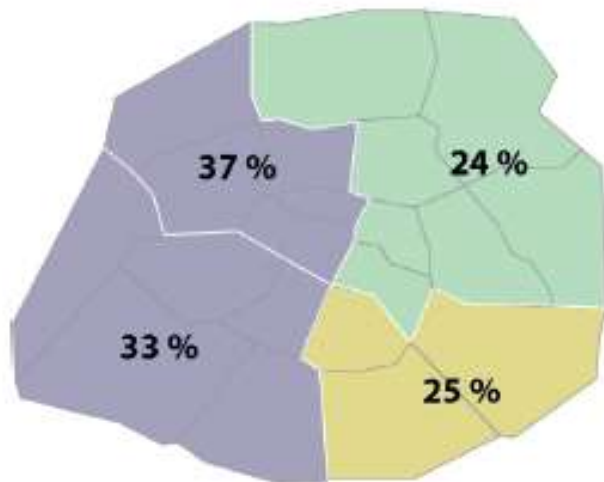
Pour une définition des autres indicateurs d'usage, voir encadré « Principaux indicateurs d'usages utilisés », page 7.

Figure 13. Usages des jeunes Parisiens selon leur quartier de résidence en 2004



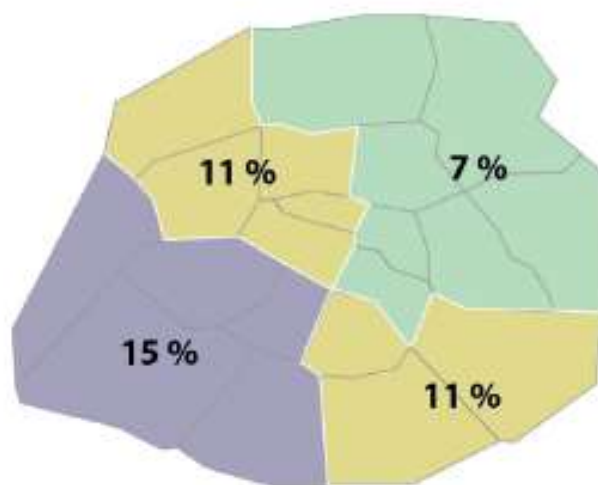
Usages quotidiens de tabac

Moyenne parisienne = 28 %



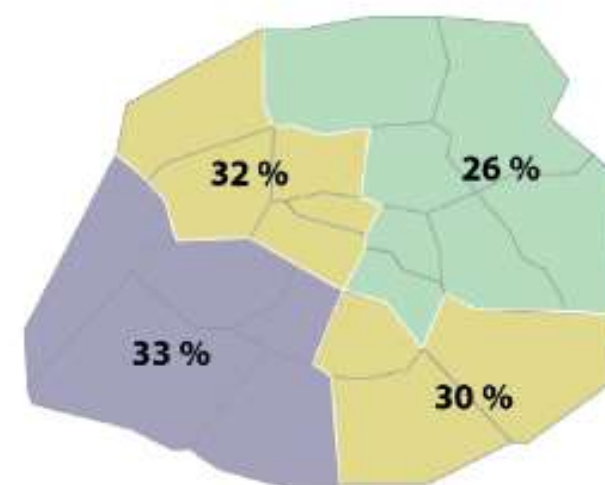
Usages réguliers d'alcool

Moyenne parisienne = 11 %



Usages récents de cannabis

Moyenne parisienne = 29 %



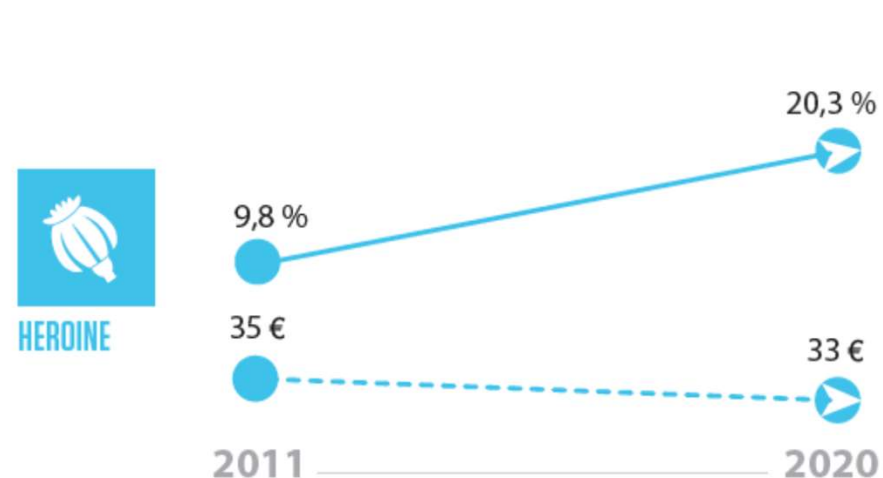
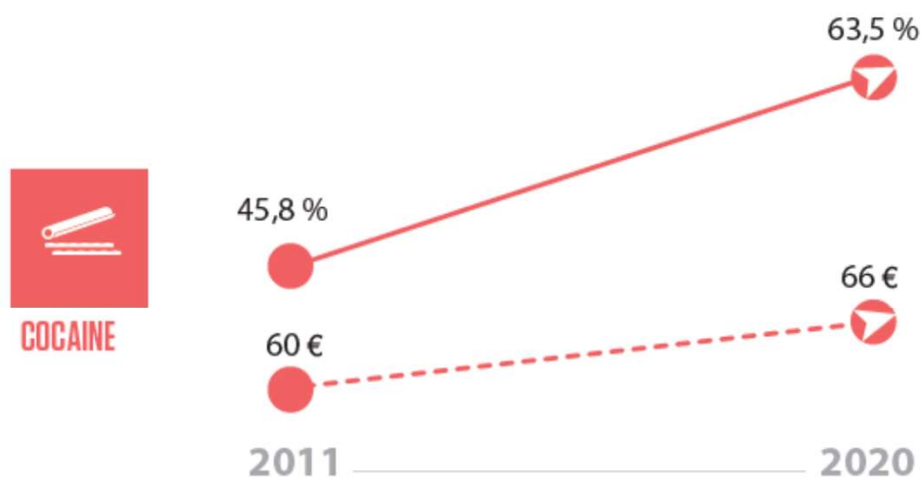
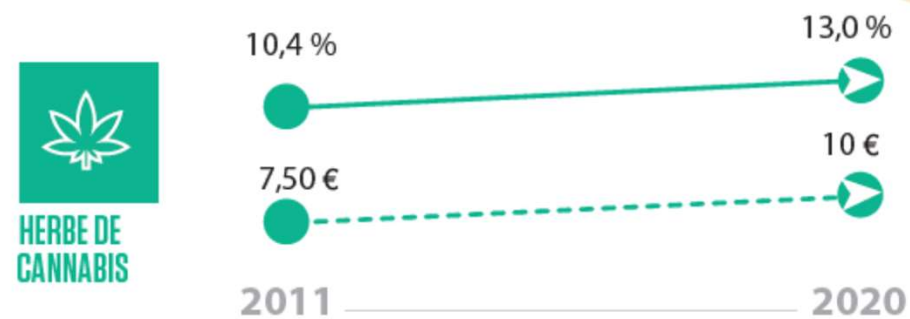
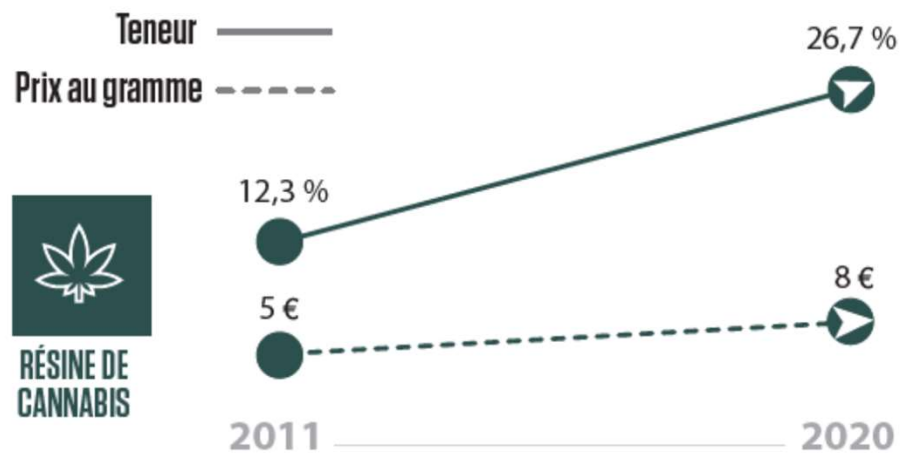
■ niveau d'usage statistiquement supérieur

■ niveau d'usage statistiquement comparable

■ niveau d'usage statistiquement inférieur

Source : ESCAPAD - OFDT

Évolution des prix et des teneurs dans les saisies de stupéfiants



Source : Service national de police scientifique (SNPS), bilan 2021 ; OCRTIS/OFAST 2021

- Sur-médication concerne des dizaines de milliers d'enfants.
... alors que les consultations en CMPP ont été divisées par 4.
- Augmentation de la demande d'aide et déficit chronique de l'offre de soin,
 - risque de substitution des aides psychothérapeutiques, éducatives et sociales recommandées en première intention, par des pratiques médicamenteuses.

On retient...

- « Addiction » absente à l'adolescence (ou presque)
- Baisse des usages depuis 20 ans
- Tabac / alcool / cannabis restent les plus consommés
- Autres drogues illicites : 4 %

- API demeurent élevés
- Jeunes en filières pro/apprentissage plus touchés
- Attention aux médicaments !!

Un marché mondial...

Des enjeux économiques...





Lieu
sa

k of
spitals



Un réseau de personnes qui protège les gens Tor est au cœur de la liberté sur Internet

Faites un don maintenant!

Bienvenue dans le Navigateur Tor

Vous pouvez maintenant naviguer sur Internet de manière anonyme.

Tester les paramètres du réseau Tor

Search bar with magnifying glass icon

Rechercher de manière sécurisée avec Disconnect.me

Que faire ensuite ?

Tor n'est PAS tout ce dont vous avez besoin pour assurer votre anonymat ! Vous devrez peut-être changer certaines de vos habitudes de navigation pour garder votre identité en sécurité.

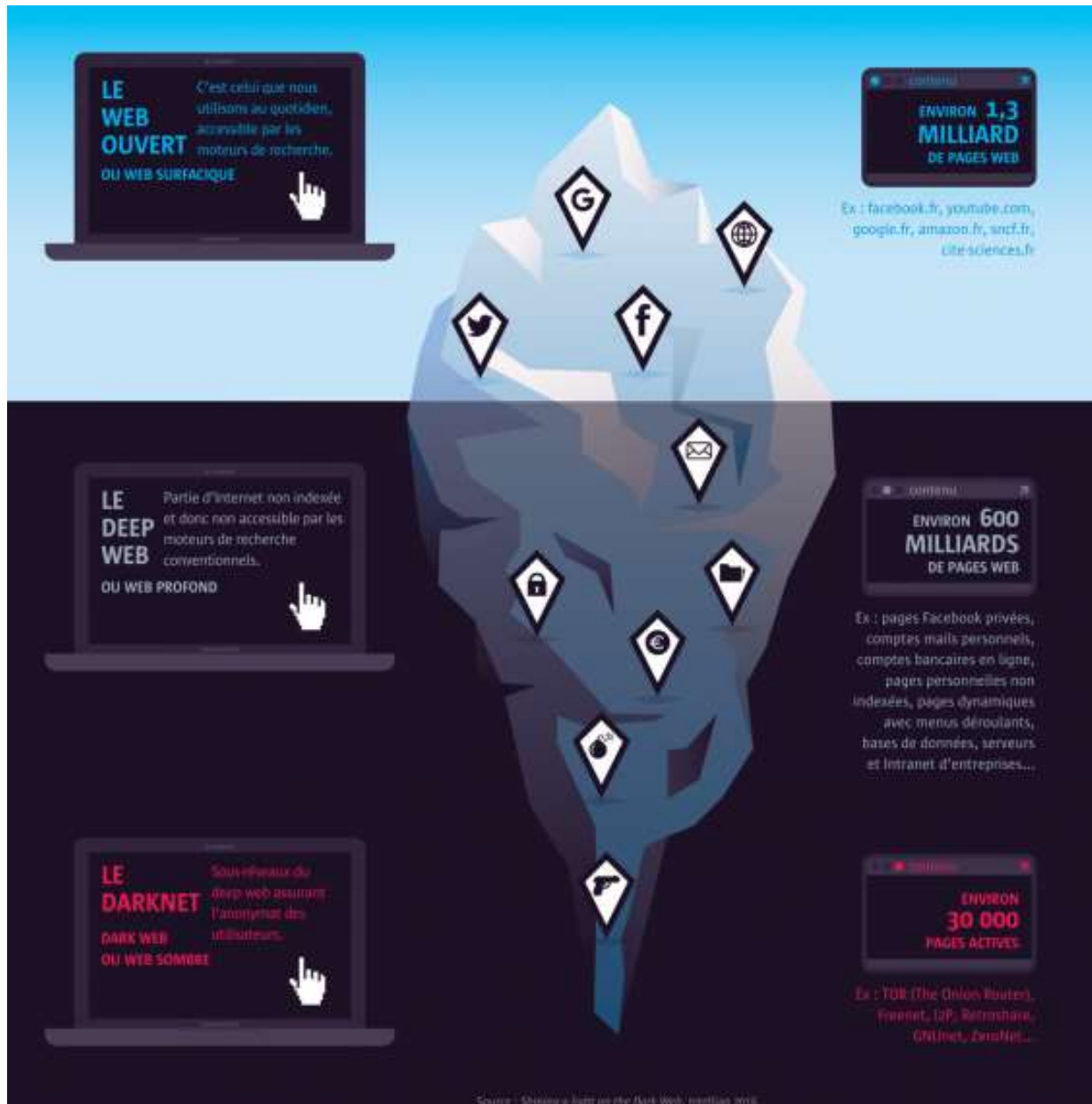
Conseils pour rester anonyme >

Vous pouvez aider !

Vous pouvez aider à rendre le réseau Tor plus rapide et plus puissant de plusieurs manières :

- Faire fonctionner un relai Tor >
Devenir bénévole >
Faire un don >

Le projet Tor est une organisation à but non lucratif (US 501(c)(3)) dédiée à la recherche, le développement et l'éducation sur l'anonymat et la vie privée en ligne. En savoir plus sur le projet Tor >



Source : Showing a light on the Dark Web, masthead 2018



Search

Go

Shop by Category

Drugs 4,086

Cannabis 983

Dissociatives 77

Ecstasy 318

Opioids 350

Other 157

Precursors 18

Prescription 901

Psychedelics 587

Stimulants 405

Apparel 82

Art 5

Books 778

Collectibles 15

Computer equipment 42

Custom Orders 27

Digital goods 369

Drug paraphernalia 152

Electronics 36

Erotica 296

Fireworks 5

Food 4



100 x Anadrol 50MG
Oxymetholone (sealed)
\$12.41



1 gram MDMA
\$5.89



1/2g Cocaine
\$5.44



10 Pieces White Heart
130-150mg MDMA Content
\$4.49



Red and White Filter (10
packs x 20 cigarettes)
\$1.90



VEGA 100mg Sildenafil
citrate 4 tablets
\$1.50



10 gram Santa Maria
\$11.58



1/4 oz G13
\$8.13

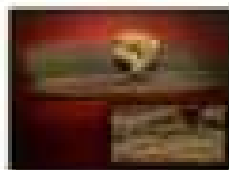


- Drugs (217)
- Cannabis (144)
 - Concentrates (18)
 - Cuttings (1)
 - Edibles (2)
 - Hash (10)
 - Pre-rolled (1)
 - Seeds (1)
 - Stalks (1)
 - Stems (10)
 - Topicals (7)
 - Tea (1)
 - Wax (1)
- Charcoal (1)
- Cocaine (1)
- Ecstasy (1)
- Heroin (1)
- LSD (1)
- Marijuana (1)
- Morphine (1)
- Pills (1)
- Psychedelics (1)
- Stimulants (1)
- Tobacco (1)
- Vapor (1)
- Art (1)
- Books (1)
- Collections (1)
- Computer equipment (1)
- Custom Orders (1)
- Digital goods (1)
- Drug paraphernalia (1)
- Electronics (1)
- Erotica (1)
- Fashion (1)
- Food (1)
- Furniture (1)
- Hardware (1)
- Home & Garden (1)
- Jewelry (1)
- Lab Supplies (1)
- Liquor & games (1)
- Medical (1)
- Money (1)
- Musical instruments (1)
- Packaging (1)
- Services (1)
- Sporting goods (1)
- Tobacco (1)

sort by: ascending

Domestic only

display this category (17)

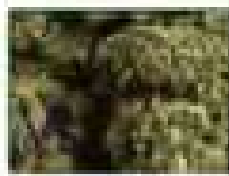


10g 1st (Manski) Morocco Rif Hash - FairTrade

seller: [alpacas111](#)
ships from: Germany



81.1757
add to cart

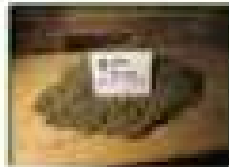


1 oz of the most cherished bud here: Fleetwood OG

seller: [mikek1001](#)
ships from: United States of America



82.5390
add to cart

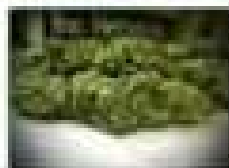


Ice Cool 2g

seller: [alpacas111](#)
ships from: Germany



80.2614
add to cart

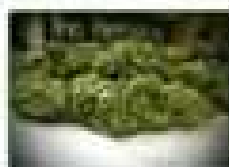


7g HOMEGROWN GREEN FOOD FAT BUD HIGH QUALITY

seller: [TheKempster11](#)
ships from: United Kingdom



80.8307
add to cart



3.5g HOMEGROWN GREEN FOOD FAT BUD

seller: [TheKempster11](#)
ships from: United Kingdom

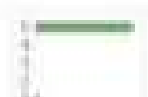


80.4169
add to cart

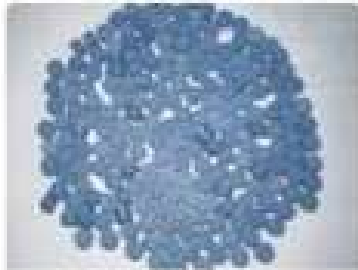


5x1g All-Strains Sample Pack LIMITED OFFER

seller: [Cannabis111](#)
ships from: Netherlands



80.6001
add to cart



10 X *****RED ** DEFCON 5
 *** NEW *****170 MG ***
 \$7.77



Bio-Test 350 (10ml multiple
 dose vials)
 \$5.89



Winstrol 50mg x 50 tablets
 Rexabol (Alpha pharma)
 \$9.44



whippets
 \$1.14



Super Special Combo 2.0
 Vial (Dirty Hippie)
 \$1.59



★7G★HASH BLONDE
 POLLUM MAROCCAN★
 \$4.98



Maroccan Butt Hash AKA
 El Culero 1GR
 \$1.79



Ko Chang Thai Marijuana
 \$2.27



15mg Adderall Extended
 Release (1 Capsule)
 \$1.99



30 free with 300 percocet
 order LIMITED TIME
 \$0.00



1/2 G - #4 Heroin Pebbles -
 UNCUT - #1 QUALITY
 \$16.26



Hydroxyzine ATARAX 25 mg
 vial (GREAT OPIATE)
 \$18.66

1 Btc = 378,9 €

Home

About

Contact

AnonymousUser

Identification

Inscription



Welcome on FDW-Market

Bienvenue sur la place de marché dédiée à la communauté française French Deep Web.

Bien que lié à sa communauté et conçu pour elle, FDW-Market est libre et accessible à tous.

Que vous désirez vendre un ou plusieurs produits, devenir escrow ou bien simplement faire des achats en toute liberté, créez juste un compte et connectez-vous afin de commencer votre business.

Bien que nous n'encourageons pas les activités illégales, nous estimons que vous êtes capable de prendre vos responsabilités et ne nous mêlons pas de vos affaires. Toutefois certaines pratiques nous paraissent totalement répugnantes et ne voulant pas être associés à ces activités, il existe quelques limitations, veuillez à bien lire les **conditions d'utilisations** avant de créer un compte, des sanctions pouvant être prise en cas de non respect de ces conditions.



Cocaine 94% pure
1 KG

Bolivia is the only country to permit the planting of coca, making it one of the largest producers of cocaine in the world. This product is uncut so you must be careful while using it. *Due to some exceptional Customs Enforcement seized in Puerto Rico, prices are rising.*

Specifications:
Producer: Bolivia
Purity: 94%



Weed Jack Herrer
1 KG

Ever since Colorado started selling pot legally at the start of this year, the lines to marijuana dispensaries haven't slowed down. Pot sales are blooming in Colorado now.

Specifications:
Producer: Colorado
Variety: Indoor Jack Herrer
THC: 21%



Weed Outdoor
3 KG

Ever since Colorado started selling pot legally at the start of this year, the lines to marijuana dispensaries haven't slowed down. Pot sales are blooming in Colorado now.

Specifications:
Producer: Colorado
Variety: Outdoor Jack Flash
THC: 12%

-----BEGIN PGP PUBLIC KEY BLOCK-----

mQINBF1PnPgBEAC0vRFW12SXkmY7NAA0sD01XFCtfartMtwCT+
YaLC7n6UC0s6mlBgwd8+iZI7L0L7n0t11z7AiPtrZ/ANqpaEc l
P5x/LNWHUcHGSPV/pbNK49tT4/awU9QZ2g1ZaDz0HbGU9/BgXW
cipenoNGTldiqEJDWx8m92geh9NMNj rYSL6aj /Mosc08CKo0BQ
379qr7aCAXrEmqCf12oXXGzXWnHXhz9HpC5j PxoVQZL9Sdyulv
EpmG+KhYr+sNWpFBkL6P51qV+NQ9oRA8ASSIZCe7Iej EnGRIEj
mvwGy4beHdWgt4o14MU1XuvDn9Y033hAkAxMnhBs3I8hGeghb3
AY+X90bMTpWc5sMvEgkP6ythGI/QzBc80wTUAGeAnGiyjmV9Tw
mzbCMTWnX04VZtggQGcGb+vEgvUJ1iRGrRyrWCeC2eRU/ArfAN
Y9gjWEIEr4WQUHLYWg0fpV3Wpd72YzJdHy0zMaQJqWfiyDUI23
+w6pPMrj lV+BByAIdIGB0dSkh0MJ jmk2Exj Lc6LHwnBy4+Qnj f
tB1EYXJ rRG90RmFpbCA8aGVsbG9AZGFyay5mYWlsPokCVAQTAQ



Des produits

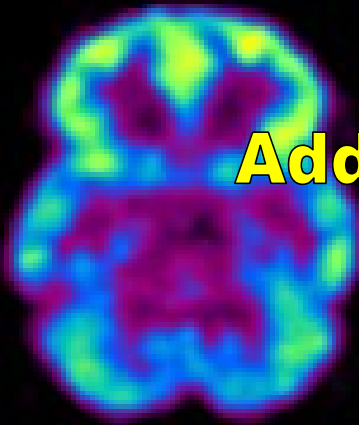
Des drogues...





Lie
s

itals



Addiction

Medical



Neurotoxicité
SIDA, Cancer,
Maladies mentale

DROGUES



Social

Précarité
Crime
Violence

Economique



Soins médicaux
Productivité
Accidents

Motivations à consommer



Motivations à la consommation

- ✓ Modification de l'état de conscience+++
- ✓ Amélioration des performances ++
- ✓ Auto-médication +

Motivations

En pratique



Les motivations

Pour se sentir bien

Pour avoir des nouveautés:

- sentiments
- sensations
- expériences

et
Pour les protéger



Pour se sentir mieux

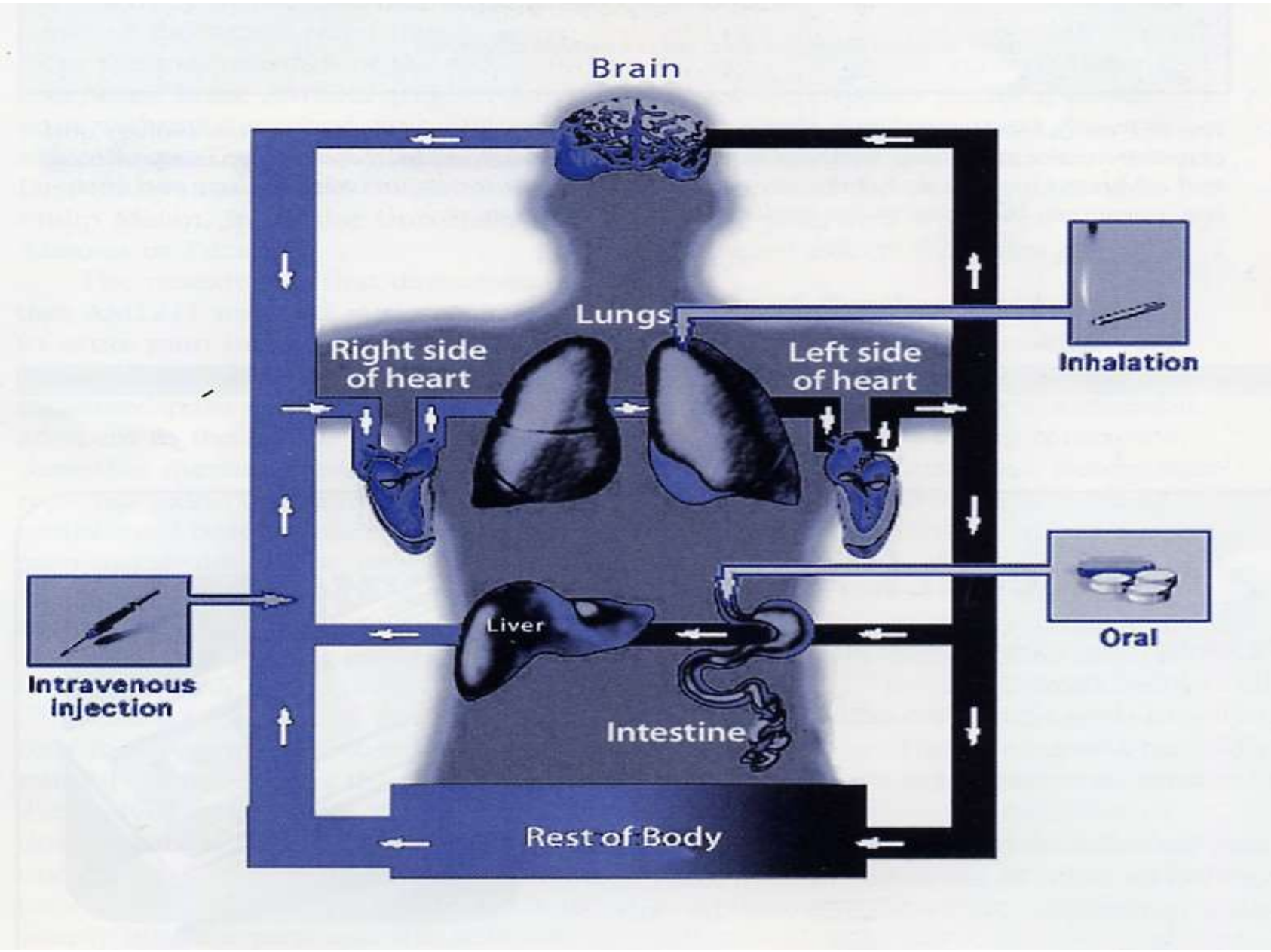
Pour diminuer :

- anxiété
- inquiétudes
- peurs
- dépression
- morosité

Les modes d'usage

Dynamique des consommations





Classifications



Classifications : 3 modèles

- Modèle reposant sur les **conséquences cliniques de la consommation de produits**,
 - Manifestations aiguës ou chroniques observées chez l'utilisateur
- Modèle reposant sur la **dangerosité globale**
 - Dangerosité sociale, génie toxicomanogène, etc.
- Modèle reposant sur le seul **statut juridique**

Classification selon les effets cliniques

- **Psycholeptiques (sédatifs)**: opiacés, cannabis, tranquillisants, alcool
- **Psychoanaleptiques (excitants)** : cocaïne, crack (cocaïne base), amphétamines (amphet, ecstasy, ...)
- **Psychodysleptiques (hallucinogènes)** : LSD, Mescaline, Peyotl, kétamine

CLASSIFICATION SELON LA DANGÉROSITÉ

- **Toxicité système nerveux central :**
 - Alcool>amphétamines>crack
- **Toxicité générale :**
 - Tabac>alcool>cocaïne>ecstasy
- **Toxicité sociale :**
 - Héroïne>alcool>crack
- **Toxicité addictive :**
 - Tabac>héroïne>alcool
- **RdR** : intraveineux>sniff>pulmonaire>orale

Une drogue universelle



La caféine...première drogue?

- Une tasse de café instantané : 66 mg
- Une tasse de café fait au percolateur : 74 mg
- Une tasse de café filtre : 112 mg
- Une tasse de thé : 74mg
- Un cola gazeux : 40 mg
- Une tablette de chocolat : 20 mg

- Conduite à risque de dépendance à partir de 350 mg / jour

On dit que...

- « La drogue est un phénomène de jeunesse... »



On dit que...

- « L'alcool, le café, le tabac, les médicaments ne sont pas vraiment des drogues... »

On dit que...

- « Les drogues illégales sont quand même les plus dangereuses!... »

On dit que...

- « Il suffit d'essayer une fois et c'est l'escalade... »



On dit que...

- « La drogue touche surtout certains milieux... »



On dit que...

- « Si le trafic était plus réprimé, les problèmes de drogues disparaîtraient... »

Les drogues

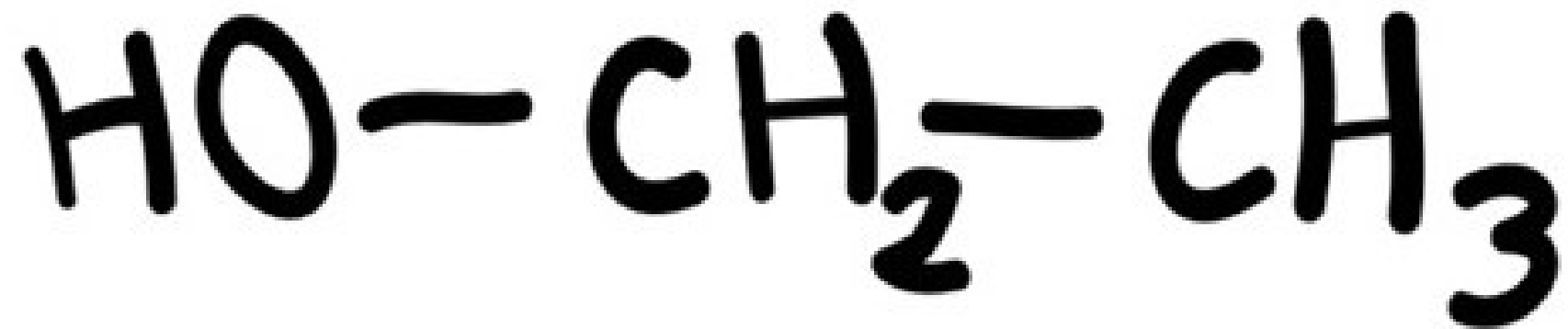


En images...



• • •





La Bière est Nourrissante



Celle-ci en boit



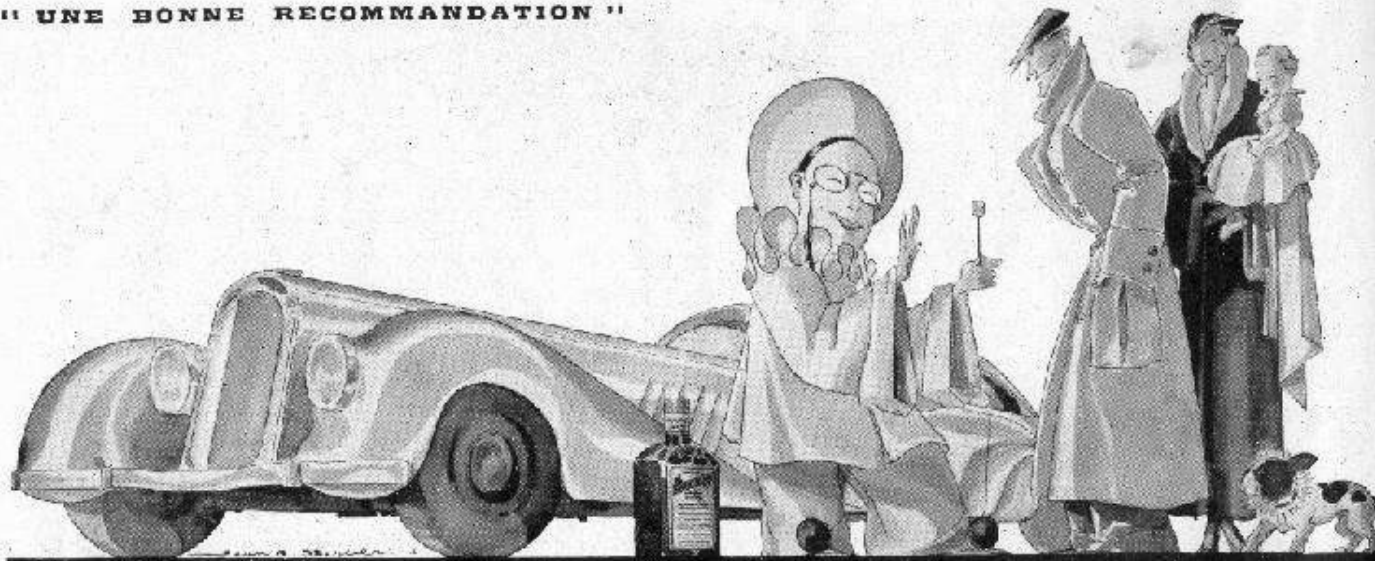
Celle-là n'en boit pas

XLVI ANNONCES

L'ILLUSTRATION

4 OCTOBRE 1965

"UNE BONNE RECOMMANDATION"



NE PRENEZ JAMAIS LA ROUTE AUSSITOT APRES
UN BON REPAS SANS UN PETIT VERRE DE LA MARQUE
MONDIALE

COINTREAU

L I Q U E U R

Lieu de santé
sans tabac



RESPLAD
RÉSEAU DE
PRÉVENTION
DES ADDICTIONS

LSPS
RESEAU FRANÇAIS
D'AVI DE SANTÉ PROMOTEUR DE SANTÉ



International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services

RICARD!

"sur toute la ligne"



Les Cheminots, qui ont besoin de tous leurs esprits.. ont immédiatement adopté le **RICARD**

Quelles conséquences étonnantes, en effet, pourraient avoir pour chacun de nous un seul instant d'inattention de la part de ces "responsables" du rail et de la route! Et ils le savent bien - ils savent qu'ils doivent être sobres et c'est pourquoi "sur toute la ligne" de Marseille à Paris, tous ne boivent que du RICARD.

Quel appétit, en effet, peut offrir autant d'avantages? A base

naturelle de plantes aromatiques distillées aux vieux alcools rectifiés (procédé de la triple rectification) le RICARD ne contient pas plus de corps étonnants que de thuyone (poison du système nerveux aux effets épileptiques). Approuvé par les Médecins c'est bien là "l'appétit de bonne humeur" mais c'est surtout "l'appétit de bonne santé", qui ouvre franchement l'appétit sans jamais faire mal à l'estomac ni à la tête.



A Lyon, sur la ligne Paris-Marseille, un groupe sympathique déguste joyeusement le RICARD, le "vrai pastis de Marseille".

A LA MARSEILLAISE!



Le RICARD doit se boire uniquement "à la Marseillaise", c'est-à-dire à la dose de 2 cl. 1/2 (moitié moins qu'un anisordinaire), et 5 volumes d'eau, seule façon d'apprécier pleinement le meilleur et l'onctuosité du "vrai pastis de Marseille".

Et, bien entendu, toujours à l'égouttoir et sans sucre.



RICARD

LE VRAI PASTIS DE MARSEILLE

SIÈGE SOCIAL: DISTILLERIE RICARD, 51^e MARTEAU, MARSEILLE — DÉPÔTS: PARIS, LYON, CHAMBERY, GRENOBLE, NICE, TOULOUSE, VAIRIEUX.



• • •



UTERINE SEDATIVE ELIXIR

ALCOHOL 25 PER CENT.

R

Each ounce contains:

Saw Vine	-	-	-	40 grains
Black Haw	-	-	-	60 grains
Jamaica Dogwood	-	-	-	30 grains
Hydrastis	-	-	-	30 grains
Black Cohosh	-	-	-	30 grains
Cascara Sag.	-	-	-	20 grains
Hyoscyamus	-	-	-	20 grains
Pot. Bromide	-	-	-	20 grains
Cannabis Ind.	-	-	-	1 grain
Aromatic Elixir	-	-	-	qs. $\bar{5}j$

M.

S. H. BOYD & CO.

Druggists and Chemists

WOOSTER,

-

OHIO



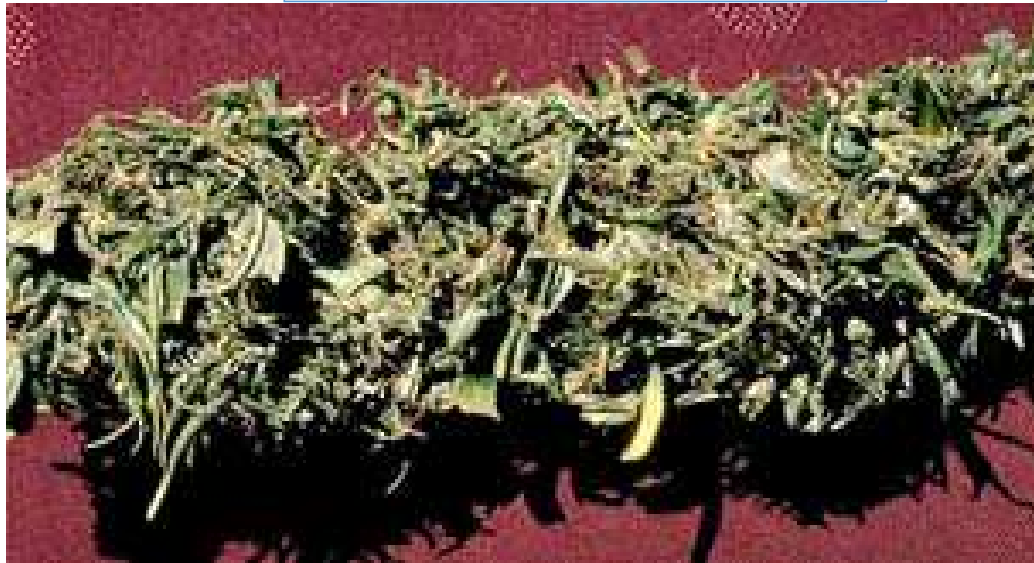
182. *Cannabis sativa* L. Hanf.



Différents cannabis



Herbe : Feuille séchée



Joint



Résine



Huile

Herbe fraîche

CAN04-PR004



Herbe séchée



Savonnettes de résine de cannabis



Résine de cannabis



Huile de cannabis



Joints de cannabis





























Cannabis « récréatif »



Cannabinoïdes de synthèse « récréatifs »



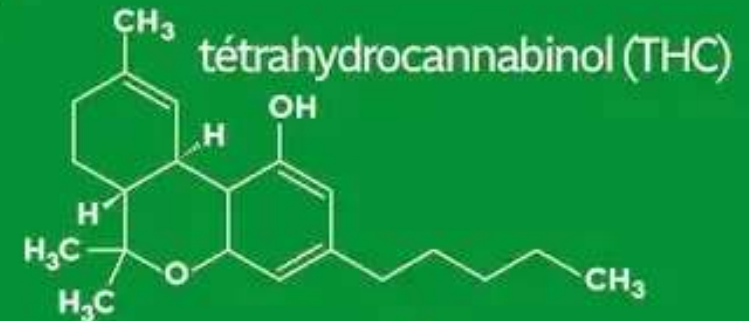
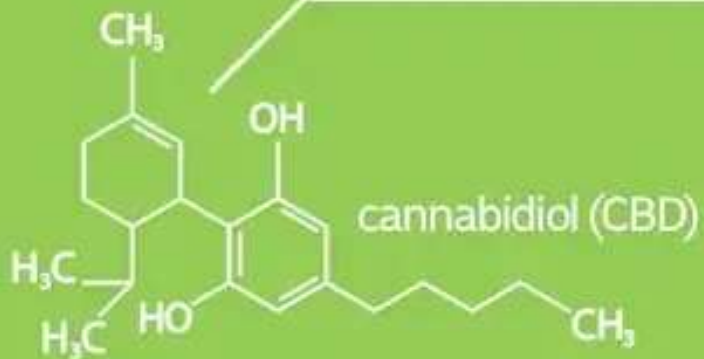
Cannabinoïdes thérapeutiques



Cannabidiol - Produit de « consommation »

CBD

Propriétés anxiolitiques et anti-inflammatoires sans effets euphorisants.



THC

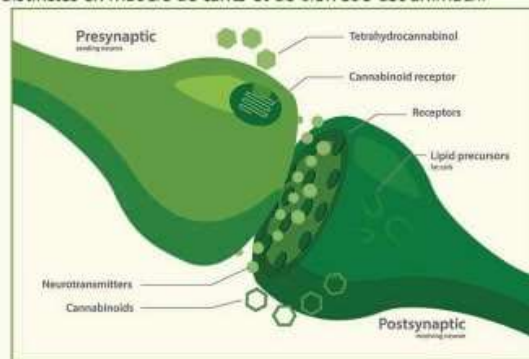
Effets psychoactifs, inhibition, sensation de planer.

CARTE DES RÉCEPTEURS CBD HUMAINS

VOTRE CORPS POSSÈDE NATURELLEMENT DES RÉCEPTEURS CB1 ET CB2 QUI SONT SITUÉS DANS TOUT LE CORPS HUMAIN. DES ÉTUDES MONTRENT QUE LE CBD AGIT EN MODIFIANT LES RÉCEPTEURS CB1 ET CB2 QUI, EN RETOUR, AIDENT LES RÉCEPTEURS CB1 ET CB2 À COMBATTRE L'INFLAMMATION.

Le système endocannabinoïde

Le CBD, le CBN et le THC s'insèrent tels une serrure et une clé dans les récepteurs existants. Ces récepteurs font partie du système endocannabinoïde qui a un impact sur les processus physiologiques affectant la modulation de la douleur, l'appétit et les effets anti-inflammatoires ainsi que d'autres réponses du système immunitaire. Le système endocannabinoïde comprend deux types de récepteurs, CB1 et CB2, qui remplissent des fonctions distinctes en matière de santé et de bien-être des animaux.



Cannabinol



Tetrahydrocannabivarin



Tetrahydrocannabinol



Cannabidiol



Cannabigerol



Cannabigerol

Les récepteurs CB1 se trouvent principalement dans le cerveau et le système nerveux central et, dans une moindre mesure, dans d'autres tissus

CB1

La CBD ne s'adapte pas directement aux récepteurs CB1 ou CB2 mais a des effets indirects puissants encore à l'étude

CB2

Les récepteurs CB2 se trouvent principalement dans les organes périméridaires, en particulier les cellules associées au système immunitaire.

Les récepteurs CB1 sont localisés dans ces cellules :

Cerveau/CNS/Corde spinale (CB1)
 Cortical regions (CB1) : (néocortex, cortex pyriforme, hippocampe, amygdale)
 Cerebellum (CB1) :
 Tronc cérébral (CB1) :
 La basal gangliale (CB1) :
 Globus pallidus, substantia nigra pars reticulata
 Bulbe olfactif (CB1)
 Thalamus (CB1)
 Hypothalamus (endocrine-grain link CB1)
 Pituitaire (CB1)
 Thyroïde et glande endocrinienne ((CB1))
 Voie aérienne au périmère (d'ammonifères CB1)
 Foie (CB1) Cellules de Kupffer (macrophage)
 cellules immunitaires, les hépatocytes (cellule hépatique)
 cellules stellaires hépatiques (cellule de stockage des graisses)
 Surrénales (glande endocrinienne CB1)
 Ovaïres (gonades and glande endocrinienne CB1)
 Uterus (myomètre CB1)
 Prostate (CB1) : épithéliale et lisse
 cellules musculaires
 Testes (gonades and glande endocrinienne CB1)
 cellules de Leydig ; spermatozoïdes

Les récepteurs CB1 et CB2 sont localisés ici :

Oeil (CB1 et CB2)
 rétinal pigmented epithéliales/RPE
 Cœur (CB1 et CB2)
 Estomac (CB1 et CB2)
 Pancréas (CB1 et CB2)
 Digestif (CB1 et CB2)
 Os (CB1 et CB2)
 Non-CB1 et non-CB2 sont localisés ici :
 Vaisseaux sanguins : cellules épithéliales des vaisseaux sanguins artériels (non CB1 et non CB2)
 Les récepteurs CB2 sont situés dans les cellules : du système lymphatique et immunitaire
 Rate (CB2)
 Thyroïde (CB2)
 Tonsilles (CB2)
 les lymphocytes sanguins (CB2)
 Les récepteurs CBD des cellules non immunes se trouvent dans les kératinocytes de la peau

CBD...



THC et CBD effets

THC

- Antinauseux
- Orexigène
- Décontractant musculaire
- Analgésique
- Antiinflammatoire
- Antiallergique
- Antidépresseur
- Anxiolytique
- Anti- H1
- Baisse pression intraoculaire
- Bronchodilatateur
- Antiépileptique
- Antipruritique
- Anti diarrhéique

CBD

- Antiépileptique
- Anxiolytique
- Antidépresseur
- Antipsychotique
- Antiinflammatoire
- Analgésique
- Anti addictions



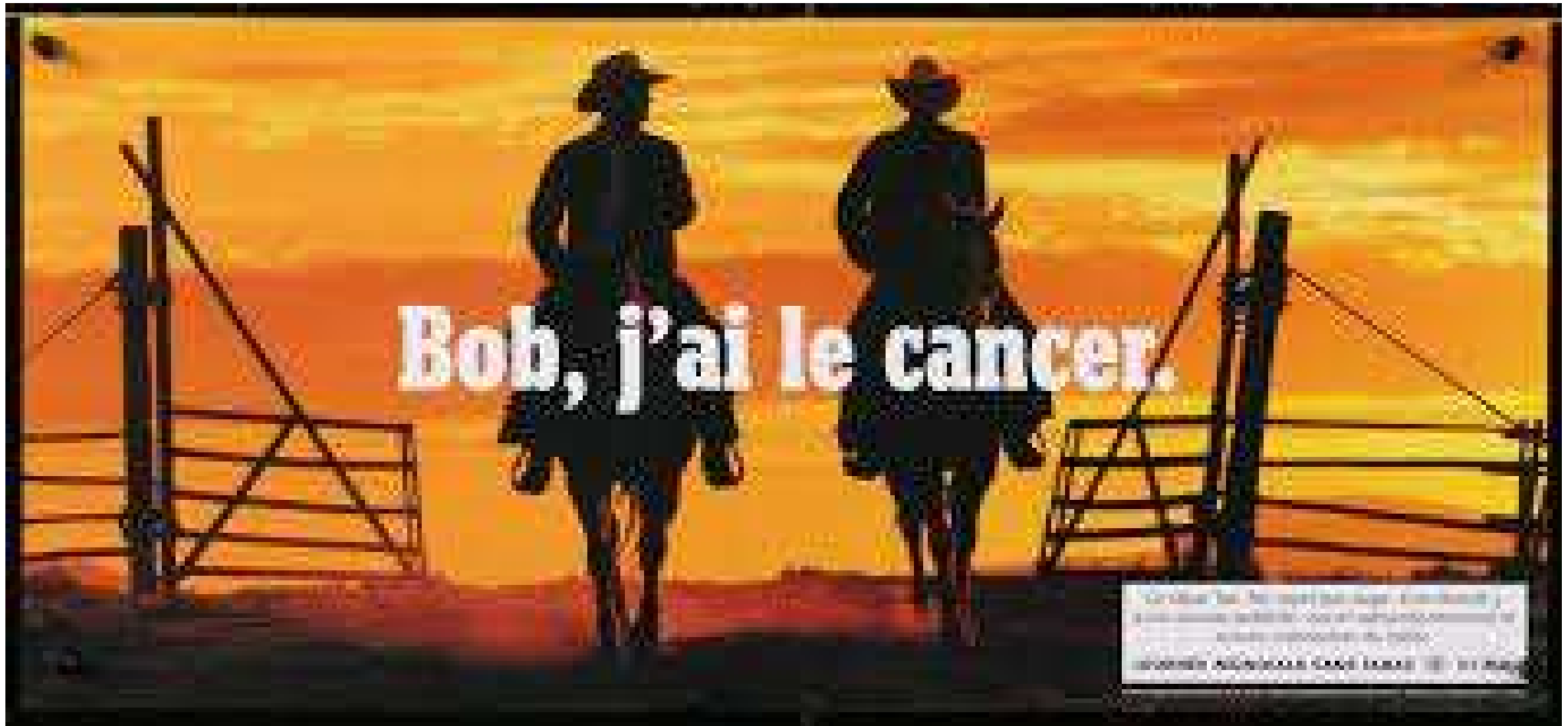
Weed Shop
Seed Shop



LE TABAC

Des adversaires, un ennemi..





Et la chicha...



LA CHICHA, C'EST QUOI ?

C'est une pipe à eau permettant de fumer du tabac chauffé au charbon de bois.

Goudrons

Le tabac est chauffé et brûlé par un charbon. Naturel à l'origine, il est souvent remplacé par un charbon à allumage rapide qui produit des quantités encore plus importantes de substances toxiques, au moment de sa combustion.

Métaux lourds

Ce qui est fumé, c'est du tabac appelé « tabamel » une pâte humide composée de tabac, de mélasse et d'essences chimiques de fruits.

Nicotine

L'eau ne filtre qu'une partie des substances nocives. Elle sert surtout à refroidir la fumée, ce qui t'incite à inhaler plus profondément et t'expose aux goudrons, métaux et particules fines, tous toxiques.

Ce côté sucré rend la fumée apparemment douce et attractive au goût et te fait croire que tu ne fumes pas de tabac.

Particules toxiques



**REDUIS
LES RISQUES**



ET TA SANTE ?

Si tu fais le choix de consommer, voici quelques conseils pour réduire les risques :

Quel matériel ?

- Evite les charbons à allumage rapide et utilise plutôt du charbon de bois naturel
- Evite les feuilles d'aluminium alimentaires et préfère les feuilles plus épaisses (disponibles en boutique spécialisée)
- Utilise uniquement de l'eau dans le réservoir et change-la aussi souvent que possible

Comment ?

- Répartis les braises uniformément afin de ne pas carboniser le tabac
- Limite autant que possible le temps d'exposition à la chicha et avale peu profondément la fumée
- Utilise un embout en plastique différent pour chacun des fumeurs ou fumeuses

Où ?

- Utilise la chicha en plein air ou alors dans un lieu bien aéré.

N'oublie pas...

La chicha peut être un facteur de rechute au tabac pour un ex-fumeur de cigarettes

Et à choisir...

Certains utilisent la chicha électronique qui émet de la vapeur et non de la fumée

CE QUE DIT LA LOI

Puisque la chicha c'est du tabac, sa consommation est réglementée de la même manière :

- Il est interdit de fumer dans les lieux à usage collectif
- la vente se fait uniquement en bureau de tabac et est interdite aux mineurs

Les bars exclusivement dédiés à la chicha sont interdits mais ils sont nombreux à contourner la loi en adoptant le statut d'association culturelle, de salon de thé, etc.

C'est la nicotine qui rend accro au tabac.

Même si l'eau filtre une partie de la nicotine dans la chicha, le fait d'inhaler plus profondément t'expose au risque de dépendance.

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz incolore, inodore et très toxique. De tous les modes de consommation (cigarette, cigare, pipe, joint), la chicha est celui où le taux de CO est le plus élevé. Il prend la place d'une partie de l'oxygène dont tu as besoin pour vivre, diminue les performances physiques pendant 24 heures et peut provoquer essoufflements, maux de tête et vertiges. A terme, il augmente le risque de maladies cardio-vasculaires et respiratoires.

La plupart des goudrons produits par la combustion du « tabamel » et du charbon traversent l'eau et atteignent les voies respiratoires, en provoquant irritation et toux. Ils contiennent également des substances chimiques cancérigènes.

Le tabagisme passif

Les non-fumeurs sont aussi exposés à la fumée que la chicha dégage : c'est le tabagisme passif. En fumant dans une pièce fermée, le taux de pollution peut dépasser de plus de 10 fois les niveaux d'alerte à la pollution des villes.

Une séance de chicha
(environ 45 minutes)

	Équivalences
Nicotine	= 1,5 cigarettes
Monoxyde de carbone	= 20 cigarettes
Goudrons	= 26 cigarettes
Volume de fumée avalée	= 40 cigarettes

RÉSEAU DE PRÉVENTION DES ADDICTIONS

LSPS
RESEAU FRANÇAIS DE SAINES PRATIQUES DE SANTÉ

**LA CHICHA
TU EN SAIS QUOI ?**

Une chicha, c'est rien!

1 séance = 40 cigarettes!

L'eau filtre la fumée!

Seulement une petite partie des substances toxiques.

C'est que du goût!

C'est du tabamel = Tabac + mélasse + essences chimiques de fruits

Moins dangereux que la cigarette!

L'exposition aux goudrons, métaux et particules fines, est tout aussi toxique.

Même pas accro!

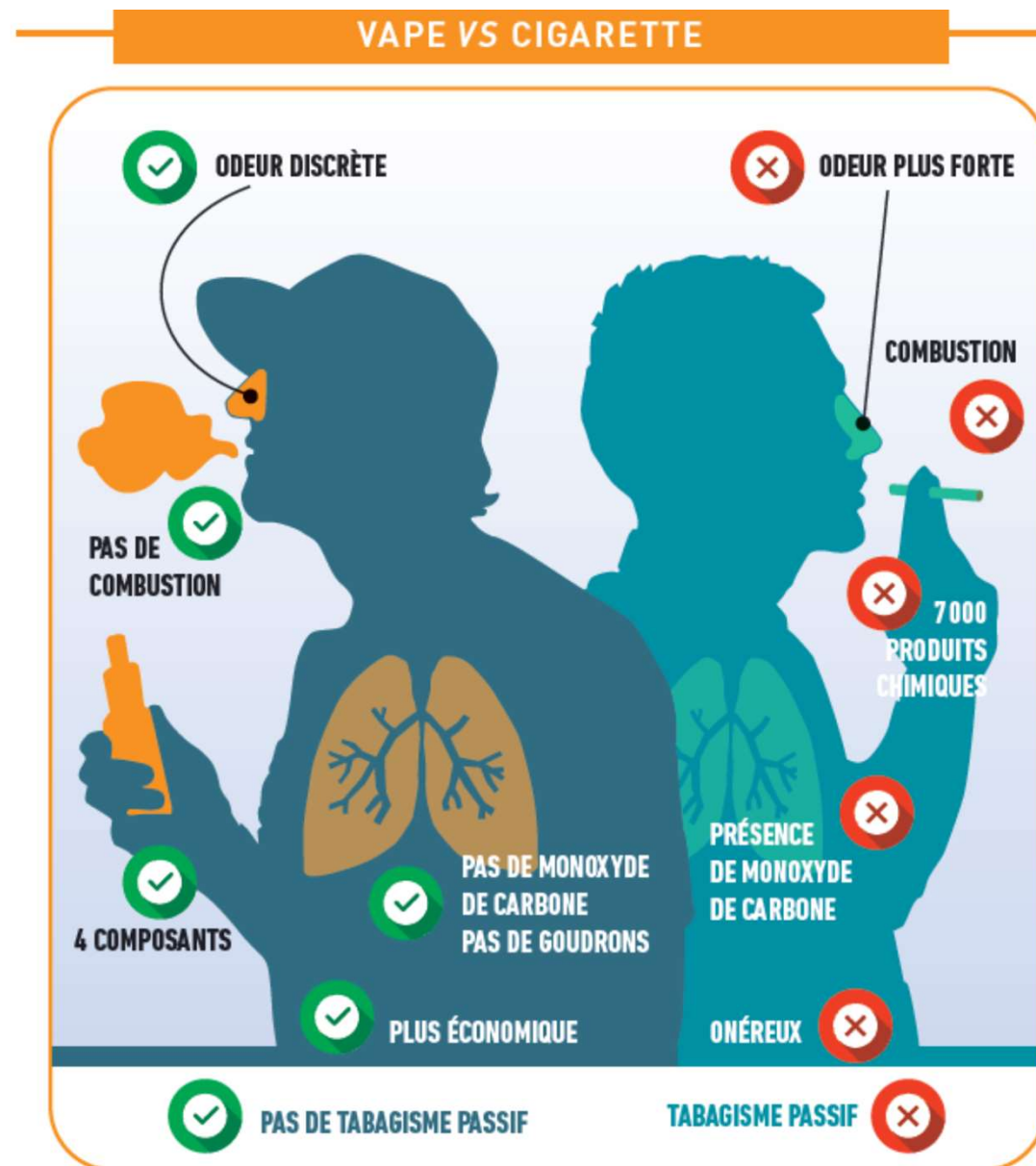
Il y a de la nicotine, donc ça rend dépendant!



Et la vape...



- **Le vapotage peut aider les fumeurs à arrêter.** Il permet d'apporter de la nicotine aux fumeurs dépendants sans les composants nocifs de la fumée du tabac et en évitant la plupart des dommages causés par le tabagisme.
- Vapoter dégage 95 % moins de substances toxiques et cancérigènes que fumer.
- En vapotant la dépendance à la nicotine s'estompe dans la majorité des cas.



Ne pas perdre de vue que le risque est d'un autre type



Et la puff...





C'est quoi une puff ?

Puff, ça veut dire « bouffée » en anglais.
C'est une cigarette électronique jetable

COMMENT ÇA MARCHE ?

Une pile (ici non rechargeable) permet de chauffer une résistance électrique entourée d'une mèche imbibée d'un e-liquide composé de propylène glycol et de glycérol, d'arômes artificiels et souvent de nicotine (ou de sels de nicotine).

En chauffant, le e-liquide se transforme en fines gouttelettes qui forment de la vapeur.

QUELLE DIFFERENCE ENTRE UNE PUFF ET UNE VAPE ?

Les cigarettes électroniques (ou vapes) sont conçues pour aider les fumeurs à arrêter leur consommation de tabac.

Au contraire les puffs sont conçues pour toucher les adolescentes et adolescents non-fumeur.euse.s et les rendre accros à la nicotine.

2% DE NICOTINE...

ÇA VEUT DIRE QUOI ?

La législation en Europe interdit les e.liquides contenant plus de 20mg/ml de nicotine.

En masse, cela correspond à environ 1,8% de nicotine.
Un e-liquide à 2% dépasse le taux maximum de nicotine.

C'EST PLUS QUE LE MAX AUTORISÉ !



C'est juste
des goûts...
*pas vraiment,
c'est du propylène
glycol, du glycérol,
souvent de la nicotine
et des arômes artificiels*



La puff,
c'est sans danger
*Pas vraiment, tu risques d'être accro
à la nicotine et même sans nicotine
être accro au geste!*



Solvants organiques



LES POPPERS





Protoxyde d'azote

Usage médical



Gaz N_2O pur : adjuvant en **anesthésie générale**, réservé usage hospitalier et toujours associé à de l'**oxygène**

Gaz MEOPA (mélange équimolaire avec oxygène) : **analgésie** de courte durée des actes douloureux ou en cas de douleur légère à modérée ou en cas d'obstétrique, **sédation** en soins dentaires

Usage domestique



Gaz N_2O pur : utilisé comme **propulseur** dans cartouches / capsules pour siphons culinaires (et aérosols prêt à l'emploi)

Usage industriel

Agent comburant dans les laboratoires, l'industrie électronique, automobile et aérospatiale.

Usage détourné



A visée récréative par jeunes adultes et adolescents en contexte festif

Concerne désormais les cartouches pour siphons ou, depuis peu, les *smartwhips*

Effets recherchés :

- **désinhibition, euphorie, hilarité**
- **distorsion des perceptions visuelles et auditives**

Parfois associé à d'autres psychoactifs

Protoxyde d'azote

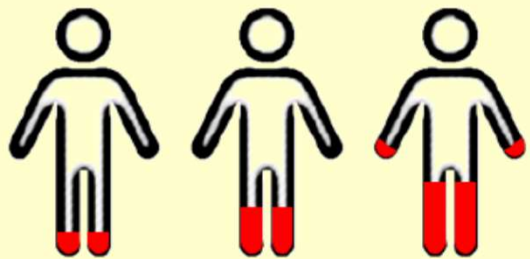
Exposition aiguë : **gelures et brûlures au froid**



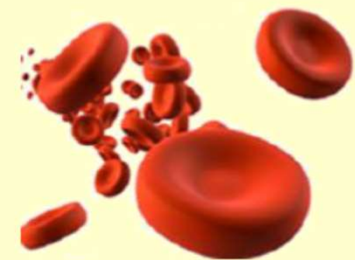
- au niveau de l'oropharynx : œdème
- selon modalités de prise (gaz non détendu, inhalé directement depuis le contenant)

Exposition chronique : **déficit en vitamine B12 active**

neuropathies sensitivomotrices (démýélinisation)



anémie mégalo-blastique





#protoxyde d'azote

Le proto c'est quoi ?

- › Le protoxyde d'azote (N_2O) est un gaz utilisé en cuisine (siphon à chantilly par exemple).
- › Il est vendu sous la forme de cartouches ou de bonbonnes.
- › Appelé aussi **gaz hilarant** ou « **proto** » son usage est détourné principalement par les collégiens, les lycéens et les étudiants et consiste à inhaler le gaz des cartouches avec un ballon.
- › Le protoxyde d'azote (N_2O) est également utilisé pour les anesthésies, dans ce cas son usage est très encadré.





#protoxyde d'azote

Le proto ça fait quoi ?

Les jeunes qui consomment du gaz hilarant recherchent :

- > Un effet rapide
- > Une euphorie et/ou un fou rire incontrôlable
- > Un état de « flottement »
- > Des distorsions sensorielles





#protoxyde d'azote

Que dire à un jeune qui consomme ?

- > Rappelez-lui que le mieux c'est de ne pas prendre de proto, expliquez-lui les risques et que la vente est interdite aux mineurs
- > Si vous êtes sûr qu'il en consomme, conseillez-lui de :
 - ✓ Inhaler dans un ballon car le gaz très froid peut provoquer des brûlures
 - ✓ Ne pas consommer debout pour éviter une chute
 - ✓ Bien respirer entre chaque inhalation
 - ✓ Ne pas multiplier les prises même si l'effet dure peu
 - ✓ Ne pas conduire après avoir consommé
 - ✓ Garder les cartouches loin des flammes
 - ✓ Appeler le 15 en cas de problèmes
- > En cas de difficultés à gérer sa consommation, orientez-le vers un dispositif spécialisé

DROGUES-INFO-SERVICE.FR

7/7 de 8h à 21h. Appel anonyme et gratuit 0 800 23 13 13



Les drogues

Cocaïne et crack



E. Merck

Some facts about Cocaine

E. Merck, Darmstadt, was the first to prepare COCAINE on a commercial scale, and Merck's Make has always occupied the premier position among brands of this Alkaloid, both as regards quality and quantity sold.

Merck's Cocaine is absolutely free from the amorphous Coca Alkaloids, the presence of which has been shown by experts to constitute a serious drawback.

Merck's Cocaine stands the severest tests, answering the fullest requirements of the P.D. 1898 and all other Pharmacopœias, and responds in a perfect manner to MacLagan's test.

Merck's Cocaine is an unsurpassed local anæsthetic.

To be had through the regular Trade channels.

AGENTS:

Messrs. F. D'G. RUSSELL & CO., P.O. Box 138, BRISBANE.

" C. A. BREMER & CO., (18 Leigh St., ADELAIDE.
221 Elizabeth St., MELBOURNE.

SURGICAL SUPPLY CO. LTD., AUCKLAND.

Darmstadt



AFFECTIONS DE LA GORGE

ANTISEPTIQUE
DRAGEES

ANESTHESIE

ANTISEPTIQUES

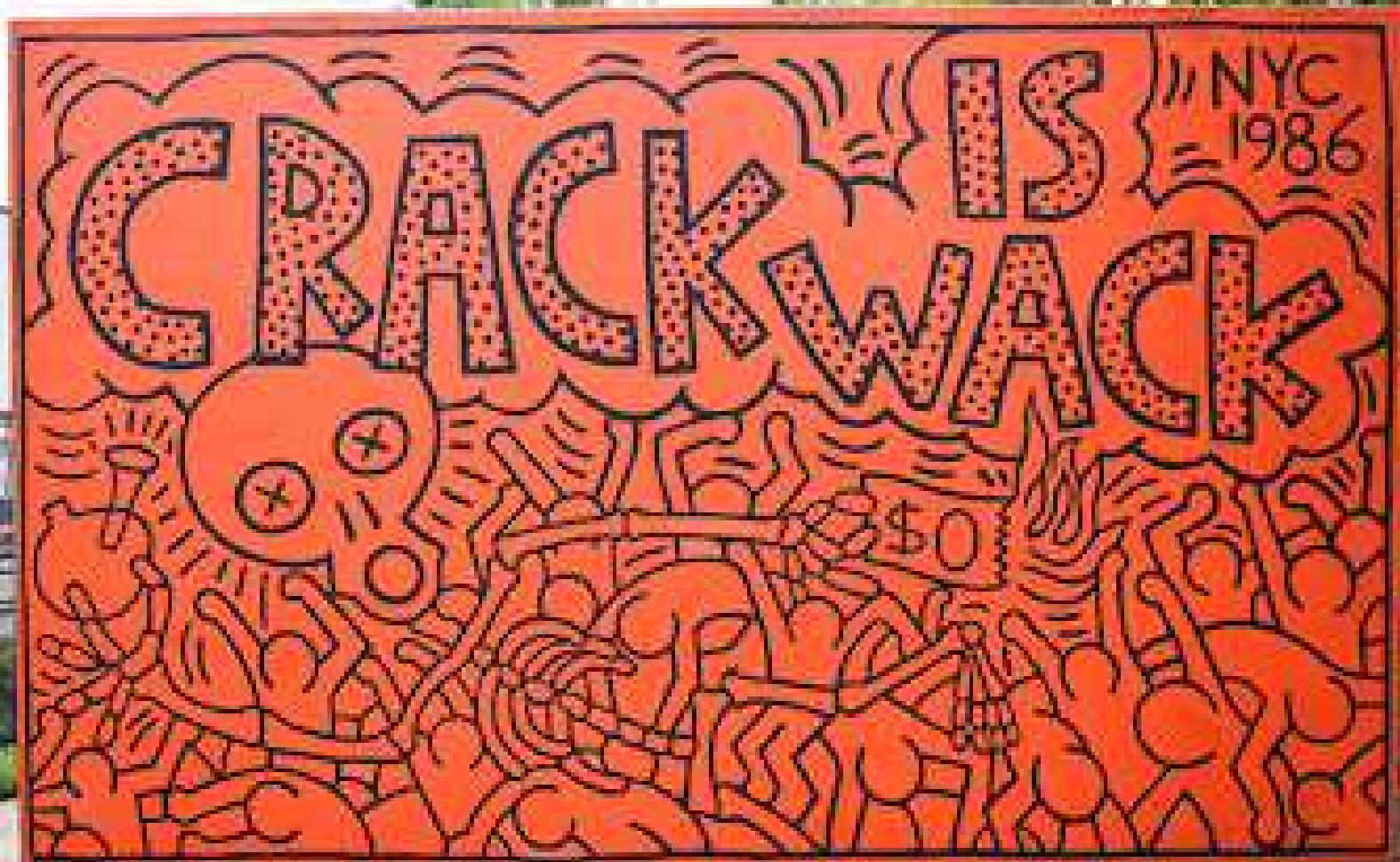
AU MENTHOL

BORATE DE SOUDE ET CHL. DE COCAINE
Calment instantanément les maux de gorge, toux,
enrouement, etc. — Restituent aux cordes vocales
leur souplesse et leur élasticité.
Indispensables aux chanteurs, professeurs et orateurs.

DOSE : 8 à 10 dragées par jour; laissez fondre doucement dans la bouche

V. VANDEBROEK PHARMACIEN
6, Place Verte, ANVERS. Téléphone :





CRACK



PROPRIETARY ARTICLES

BURNETT'S
STANDARD **PERFECTLY** PURE **FLAVORING**
HIGHLY **CONCENTRATED**
EXTRACTS

JOSEPH BURNETT & CO., BOSTON, MASS.

THE
BEST HAIR DRESSING
COCOINE

It kills Dandruff, promotes the
Growth of the Hair, cures Scald Head
and all Irritation of the Scalp.

JOSEPH BURNETT & CO., BOSTON, MASS.



HIS HOLINESS POPE LEO XIII AWARDS GOLD MEDAL

In Recognition of Benefits Received from



VIN MARIANI

MARIANI WINE TONIC

FOR BODY, BRAIN AND NERVES

SPECIAL OFFER - To all who write us mentioning this paper, we send a book containing portraits and endorsements of EMPERORS, EMPRESS, PRINCES, CARDINALS, ARCHBISHOPS, and other distinguished personages.

MARIANI & Co., 52 WEST 15TH ST. NEW YORK.

*FOR SALE AT ALL DRUGGISTS EVERYWHERE. AVOID SUBSTITUTES. BEWARE OF IMITATIONS.
PARIS-41 Boulevard Haussmann, LONDON-83 Mortimer St. MONTREAL-87 St. James St.*

COCA-COLA SYRUP

©THE COCA-COLA COMPANY

Prepared with sugar and water, phosphoric acid, caffeine, extractives from coca leaves (cocaine removed) and cola nuts, and other flavoring material, colored with caramel.

For Relief of Simple Nausea or Vomiting.

DOSE: One or two teaspoonfuls over crushed ice and sip slowly, or as directed by physician. Repeat hourly if needed. **Keep all medicines out of reach of children.**

CAUTION: If condition continues after a few doses, consult your physician.

NET

FLD OZS

PACKED BY

Les drogues

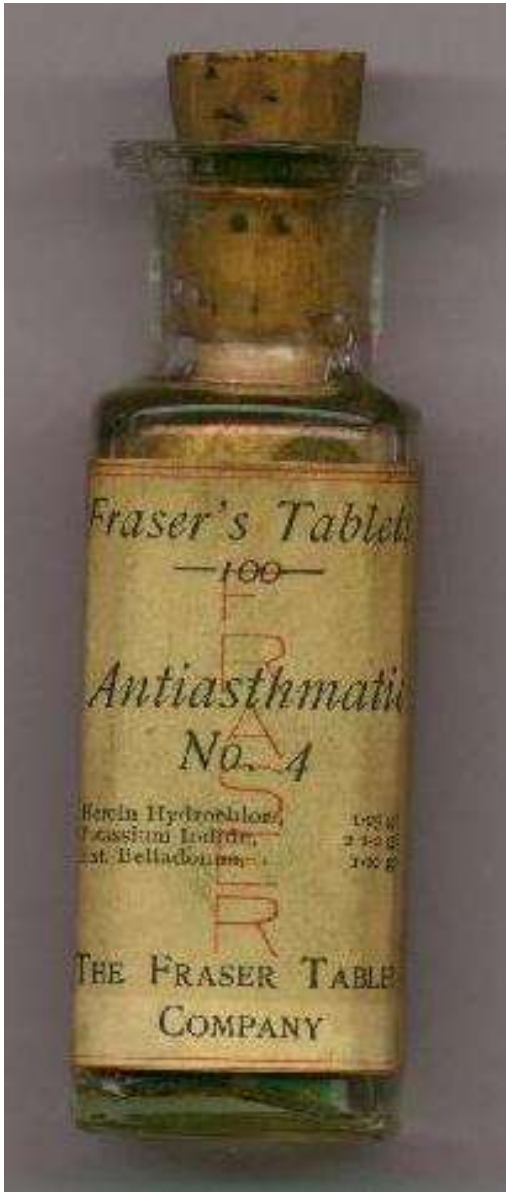
Les opiacés







L'HEROINE EST UN OPIACE PUISSANT,
OBTENU A PARTIR DE LA MORPHINE.
LES OPIACES SONT DES SUBSTANCES
NATURELLES CONTENUES DANS LE LATEX
(OPIUM) RECUEILLI SUR UNE PLANTE,
LE PAVOT.



1887

Mrs. Winslow's

SOOTHING
SYRUP



J. Chalmers, Lark Ave.

Glyco-Heroin-(Smith)

Compared with Codeine and Morphine

IN THE TREATMENT OF _____

COUGHS, BRONCHITIS, PHTHISIS,
ASTHMA, LARYNGITIS, PNEUMONIA
AND WHOOPING COUGH.



ASIDE from the after-effects of Morphine such as nausea, general lassitude, vomiting and vertigo, it has the disadvantage that the patient becomes readily addicted to it and chronic morphinomania occurs, especially in neurotic persons.

Codeine in its physiologic action resembles narcotine, though the narcotic stage is not so much pronounced. When administered in small doses intestinal peristalsis is promoted, while in large doses it produces diarrhea in consequence of complete relaxation of the intestinal muscles, owing to paralysis of the nerve centers governing the intestines.

The sedative action of Codeine is unreliable.

Expectoration is not promoted by Morphine or Codeine, while Glyco-Heroin-(Smith) acts as a stimulant to the respiratory center and stagnation of the secretions is excluded.

Ten times as much Heroin as Codeine is required to produce toxic effects.

Furthermore, ten times more by weight of Codeine than Heroin is required to produce the desired slowing of expiration.

Comparative doses of Glyco-Heroin-(Smith) and Codeine show the latter to produce nausea, vomiting and vertigo, while these symptoms are absent during the administration of Glyco-Heroin-(Smith).

Unlike Morphine preparations Glyco-Heroin-(Smith) does not constipate.

Physicians are advised to write for samples of Glyco-Heroin-(Smith) that they may investigate and observe the exceptional efficacy of this preparation.

MARTIN H. SMITH CO.,
88 MURRAY STREET,
NEW YORK.

NOTE.—The adult dose of Glyco-Heroin-(Smith) is 40 grains and may be repeated, which is repeated every two hours as long as necessary to the same may require. To children of ten or more years, give from a quarter to half a dram.

To children of three or more years, give from a quarter to half a dram.

To children of three or more years, give from a quarter to half a dram.



NOTES.—Glyco-Heroin-(Smith) has such power to relieve, soothe and soothe, and has the quality of C. P. Glyco-Heroin-(Smith) and should be particularly powerful and effective. In case of severe cases, with severe cases of cough, the dose of Glyco-Heroin-(Smith) is the same as for ordinary cases. The quantity of Glyco-Heroin-(Smith) is the same as for ordinary cases.

Whence this Assurance of Efficacy?

FROM scientific investigations in Hospitals, Clinics and Sanitariums and the personal investigations by prominent physicians.

No other preparation has more successfully withstood such critical scrutiny.

No other preparation has had its therapeutic value more thoroughly defined or better established, than

GLYCO-HEROIN-(Smith)

as a remedy in the treatment of

Coughs, Bronchitis, Phthisis, Asthma, Laryngitis, Pneumonia and Whooping Cough.

MARTIN H. SMITH CO.,
88 Murray Street,
New York.

NOTE.—The adult dose of Glyco-Heroin-(Smith) is 40 grains and may be repeated, which is repeated every two hours as long as necessary to the same may require. To children of ten or more years, give from a quarter to half a dram.

To children of three or more years, give from a quarter to half a dram.

To children of three or more years, give from a quarter to half a dram.

Physicians are advised to write for samples of Glyco-Heroin-(Smith) that they may investigate and observe the exceptional efficacy of this preparation.

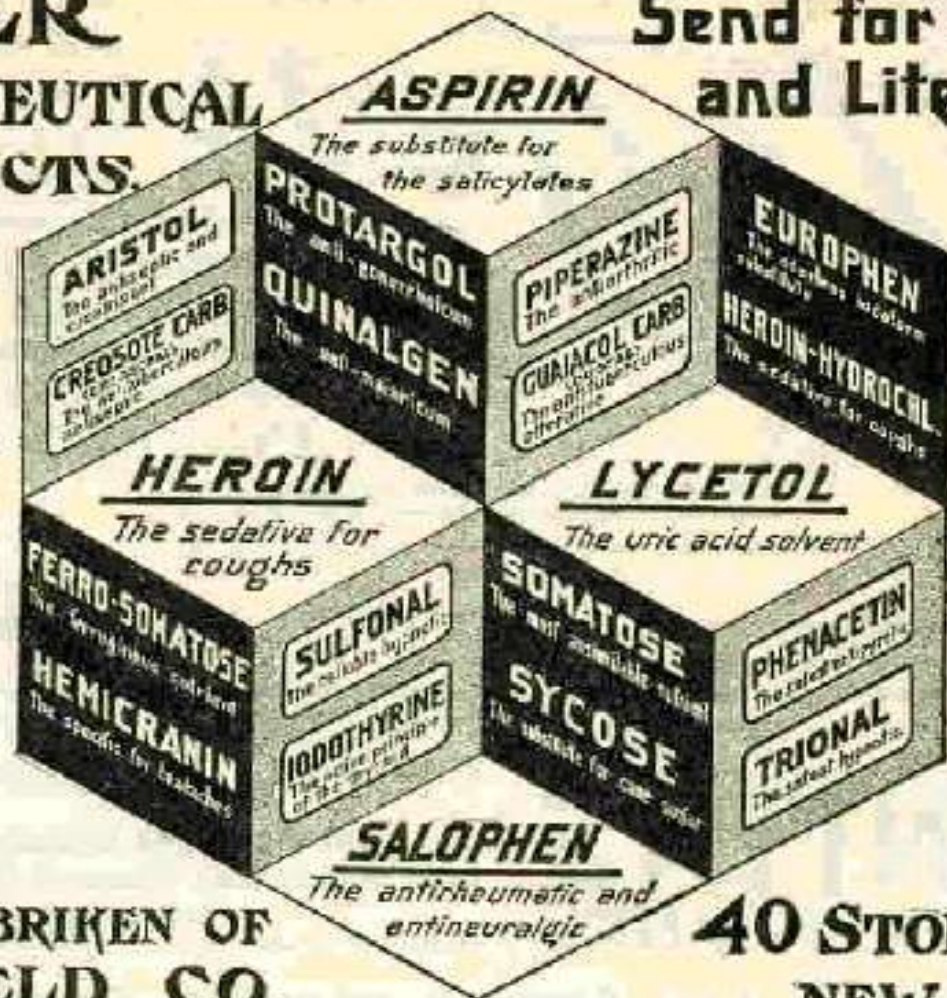
NOTES.—Glyco-Heroin-(Smith) has such power to relieve, soothe and soothe, and has the quality of C. P. Glyco-Heroin-(Smith) and should be particularly powerful and effective.

In case of severe cases, with severe cases of cough, the dose of Glyco-Heroin-(Smith) is the same as for ordinary cases. The quantity of Glyco-Heroin-(Smith) is the same as for ordinary cases.

The quantity of Glyco-Heroin-(Smith) is the same as for ordinary cases.

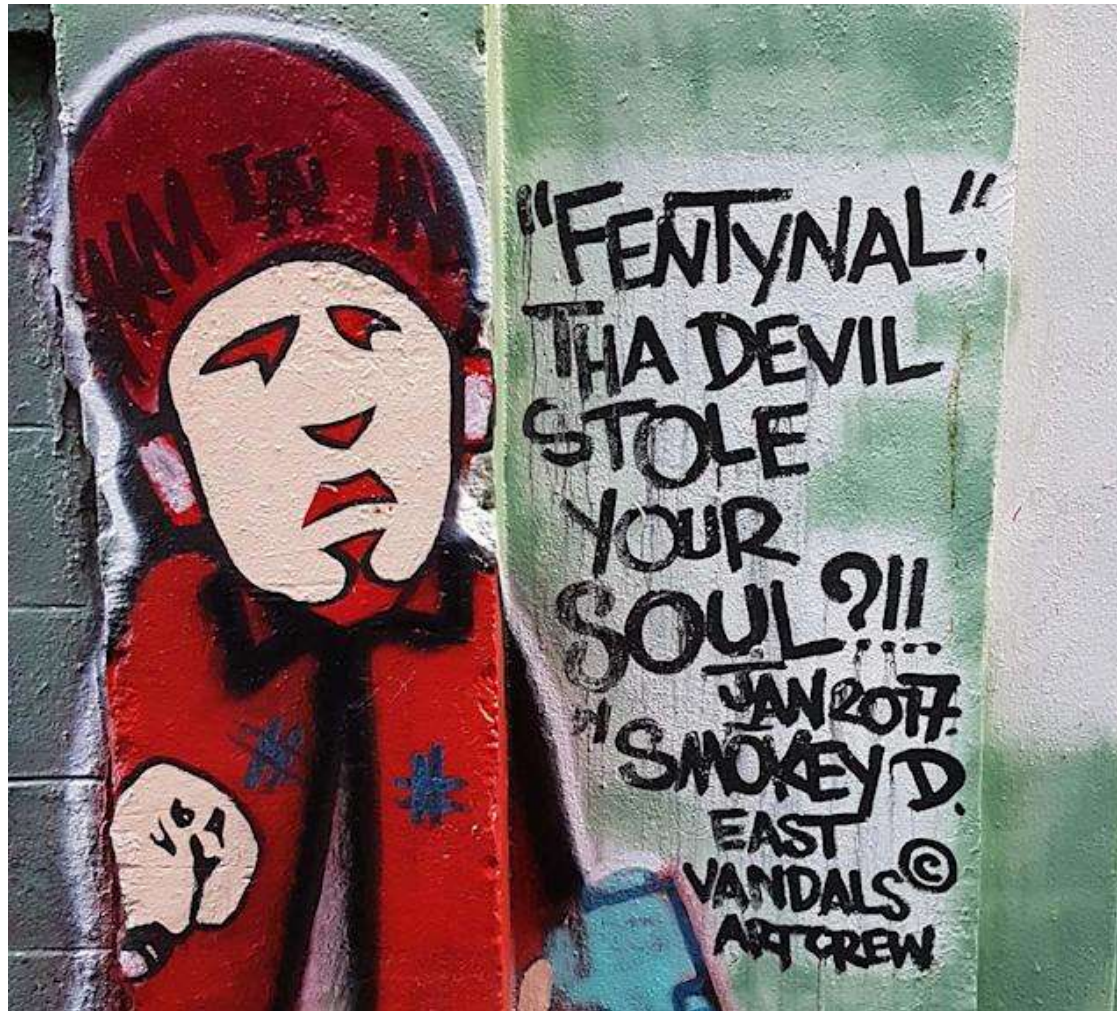
BAYER PHARMACEUTICAL PRODUCTS.

Send for samples and Literature to



FARBENFABRIKEN OF
ELBERFELD CO.

40 STONE STREET,
NEW YORK.







LES PSYCHOTROPES

Benzodiazépines et apparentés



2mg Klonopin

0.5 mg Klonopin

5mg Valium

0.25 mg Xanax

5mg dexamphetamine

sixthseal.com



LA KÉTAMINE





Lie
s

f
itals

FDA Approves New Use of SPRAVATO™ (esketamine) for Major Depressive Disorder and Acute Suicidal Behavior



Les drogues

Psychédéliques





L.S.D.

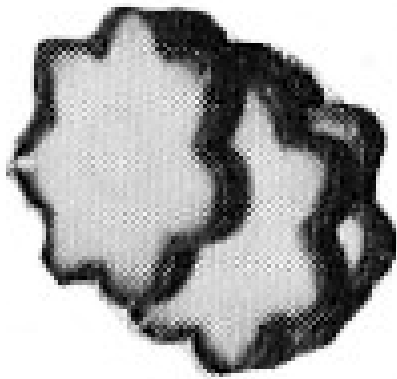


PSYLOCIBE



Psilocibe

CACTUS







Les amphétaminiques



THE FIRST TEN YEARS

1928-1938

Ten years ago, our research staff began to investigate the therapeutic potentialities of 'Benzedrine' (amphetamine, S.K.F.). Three years later, after extensive pharmacological and clinical tests, the compound, in the form of 'Benzedrine Inhaler', was placed on the market.

By the end of 1938, more than ten million 'Benzedrine Inhalers', including samples to physicians, had been shipped from our laboratories.

Such a record, on the part of a product advertised only to the medical profession, demonstrates conclusively that 'Benzedrine Inhaler' has earned the confidence of the physician.

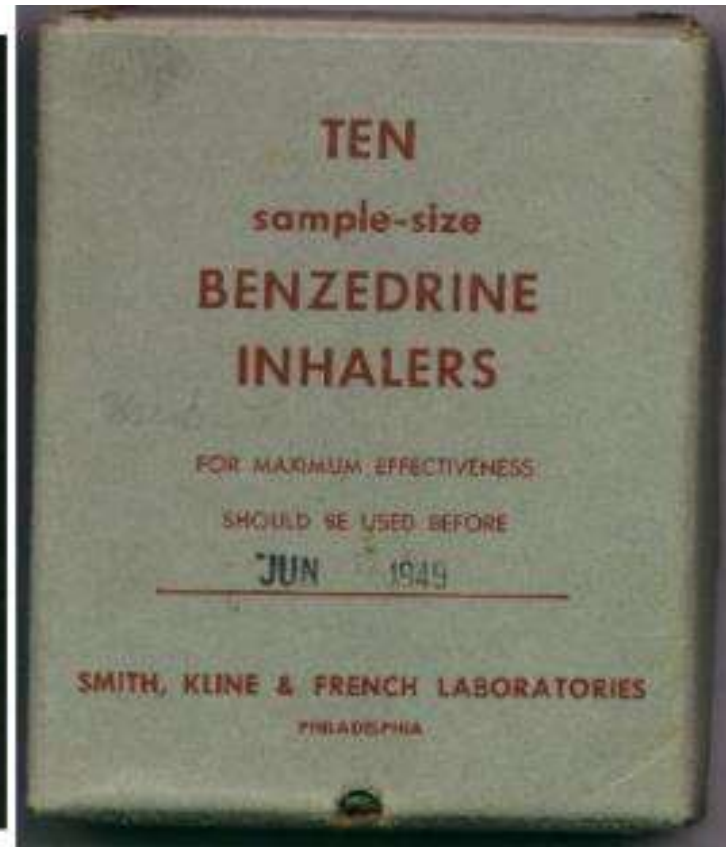
**BENZEDRINE
INHALER**
A VOLATILE VASOCONSTRICTOR



Each tube is packed with amphetamine, S.K.F., 5.525 Gm., and oil of lavender, S.K.F. Co., each tube 0.2175 Gm. 'Benzedrine' is S.K.F.'s trademark. Reg. U.S. Pat. Off. for this model inhaler and for their brand of amphetamine.

SMITH, KLINE & FRENCH LABORATORIES, PHILADELPHIA









MDMA : autorisation FDA en cours pour PTSD et EDM

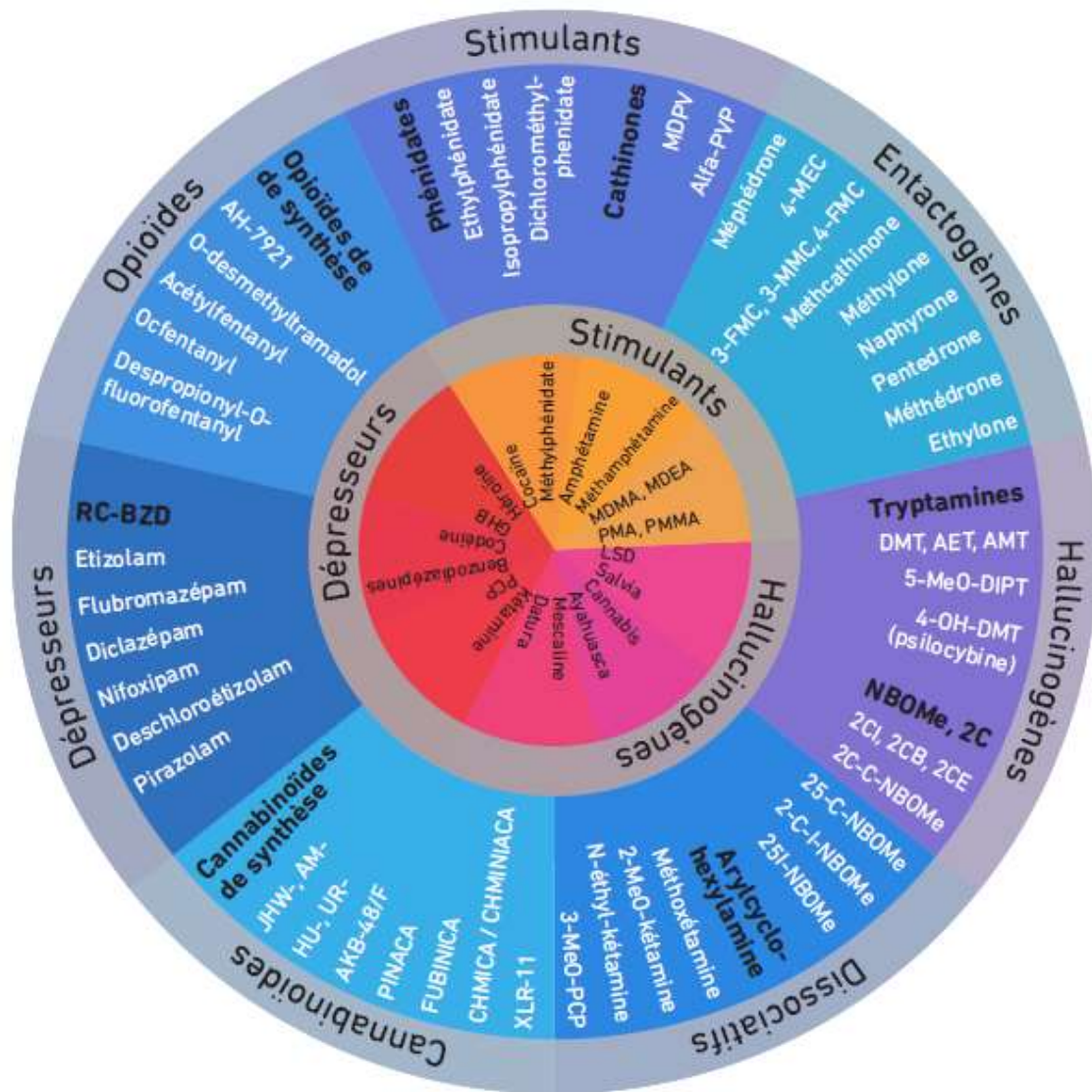
TRAMADOL





NPS ou RC





Cercle intérieur: Substances Psychoactives dites "classiques"
 Cercle extérieur: Nouveaux Produits de Synthèse (NPS)

International Network of
 Health Promoting Hospitals
 & Health Services

Modifié par le Centre d'Addictovigilance de Paris • <http://addictovigilance.aphp.fr>
 Not to be used for commercial purposes, visit www.thedrugswheel.com for licencing details



The Drugs Wheel by Mark Adley is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Permissions beyond the scope of this license may be available by contacting mark@thedrugswheel.com.

Designed in collaboration with DrugWatch: an informal association of charities, organisations and individuals who share an interest in establishing a robust early warning system in the UK for all types of drugs.



What else ?



- Consommations d'alcool, de tabac et de drogues :
 - Débutent souvent++ à l'adolescence.
 - Csq santé mentale/physique, bien-être court/lg terme.
 - Csq négatives dans le domaine éducatif : baisse motivation, échec scolaire ou abandon études.
 - Porte d'entrée++

- Nombreux facteurs de risque d'exposition consommation et csq

Figure n° 1
La dépendance

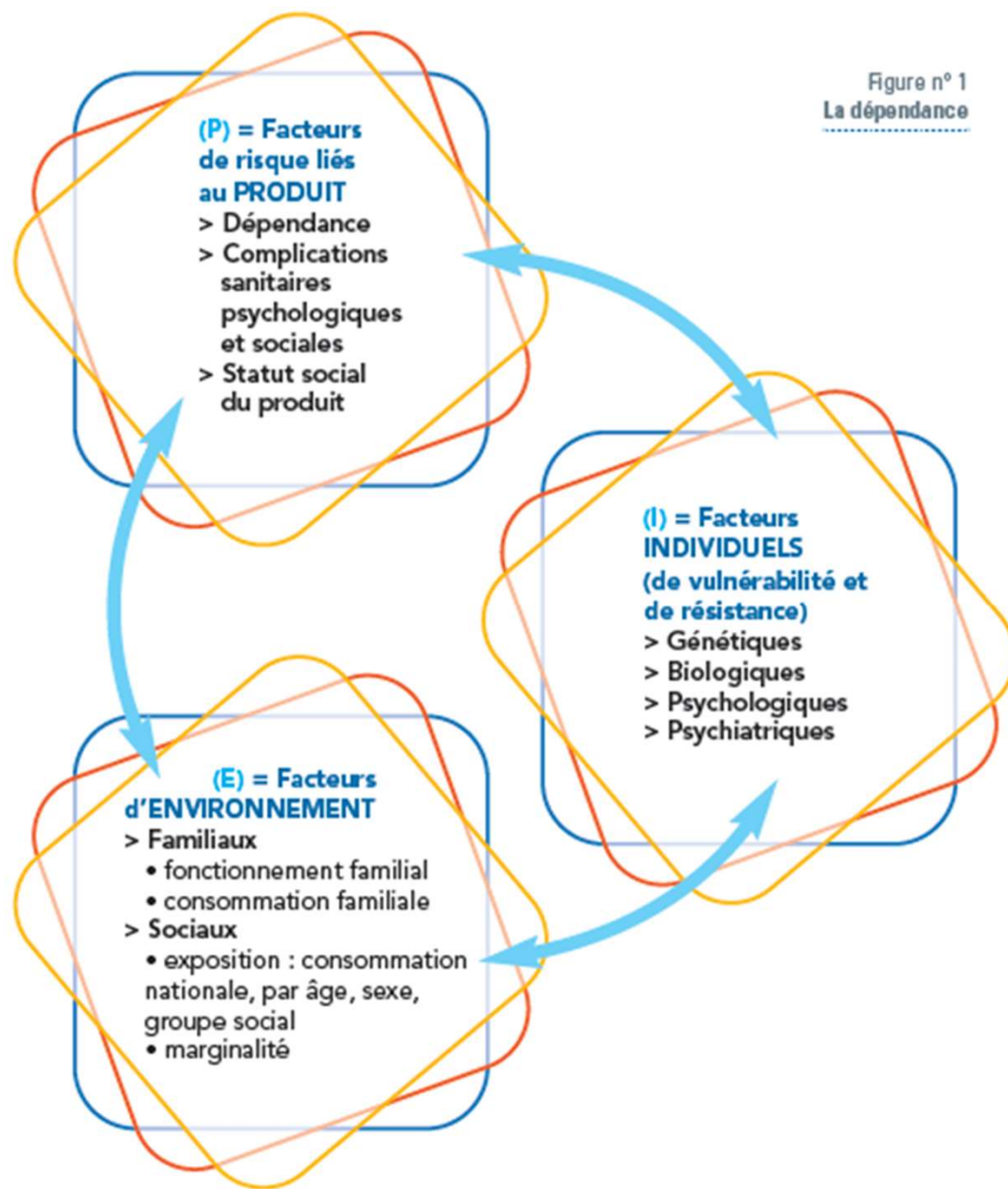
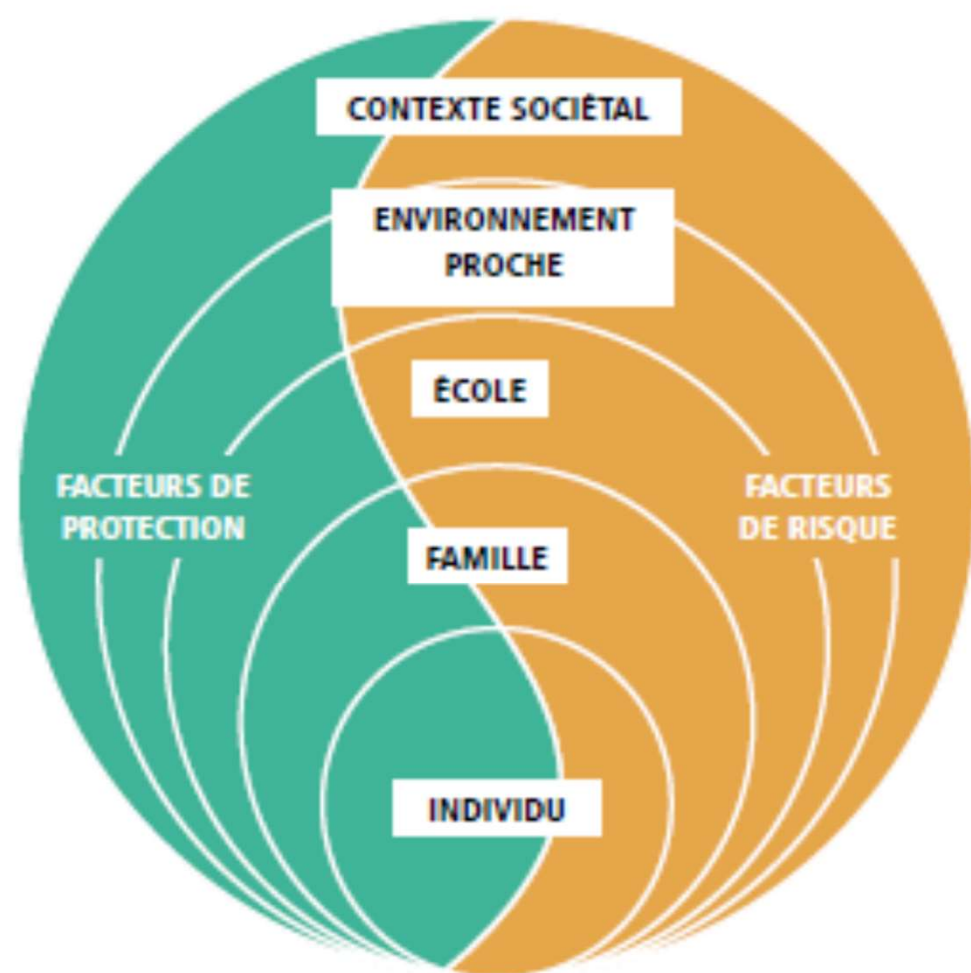
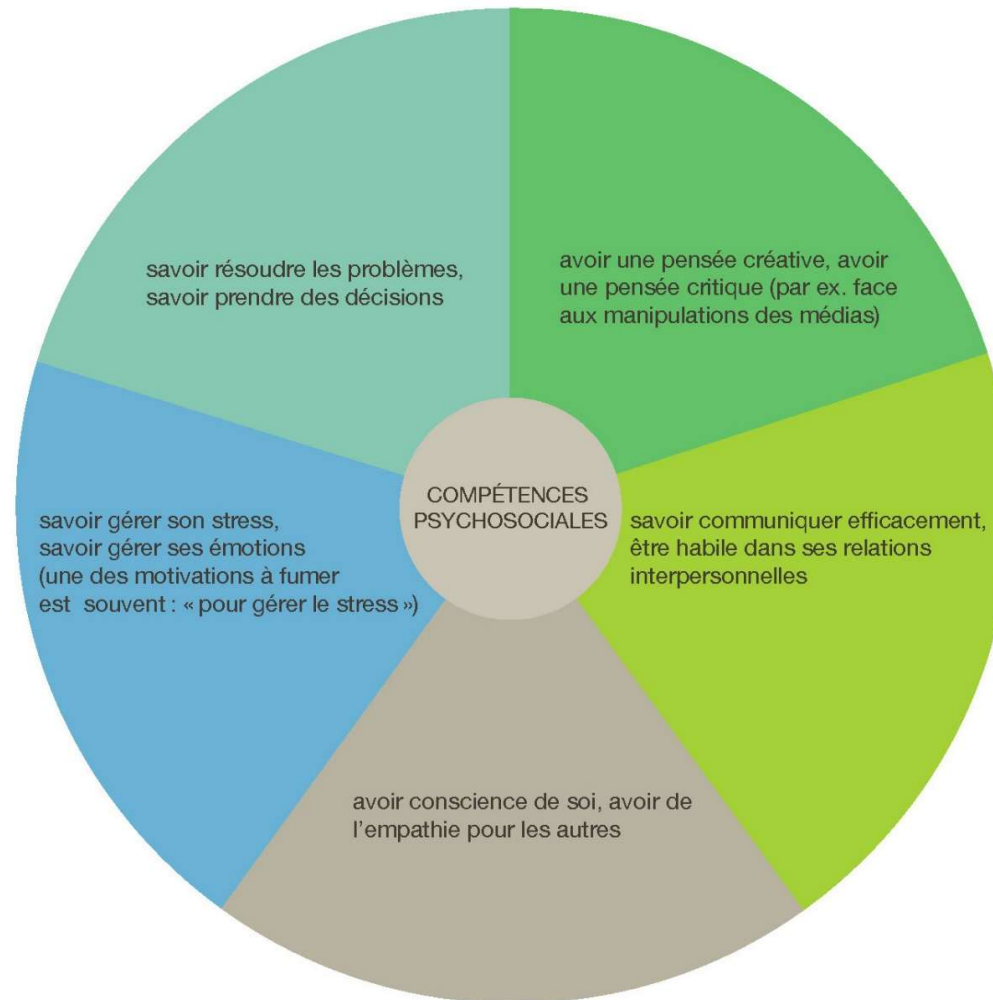


Figure 12. Catégories de facteurs influençant le risque de consommation de substances psychoactives chez un jeune



Les compétences psychosociales

VOICI CELLES QUI SONT MISE EN AVANT PAR L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ :



Pour ce qui est des consommations des jeunes...

- Des millions de jeunes consommateurs
- Des centaines de milliers de situations à haut risque
- Des jeunes socialisés / famille, école et/ou travail
- Ils sont donc en contact avec des intervenants potentiels
 - Parents
 - Pairs
 - Enseignants, éducateurs
 - Personnels de santé de l'éducation nationale
 - Médecins généralistes
 - Médecins du travail
 - Police, Justice
 - Urgences
 - Spécialistes...

Repérer...? REPERER !!



...

- C'est chercher à influencer un parcours
- Sur la base de la perception d'un risque ou d'un dommage
- En cherchant à aider une personne à se soustraire à ce risque ou à ce dommage
- Par le biais d'une intervention qu'on croit efficace... **Ou mieux, qu'on *sait* efficace...**

Repères importants pour travailler en prévention (1)

- Pièges à éviter :
 - Approche moralisatrice
 - Stigmatisation des consommateurs, étiquetage
 - Questions fermées, interrogatoire
 - Transmission d'information, comme stratégie unique
 - Essayer de convaincre
 - Utilisation de la peur
 - Interventions uniques (min : 5)

Repères importants pour travailler en prévention (2)

- **Bonnes pratiques en prévention:**

- Assurer la participation / l'expression des jeunes
 - Renforcer les espaces de dialogue
- Favoriser le développement d'aptitudes personnelles / compétences psychosociales
- S'intéresser au sens donné aux comportements et les facteurs sociaux qui les influencent
- Lier la prévention de la consommation à des projets plus larges

L'auto-évaluation en première ligne



→ LE QUESTIONNAIRE AUDIT A ÉTÉ CRÉÉ PAR L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ POUR TOUS LES ADULTES DE PLUS DE 18 ANS (cochez une réponse par ligne)

SCORE DE LA LIGNE

Dans cette colonne, les réponses valent : 0 → 1 → 2 → 3 → 4

1] À quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?
 jamais | 1 fois par mois ou moins | 2 à 4 fois par mois | 2 à 3 fois par semaine | 4 fois ou plus par semaine

2] Combien de verres standard buvez-vous au cours d'une journée ordinaire où vous buvez de l'alcool ?
 un ou deux | trois ou quatre | cinq ou six | sept à neuf | dix ou plus

3] Au cours d'une même occasion, à quelle fréquence vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

4] Dans les douze derniers mois, à quelle fréquence avez-vous observé que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de boire après avoir commencé ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

5] Dans les douze derniers mois, à quelle fréquence le fait d'avoir bu de l'alcool vous a-t-il empêché de faire ce qu'on attendait normalement de vous ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

6] Dans les douze derniers mois, à quelle fréquence, après une période de forte consommation, avez-vous dû boire de l'alcool dès le matin pour vous remettre en forme ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

Dans cette colonne, les réponses valent : 0 → 1 → 2 → 3 → 4

7] Dans les douze derniers mois, à quelle fréquence avez-vous eu un sentiment de culpabilité ou de regret après avoir bu ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

8] Dans les douze derniers mois, à quelle fréquence avez-vous été incapable de vous souvenir de ce qui s'était passé la nuit précédente parce que vous aviez bu ?
 jamais | moins d'une fois par mois | une fois par mois | une fois par semaine | chaque jour ou presque

9] Vous êtes-vous blessé(e) ou avez-vous blessé quelqu'un parce que vous aviez bu ?
 non | oui mais pas dans les douze derniers mois | oui au cours des douze derniers mois

10] Est-ce qu'un ami ou un médecin ou un autre professionnel de santé s'est déjà préoccupé de votre consommation d'alcool et vous a conseillé de la diminuer ?
 non | oui mais pas dans les douze derniers mois | oui au cours des douze derniers mois

VOS RÉPONSES AU QUESTIONNAIRE AUDIT

→ De 0 à 5 pour une femme ou de 0 à 6 pour un homme
 Votre consommation d'alcool ne devrait pas provoquer de risque pour votre santé. N'hésitez pas à demander conseil à votre professionnel de santé si votre situation change : prise d'un traitement, maladie chronique, grossesse...

→ De 6 à 12 pour une femme ou de 7 à 12 pour un homme
 Votre consommation d'alcool comporte vraisemblablement des risques pour votre santé, même si actuellement vous ne souffrez de rien. Lisez attentivement les recommandations ci-dessous et n'hésitez pas à demander conseil au professionnel de votre choix.

→ Au-delà de 12
 Il est possible que vous soyez dépendant de l'alcool. Cette dépendance peut être psychologique si vous ressentez un besoin de consommer malgré les inconvénients de cette consommation et/ou physique si la diminution ou l'arrêt de votre consommation entraîne des signes de "manque". N'hésitez pas à faire appel à un professionnel de santé ou consultez les sites Internet ci-dessous.

CANNABIS USE DISORDER IDENTIFICATION TEST - REVISED - version française (CUDIT-R-Fr)

Avez-vous consommé du cannabis au cours des 6 derniers mois ?

OUI

NON

Si OUI, répondez aux questions suivantes relatives à votre consommation de cannabis en entourant la réponse qui correspond le plus à votre consommation **au cours des 6 derniers mois**. Veuillez répondre à toutes les questions.

Points

1 À quelle fréquence consommez-vous du cannabis ?

Jamais	≤ 1 fois/mois	2 à 4 fois/mois	2 à 3 fois/semaine	≥ 4 fois/semaine	...
0	1	2	3	4	

2 Combien d'heures êtes-vous « défoncé » un jour typique où vous consommez du cannabis ?

< 1 heure	1 ou 2 heures	3 ou 4 heures	5 ou 6 heures	7 heures ou plus	...
0	1	2	3	4	

3 Au cours des 6 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous constaté que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de fumer du cannabis une fois que vous aviez commencé ?

Jamais	< 1 fois/mois	Environ 1 fois/mois	Environ 1 fois/semaine	Tous les jours ou presque	...
0	1	2	3	4	

4 Au cours des 6 derniers mois, combien de fois votre consommation de cannabis vous a-t-elle empêché de faire ce qui était normalement attendu de vous ?

Jamais	< 1 fois/mois	Environ 1 fois/mois	Environ 1 fois/semaine	Tous les jours ou presque	...
0	1	2	3	4	

SOUS-TOTAL 1 (ST1) ...

5 Au cours des 6 derniers mois, combien de fois avez-vous passé une grande partie de votre temps à chercher à vous procurer ou à consommer du cannabis, ou à vous remettre des effets du cannabis ?

Jamais	< 1 fois/mois	Environ 1 fois/mois	Environ 1 fois/semaine	Tous les jours ou presque	...
0	1	2	3	4	

6 Au cours des 6 derniers mois, combien de fois avez-vous éprouvé des problèmes de mémoire ou de concentration après avoir fumé du cannabis ?

Jamais	< 1 fois/mois	Environ 1 fois/mois	Environ 1 fois/semaine	Tous les jours ou presque	...
0	1	2	3	4	

7 À quelle fréquence consommez-vous du cannabis dans des situations qui pourraient entraîner un danger, par exemple conduire un véhicule, utiliser une machine, ou s'occuper d'enfants ?

Jamais	< 1 fois/mois	Environ 1 fois/mois	Environ 1 fois/semaine	Tous les jours ou presque	...
0	1	2	3	4	

8 Avez-vous déjà envisagé de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis ?

Jamais	Oui, mais pas au cours des 6 derniers mois	Oui, au cours des 6 derniers mois	...
0	2	4	

Validation de CUDIT-R en français : Loguiers A, Berger-Yergiet A, Lamiou A, Artigaud L, Fener C, Adamson S, Lapprivère V, Rolland B. Validation of the French version of the Cannabis Use Disorder Identification Test - Revised and comparison with the Cannabis Abuse Screening Test for screening cannabis use disorder in a psychiatric sample. Drug Alcohol Rev. 2021 doi: 10.1111/dar.13298

Validation de CUDIT-R en anglais : Adamson SJ, Kay-Lambkin FJ, Baker AL, Lewin TJ, Thornton L, Kelly BJ, Sellman JD. An Improved Brief Measure of Cannabis Misuse: The Cannabis Use Disorders Identification Test - Revised (CUDIT-R). Drug Alcohol Depend. 2012;110:137-43.

SOUS-TOTAL 2 (ST2)

...

Total des points des 8 questions.

ST1 + ST2 = ...

Vos réponses au questionnaire CUDIT-R-Fr

De 8 à 10 points	Votre consommation de cannabis peut être problématique. N'hésitez pas à demander conseil au professionnel de votre choix.
Au-delà de 10 points	Il est possible que vous présentiez un trouble important de l'usage de cannabis. Celui-ci peut être psychologique si vous ressentez un besoin de consommer malgré les inconvénients de cette consommation et/ou physique si la diminution ou l'arrêt de votre consommation entraîne des signes de "manque". N'hésitez pas à faire appel à un professionnel de santé ou consultez les ressources ci-dessous.

Drogues info service , 0 800 23 13 13 - De 8h à 2h, 7 jours sur 7.
Écoute cannabis , 0 980 980 940 - De 8h à 2h, 7 jours sur 7.
Appels anonymes et gratuits depuis un poste fixe.
www.drogues-info-service.fr

Retrouvez ce questionnaire en ligne sur www.respadd.org

TESTEZ VOTRE DÉPENDANCE À LA CIGARETTE

Cigarette Dependence Scale

IMPORTANT Veuillez répondre à toutes les questions

		Points
Indiquez par un chiffre entre 0 et 100 quel est votre degré de dépendance des cigarettes : 0 = je ne suis absolument pas dépendant(e) des cigarettes 100 = je suis extrêmement dépendant(e) des cigarettes	0-20	1
	21-40	2
	41-60	3
	61-80	4
	81-100	5
Combien de cigarettes fumez-vous par jour en moyenne ?	0-5 cig/jour	1
	6-10	2
	11-20	3
	21-29	4
	30 et +	5
D'habitude, combien de temps (en minutes) après votre réveil fumez-vous votre première cigarette ?	0-5 min	5
	6-15	4
	16-30	3
	31-60	2
	61 et +	1
Pour vous, arrêter définitivement de fumer serait :	Impossible	5
	Très difficile	4
	Plutôt difficile	3
	Plutôt facile	2
	Très facile	1

Veuillez indiquer si vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes :

		Points
Après quelques heures passées sans fumer, je ressens le besoin irrésistible de fumer.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Je suis stressé(e) à l'idée de manquer de cigarettes.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Avant de sortir, je m'assure toujours que j'ai des cigarettes sur moi.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5

SOUS-TOTAL 1 (ST1)

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

SOUS-TOTAL 2 (ST2)

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

...

Veuillez indiquer si vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes :

		Points
Je suis prisonnier(ère) des cigarettes.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Je fume trop.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Il m'arrive de tout laisser tomber pour aller chercher des cigarettes.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Je fume tout le temps.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5
Je fume malgré les risques que cela entraîne pour ma santé.	Pas du tout d'accord	1
	Plutôt pas d'accord	2
	Plus ou moins d'accord	3
	Plutôt d'accord	4
	Tout à fait d'accord	5

Total des points des 12 rubriques

ST1 + ST2 + ST3 =

...

Interprétation des résultats

Jusqu'à 24 points	Dépendance modérée
Entre 25 et 44 points	Dépendance intermédiaire
45 points et plus	Dépendance forte

Pour en savoir plus ou trouver une aide :

→ Site internet tabac-info-service.fr

→ Application mobile Tabac info service

À télécharger gratuitement sur :



→ Numéro de téléphone gratuit : 3989

Tabac info service :
un coaching adapté à vos besoins
L'accompagnement gratuit Tabac info service offre un accompagnement 100 % personnalisé adapté à vos motivations, vos inquiétudes et vos habitudes de vie.

Le CDS a été développé à l'Institut de santé globale de la faculté de médecine de l'université de Genève. © 2016 Stop-tabac.ch

Retrouvez ce questionnaire en ligne sur www.respadd.org

Outils « écrans »



INTERNET ADDICTION TEST (IAT)

Merci d'entourer, pour chaque question, le chiffre qui correspond à votre réponse.

IMPORTANT Veuillez répondre à toutes les questions.

	Rarement	Occasionnellement	Parfois	Souvent	Toujours	Points
1 Vous arrive-t-il de rester sur Internet plus longtemps que vous en aviez l'intention au départ ?	1	2	3	4	5	...
2 Vous arrive-t-il de négliger des tâches ménagères afin de passer plus de temps sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
3 Vous arrive-t-il de préférer l'excitation/l'amusement d'Internet à l'intimité de votre partenaire ?	1	2	3	4	5	...
4 Vous arrive-t-il de vous faire de nouvelles relations avec des utilisateurs d'Internet ?	1	2	3	4	5	...
5 Vos proches vous reprochent-ils de passer trop de temps sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
6 Vous arrive-t-il que vos études ou travaux scolaires souffrent du temps que vous passez sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
7 Vous arrive-t-il de regarder d'abord votre messagerie avant d'accomplir une chose nécessaire et urgente ?	1	2	3	4	5	...
8 Arrive-t-il que vos performances au travail ou votre productivité souffrent à cause d'Internet ?	1	2	3	4	5	...
9 Vous arrive-t-il d'être sur votre défensive ou de refuser de répondre si quelqu'un vous demande ce que vous faites sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
10 Vous arrive-t-il de chasser les soucis de votre vie quotidienne par la pensée réconfortante d'aller sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
11 Vous arrive-t-il de vous réjouir du moment où vous irez de nouveau sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
12 Vous arrive-t-il de penser que la vie sans Internet serait ennuyeuse, vide et sans joie ?	1	2	3	4	5	...
SOUS-TOTAL 1 (ST1)						...

Merci d'entourer, pour chaque question, le chiffre qui correspond à votre réponse.

IMPORTANT Veuillez répondre à toutes les questions.

	Rarement	Occasionnellement	Parfois	Souvent	Toujours	Points
13 Vous arrive-t-il de répondre d'un ton brusque, de crier ou de vous montrer agacé si quelqu'un vous dérange pendant que vous êtes sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
14 Vous arrive-t-il de manquer de sommeil parce que vous êtes resté tard sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
15 Lorsque vous n'êtes pas sur Internet, vous arrive-t-il d'y penser activement ou de rêver y être ?	1	2	3	4	5	...
16 Vous arrive-t-il de vous dire « juste en core quelques minutes » lorsque vous êtes sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
17 Vous arrive-t-il d'essayer de diminuer le temps que vous passez sur Internet sans y arriver ?	1	2	3	4	5	...
18 Vous arrive-t-il de cacher aux autres combien de temps vous avez passé sur Internet ?	1	2	3	4	5	...
19 Vous arrive-t-il de choisir de passer plus de temps sur Internet plutôt que de sortir avec des proches ?	1	2	3	4	5	...
20 Vous arrive-t-il de vous sentir déprimé, de mauvaise humeur ou énervé lorsque vous n'êtes pas sur Internet, puis de vous sentir mieux lorsque vous y êtes ?	1	2	3	4	5	...
Total des points des 20 questions.						ST1 + ST2 = ...
						SOUS-TOTAL 2 (ST2) ...

Le score total au questionnaire est obtenu par la somme des points aux différentes questions. Plus votre score est élevé, plus grand est votre usage excessif d'Internet et plus importants sont les problèmes qui peuvent en découler.

Score de 20 à 49 points	Vous êtes un utilisateur moyen d'Internet. Vous surfez sur Internet un peu trop longtemps parfois, mais vous gardez le contrôle de votre utilisation.
Score de 50 à 79 points	Vous rencontrez des problèmes occasionnels ou fréquents en raison de votre temps passé sur Internet. Vous devriez considérer leur impact sur votre vie quotidienne.
Score de 80 à 100 points	Votre utilisation d'Internet cause des problèmes importants dans votre vie. Vous devriez évaluer l'impact du temps passé sur Internet sur votre vie quotidienne. Nous vous conseillons de vous préoccuper de résoudre les problèmes directement provoqués par votre utilisation d'Internet.

Pour en savoir plus ou trouver une aide.
<https://lebonusageDESCRANS.fr/contacts-utiles/>

Retrouvez ce questionnaire en ligne sur www.respadd.org

Evaluer son inquiétude...

Quelques questions clés

- 1) Votre enfant joue-t-il presque tous les jours?
- 2) Votre enfant joue-t-il longtemps sans s'arrêter? (trois à quatre heures de suite)
- 3) Votre enfant joue-t-il pour « l'excitation »?
- 4) Votre enfant a-t-il abandonné ses relations sociales ou ses activités sportives au profit des jeux vidéo?
- 5) Votre enfant joue-t-il au lieu de faire ses devoirs?
- 6) Votre enfant essaye-t-il d'arrêter de jouer sans y parvenir?

4 réponses positives ou plus doivent alerter les parents

A destination des joueurs...

Quelques questions à se poser

- Le jeu vidéo constitue-t-il l'unique source de plaisir dans ma vie?
- Est-ce que je peux réduire, voire me passer des jeux vidéo?
- Le temps passé sur le jeu a-t-il une influence sur mes résultats scolaires?
- Est-ce que je ne vois plus et ne sors plus avec mes amis?

Une réponse positive évoque une pratique à risque

A destination des joueurs...

Quelques conseils

- Le jeu doit rester un loisir et un moyen d'évasion. S'il devient l'unique objet d'investissement et qu'il devient nécessaire, le loisir se transforme en contrainte.
- La liberté étant le bien le plus précieux, nul comportement ne doit l'entraver, pas même le jeu.
- Les loisirs qui nécessitent le plus d'investissements et d'efforts comme le sport ou la musique procurent les plaisirs les plus intenses et les plus durables.
- Il y a différentes manières de jouer, seul ou en groupe. Les jeux en groupe sont toujours plus fun. Ils le sont encore plus lorsqu'il existe un contact direct, parce que c'est le meilleur moyen d'échanger des émotions.

Indice Canadien du jeu Excessif

ICE



...

- Cet outil a été développé par le **centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies**.
- Il comprend 9 items.
- Les résultats sont rangés en 4 catégories de comportements associés au jeu :
 - Jeu non problématique (score 0)
 - Habitudes de jeu à faible risque (score de 1 ou 2)
 - Habitudes de jeu à risque modéré (score entre 3 et 7)
 - Jeu problématique (score > ou = 8)

Au cours des 12 derniers mois :

1. Avez-vous misé plus d'argent que vous pouviez vous permettre de perdre ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

2. Avez-vous eu besoin de miser plus d'argent pour obtenir la même excitation ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

3. Êtes-vous retourné jouer une autre journée pour récupérer l'argent que vous aviez perdu ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

4. Avez-vous vendu quelque chose ou emprunté pour obtenir de l'argent pour jouer ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

5. Avez-vous déjà senti que vous aviez peut-être un problème de jeu ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

6. Le jeu a-t-il causé chez vous des problèmes de santé, y compris du stress ou de l'angoisse ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

7. Des personnes ont-elles critiqué vos habitudes de jeu ou vous ont-elles dit que vous aviez un problème de jeu (même si vous estimiez qu'elles avaient tort) ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

8. Vos habitudes de jeu ont-elles causé des difficultés financières à vous ou à votre ménage ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

9. Vous êtes-vous déjà senti coupable de vos habitudes de jeu ou de ce qui arrive quand vous jouez ?

Jamais : 0 Parfois : 1 La plupart du temps : 2 Presque toujours : 3

Votre résultat :

A l'échelle d'une population, un programme ne peut être efficace que s'il...

- ... propose des modes d'interventions éprouvées scientifiquement et sur le terrain (faisabilité, reproductibilité)
- ...est réalisé par des intervenants suffisamment
 - Nombreux
 - Formés
 - Mobilisés (désireux, légitimes)
 - Se sentant capables
 - Se sentant soutenus
 - Se sentant efficaces
 - Valorisés
 - Confortés par les résultats
- Intégration transversale des pratiques
- ... est adapté en permanence selon les résultats de l'évaluation (intervention-action)

Intervenir

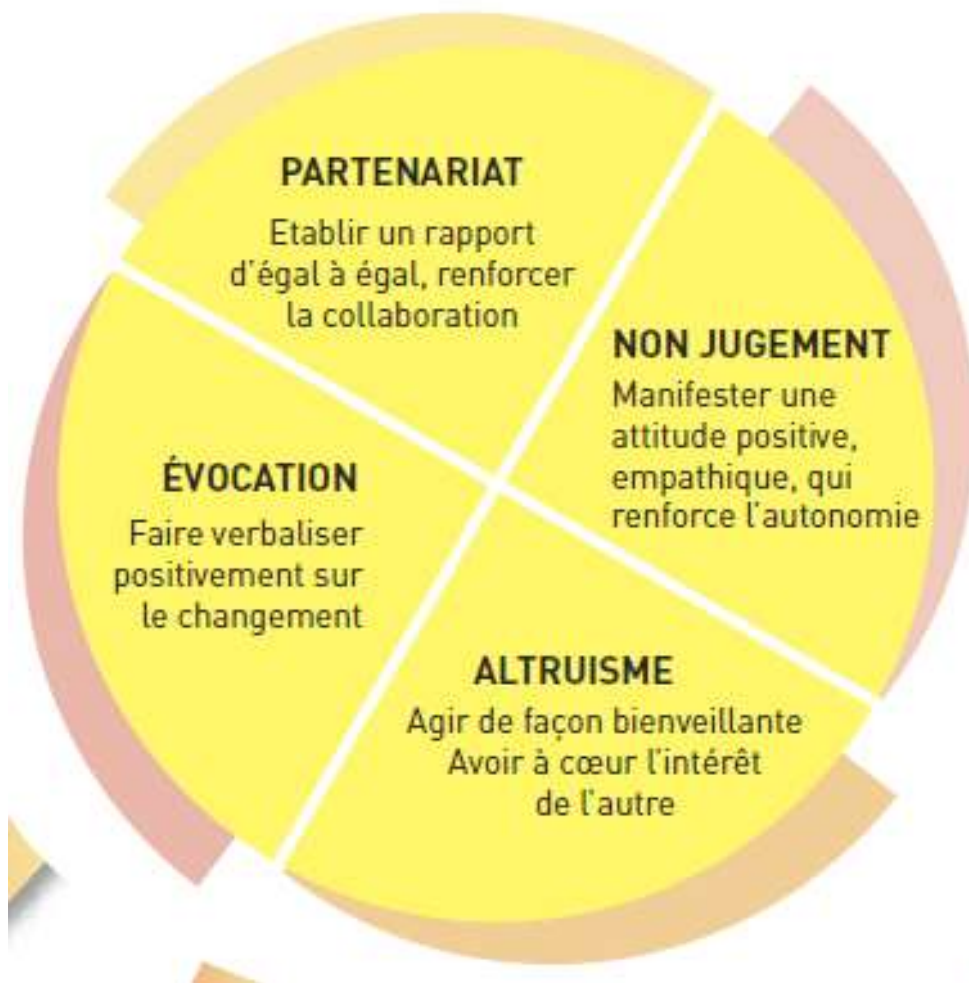
...auprès des jeunes



Mais en fait, à quand remonte votre dernière consommation de cannabis ?

Racontez-moi votre dernière consommation?

Que penses-tu de la consommation de cannabis ?



L'ESPRIT

Intervenir

À l'usage des parents



Mais encore ?

Whate else ?



- Nommer ce que l'on voit, ce que l'on sait.
- Interroger ce que l'on croit voir, ce que l'on croit savoir.
 - Questions ouvertes

Comment faire de la prévention avec un « jeune » ? – ex de l'alcool

- L'ado doit voir que ses parents respectent des règles
 - Ne pas donner l'impression que boire sert à quelque chose.
- ...En expliquant le rôle culturel particulier.
 - « c'est une substance agréable, qui a bon goût et qui peut détendre. Parler en même temps des risques de l'alcool, et que « c'est pour cela qu'ils ne peuvent pas encore en boire. »
- Parler avec son ado pour comprendre sa vision des choses et son ressenti.
 - S'assurer qu'il n'utilisera pas l'alcool dans un objectif précis, comme oublier ses problèmes.
- Recommandez-lui de se rapprocher de ses amis qui ne boivent pas.
 - S'il est confronté à la pression du groupe, expliquez-lui qu'il n'est pas obligé de jouer les héros, qu'il peut s'en sortir par la ruse.
- Pas d'alcool avant 15 ans, usage encadré jusqu'à 18 ans, pas d'ivresse avant 18 ans.
- Ne pas stigmatiser l'alcool, mais encadrer plutôt la fête.

Intervenir

Consultation jeunes consommateurs



Principes (1)

- **Evaluation partagée** de la situation du jeune consommateur et diagnostic de l'usage à risque
- **Informations et conseils personnalisés** aux usagers à risque
- **Prise en charge des jeunes usagers à risque**
- **Accompagnement ou orientation**
- **Accueil des parents** en difficulté du fait de la consommation de leur enfant
- **Accueil conjoint parents – enfants**
- Travail sur la **motivation au changement** en matière de comportements de consommation

Principes (2)

- Recevoir jeune + famille pour faire une évaluation demande
 - Permet de :
 - Dédramatiser une situation. Ex : appréhension excessive des parents
 - Initier ou renforcer le dialogue familial
 - Engager un travail familial
- Permettre à chaque membre de la famille d'avoir un espace de parole individualisée et un espace de parole familiale
- Restaurer le dialogue intra familial

Les mesures éducatives et la prévention : critères d'efficacité

EN RESUME



10 critères d'efficacité identifiés dans la littérature :

1. Ne pas se contenter de transmettre un savoir
2. Communiquer à travers des messages adaptés
3. S'inscrire dans une démarche de promotion de la santé
4. S'inscrire dans la durée
5. Intervenir à différentes étapes de la vie des jeunes et en fonction de la population concernée
6. Articuler interventions universelles et interventions individuelles
7. S'adresser aux jeunes de manière adaptée
8. Impliquer les jeunes dans l'élaboration, la mise en œuvre et l'évaluation du projet
9. Agir en direction des familles
10. S'intégrer à un dispositif à composantes multiples

Les structures



<http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles>

Principales ressources spécialisées dans la prise en charge des addictions



Schéma non exhaustif. Les partenariats varient en fonction des territoires et des acteurs en présence.

La réduction des risques... liés à l'usage de drogues





... TOUJOURS
DANS LA
DROGUE ? ...

... OUI, MAIS
TOUJOURS
VIVANT !



... JE VOIS QUE
NOUS SOMMES
TOUS D'ACCORD!...

POUR UNE VIE
SANS DROGUE!

YAKA

YAKA

YAKA

YAKA

YAKA





... POUR SORTIR DE
LA DROGUE, IL FAUT
PASSER PAR LA
RÉDUCTION DES
RISQUES !...



La réduction des risques

... IL S'AGIT
SEULEMENT
D'UNE
BROCHURE ! ...

DROGUES

**SERVEZ-
VOUS !**



MIX x REMIX

La réduction des risques, les usager-ère-s de drogues et les drogues

La réduction des risques...

- ... permet une réduction des coûts de la santé.
- ... permet une réduction de la criminalité.
- ... est reconnue comme une politique de santé publique par les Nations Unies et par la plupart des pays du monde.
- ... permet de recréer un lien avec une population tendant à vivre dans la marginalité.
- ... est un « filet de sécurité » permettant d'atteindre les personnes ayant passé entre les mailles du filet de la prévention ou ayant interrompu la prise en charge thérapeutique.
- ... donne des informations claires et objectives sur les produits et les risques inhérents à leur consommation.
- ... aide les usagers de drogues à (sur)vivre et les accompagne dans la préservation de leur santé.
- ... ne se résigne pas à ce que des personnes usagères de drogues meurent prématurément de surdoses ou contractent de graves infections (VIH/sida, hépatite C, etc.).
- ... a fortement contribué à faire reculer le nombre de nouvelles infections au VIH chez les usagers de drogues.

... ne se limite pas aux risques sanitaires, mais prend aussi en compte les aspects sociaux.

... repose sur le respect de la personne.

... ne pose pas de jugement moral mais ne cautionne pas pour autant certains comportements.

... nécessite un constant questionnement éthique face à des situations complexes et n'est en aucun cas une solution de facilité.

... associe les usagers à des mesures de prévention sanitaire et les considère comme des partenaires dans une politique globale de santé publique.

... travaille sur les devoirs de citoyen des usagers en les responsabilisant face à leur consommation et leurs comportements.

... milite pour une meilleure reconnaissance des droits des usagers.

... contribue à faire évoluer l'image faussée et stéréotypée des drogues et des usagers.

... informe les usagers sur les lois en vigueur.

... collabore à l'amélioration des politiques sociales et de santé en alertant les autorités sur les observations faites sur le terrain.



Ressources



PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais un fort taux de THC
augmente les risques liés
à ta santé mentale.

Québec.ca/cannabis

Québec

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais le mélanger avec de l'alcool
ou d'autres drogues augmente
les effets négatifs.

Québec.ca/cannabis

Québec

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais avant 25 ans, il peut
nuire au développement
de ton cerveau.

Québec.ca/cannabis

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais tu pourrais
développer
une dépendance.

Québec.ca/cannabis

Québec



Alcool, drogues

Quelle conduite tenir face à une consommation de substances psycho-actives ?

→ AIDE À LA PRATIQUE



Quelle conduite tenir face à une consommation de substances psycho-actives ?

CET OUTIL EST DESTINÉ À VOUS AIDER dans une démarche de repérage et d'orientation face à une personne présentant une consommation problématique.

VOUS ÊTES UN ACTEUR ESSENTIEL DANS L'ACCOMPAGNEMENT DE CETTE PERSONNE.

- Les substances concernées peuvent être licites (alcool, tabac, médicaments) ou illicites (cannabis, héroïne, cocaïne, ...).
- Il peut également s'agir d'addictions sans produit (jeux d'argent, ...).

Le premier réflexe consiste à transmettre les messages de réduction des risques adaptés aux produits et modes de consommation : désinfecter la peau avant d'injecter, ne pas conduire de véhicule sous l'effet d'un produit psychotrope, ...

La personne ainsi écoutée, non stigmatisée, pourra être demandeur d'informations sur les différentes prises en charge :

- Dans le dispositif général : médecins généralistes, structures hospitalières, réseaux de santé addiction animés par des professionnels spécialisés.
- Dans le dispositif spécialisé « addictions » :
 - Consultations jeunes consommateurs destinées aux adolescents et à leurs familles.
 - CSAPA : centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie, avec ou sans hébergement, proposant des prises en charge spécifiques en fonction des addictions, avec possibilité de prescription de traitements médicamenteux.
 - CAARUD : centre d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques pour usagers de drogues, proposant du matériel de prévention, des services d'hygiène, de restauration et d'information.

Tabac, alcool, drogues

NOTES PERSONNELLES

Pour trouver rapidement un centre près de chez vous :

<http://www.drogues-info-service.fr/>



LA CHICHA TU EN SAIS QUOI ?

Une chicha, c'est rien !

1 séance = 40 cigarettes !

L'eau filtre la fumée !

Seulement une petite partie des substances toxiques.

C'est que du goût !

C'est du tabac + tabac + mélasse + essences chimiques de fruits

Moins dangereux que la cigarette !

L'exposition aux goudrons, métaux et particules fines, est tout aussi toxique.

Même pas accro

Il y a de la nicotine, donc ça rend dépendant !

Logos: MINISTÈRE DE LA SANTÉ, RE3PADD, ARS, etc.



PREMIERS GESTES en TABACOLOGIE

Livret d'aide à la pratique pour les professionnels de santé




ET LE TABAC, T'EN ES OÙ

TU TE POSES DES QUESTIONS ?

CETTE BROCHURE PEUT T'APPORTER
QUELQUES INFORMATIONS UTILES...
ET À MÉDITER !

FÉDÉRATION
ADDICTION
Prévenir | Réduire les risques | Soigner

respadd
RÉSEAU DE PRÉVENTION DES ADDICTIONS

Manuel pour les professionnels
des  et de premier recours

Jeunes et tabac : prévenir, réduire les risques et accompagner vers l'arrêt



Lieu de santé
sans tabac 

RESPADD
RÉSEAU DE
PRÉVENTION
DES ADDICTIONS

LSPS 
RÉSEAU FRANÇAIS
DE SANTÉ PROMOTEUR DE SANTÉ

 International Network of
Health Promoting Hospitals
& Health Services

LA LETTRE #1 AUX PARENTS

LA LETTRE #2 AUX PARENTS

LA LETTRE #3 AUX PARENTS

LA LETTRE #5 AUX PARENTS

ÊTRE PARENTS D'ADOLESCENT

Chers parents,

Être parents d'un adolescent et d'une adolescente n'est pas toujours une chose facile, vous le savez bien !

Bien sûr, vous vous réjouissez de voir grandir votre enfant, et de lui ouvrir la porte du monde des adultes. En se développant, il s'affirme, revendique, prend son autonomie. Ces changements dans sa vie sont aussi des changements dans votre vie ! Et puis, il y a l'alcool, le tabac, le cannabis... Votre enfant en parle-t-il ? Est-il intéressé, en a-t-il déjà consommé, va-t-il en consommer ?

Toutes ces questions tournent dans la tête de beaucoup de parents. Nos lettres ne prétendent pas avoir des réponses toutes faites à vos préoccupations ; toutefois, il y a une chose à laquelle nous croyons : garder le lien, maintenir le dialogue est essentiel. Nous espérons que les informations et conseils que vous trouverez dans ces lettres pourront y contribuer.

Bonne lecture.

Chers parents,

Votre jeune apprend à devenir adulte. Il réagit différemment et vous pouvez parfois vous demander s'il faut vous alarmer de son comportement ou s'il s'agit simplement d'attitudes propres à son âge. Il exprime son avis, se démarque de vos choix, quitte parfois à prendre des risques et à s'exposer à des dangers, notamment expérimenter certaines drogues.

Toutefois, il est important de ne pas peindre en noir cette étape de la vie qui ne se résume pas uniquement à de nouvelles prises de risques par l'adolescent et de nouvelles inquiétudes pour ses parents. Cette période est aussi une chance à saisir pour créer une nouvelle manière d'être en relation entre les parents et leurs enfants.

ADOLESCENCE ET SUBSTANCES

Nous avons aussi été adolescents ou adolescentes et nous pouvons peut-être nous rappeler certaines expériences que nous avons pu faire, notamment avec l'alcool, le cannabis ou le tabac. Il semble pourtant qu'aujourd'hui les jeunes sont davantage confrontés à des sollicitations : chaque jour les médias traitent de faits divers relatant des abus d'alcool, des problèmes de drogues ou des décès dus au tabac ; nous sommes envahis de publicités incitant à consommer et nombreux sont les acteurs, chanteurs et autres idoles qui font étalage publiquement de leurs abus de consommation. Nous vivons dans une société où les enfants seront confrontés, tôt ou tard à l'un ou l'autre produit. En tant que parents, peut-être êtes-vous inquiets : Est-ce que votre enfant essaiera de consommer ? Quels choix fera-t-il ? Que pouvez-vous faire pour éviter qu'il ait des problèmes de consommation ? « J'ai tellement peur qu'une fois au collège il commence à fumer pour faire comme les autres »... « On entend tellement parler du cannabis, est-ce que c'est vrai que tous les jeunes en consomment ? ».



Les numéros de La lettre aux parents sont distribués gratuitement grâce au soutien du RESPAQ et du Crisp.

Chers parents,

Être parents d'un adolescent ou d'une adolescente n'est pas toujours une chose facile, vous le savez bien !

Bien sûr, vous vous réjouissez de voir grandir votre enfant, et de lui ouvrir la porte du monde des adultes. En se développant, il s'affirme, revendique, prend son autonomie. Ces changements dans sa vie sont aussi des changements dans votre vie ! Et puis, il y a l'alcool, le tabac, le cannabis... Votre enfant en parle-t-il ? Est-il intéressé, en a-t-il déjà consommé, va-t-il en consommer ?

Toutes ces questions tournent dans la tête de beaucoup de parents. Nos lettres ne prétendent pas avoir des réponses toutes faites à vos préoccupations ; toutefois, il y a une chose à laquelle nous croyons : garder le lien, maintenir le dialogue est essentiel. Nous espérons que les informations et conseils que vous trouverez dans ces lettres pourront y contribuer.

Bonne lecture.

« Tous les autres le font » L'influence, les fréquentations et les consommations.

Chers parents,
Être parents d'un adolescent ou d'une adolescente n'est pas toujours une chose facile, vous le savez bien !
Bien sûr, vous vous réjouissez de voir grandir votre enfant, et de lui ouvrir la porte du monde des adultes.

Chers parents,
L'adolescence est une période de grandes transformations pour vous et votre enfant. Vous êtes aussi ses arènes, vous êtes par vous-même un jeune et hors du commun avec ses amis de son âge. Il est important qu'il soit informé et accompagné.

BESOIN D'UN
MILLE ET DÉVÉ
PAYER SUR LEU
qui permet de
tences sociali
opinions, à le
dans un grou
colère. C'est à
apprend à dé



Chers parents,
Être parents d'un adolescent ou d'une adolescente n'est pas toujours une chose facile, vous le savez bien !
Bien sûr, vous vous réjouissez de voir grandir votre enfant, et de lui ouvrir la porte du monde des adultes. En se développant, il s'affirme, revendique, prend son autonomie. Ces changements dans sa vie sont aussi des changements dans votre vie ! Et puis, il y a l'alcool, le tabac, le cannabis... Votre enfant en parle-t-il ? Est-il intéressé, en a-t-il déjà consommé, va-t-il en consommer ?

Toutes ces questions tournent dans la tête de beaucoup de parents. Nos lettres ne prétendent pas avoir des réponses toutes faites à vos préoccupations ; toutefois, il y a une chose à laquelle nous croyons : garder le lien, maintenir le dialogue est essentiel. Nous espérons que les informations et conseils que vous trouverez dans ces lettres pourront y contribuer.

Bonne lecture.

Lieu de santé sans tabac



Parler avec les adolescents de l'alcool, du tabac ou de drogues illégales.

Chers parents,

L'alcool et le tabac sont présents dans votre vie de tous les jours et dans celle de votre enfant qui observe dans quelles situations vous ou d'autres adultes le consommez. Vous ne pouvez pas ignorer que votre enfant peut également faire connaissance avec d'autres drogues, par l'intermédiaire de son âge. Sans oublier que les journaux, la télévision et les médias sont remplis de nouvelles et de reportages qui décrivent, au quotidien, des situations où ces produits sont consommés. C'est ainsi que, dès son jeune âge, il apprend que l'alcool et le tabac font partie de la vie. Devenir adulte implique donc pour votre adolescent de prendre des décisions quant à sa consommation d'alcool, de tabac et/ou de drogues. De nombreux parents se demandent comment aborder ce sujet et comment aider leur enfant à se forger sa propre opinion.

ISSANT LES POSITIONS SE NUANÇANT

Les adolescents perçoivent avant tout les aspects négatifs des consommations de tabac et de drogues illégales (danger pour la santé, à la pré-adolescence, les prises de position différentes). Ils ont une attitude claire de rejet, mais d'autres sont en voyant aussi des côtés positifs aux consommations. Ils ont des opinions et des attitudes différentes. Certains sont curieux et s'amusent parfois bien avec leurs pairs. C'est à l'adolescence que les jeunes vis-à-vis des substances évoluent de manière assez complexe. Certains ont déjà expérimenté l'un ou l'autre produit.



Les numéros de La lettre aux parents sont distribués gratuitement grâce au soutien du RESPAQ et du Crisp.

Les jeunes et les écrans

Chers parents,

Depuis plusieurs années on assiste à une véritable révolution des technologies de l'information et de la communication. L'ordinateur est devenu omniprésent, les smartphones et les tablettes sont généralisés et l'apparition d'Internet a bouleversé le monde du travail, des médias et des loisirs. La situation a tellement changé depuis que vous étiez adolescent qu'il vous est impossible de vous appuyer sur votre propre expérience pour donner des repères à votre jeune. De nombreux parents se sentent démunis face à ces nouveaux outils qu'ils ne maîtrisent pas toujours ou qu'ils utilisent de manière différente que les jeunes. Ils ont parfois le sentiment d'être dépassés par les situations et les problèmes auxquels leurs enfants sont confrontés face aux écrans. Les nouveaux médias exposent-ils les jeunes à des dangers majeurs tels que la dépendance ou la violence ? Quel rôle les parents peuvent-ils jouer dans cet univers virtuel où ils se sentent souvent moins compétents que leur enfant ? Comment intégrer les nouveaux médias dans la vie de famille ?

LES PARENTS ET LES ÉCRANS

Internet et les écrans ont modifié bien des aspects du quotidien : le travail, les loisirs, les relations, les achats, etc. Si les adultes considèrent surtout les écrans comme une source d'information – et cet usage inquiète peu les parents – les jeunes y voient surtout un moyen de communiquer avec leurs camarades et de se divertir. Pour les parents, les écrans peuvent être source d'inquiétudes : les jeunes ne risquent-ils pas d'y perdre leur orthographe, de devenir des joueurs sociaux et violents, voire même de devenir dépendants ? En fait, c'est un domaine tellement mouvant qu'il est difficile d'y trouver des repères. Pour les parents, c'est un double défi : d'une part s'adapter aux changements liés à l'adolescence et d'autre part composer avec des technologies qui ne cessent de se développer.



Les numéros de La lettre aux parents sont distribués gratuitement grâce au soutien du RESPAQ et du Crisp.

International Network of Health Promoting Hospitals & Health Services

Accorder des libertés, fixer des limites

Chers parents,
Être parents d'un adolescent ou d'une adolescente n'est pas toujours une chose facile, vous le savez bien !
Bien sûr, vous vous réjouissez de voir grandir votre enfant, et de lui ouvrir la porte du monde des adultes. En se développant, il s'affirme, revendique, prend son autonomie. Ces changements dans sa vie sont aussi des changements dans votre vie ! Et puis, il y a l'alcool, le tabac, le cannabis... Votre enfant en parle-t-il ? Est-il intéressé, en a-t-il déjà consommé, va-t-il en consommer ?

Toutes ces questions tournent dans la tête de beaucoup de parents. Nos lettres ne prétendent pas avoir des réponses toutes faites à vos préoccupations ; toutefois, il y a une chose à laquelle nous croyons : garder le lien, maintenir le dialogue est essentiel. Nous espérons que les informations et conseils que vous trouverez dans ces lettres pourront y contribuer.

Bonne lecture.

Chers parents,

À l'adolescence, il est nécessaire que les parents accordent de nouvelles libertés et responsabilités à leur enfant. En effet, pour devenir adulte, votre enfant a besoin d'acquiescer son autonomie. Votre rôle de parent consiste avant tout à l'encourager à vivre de nouvelles expériences et à lui faire confiance. Toutefois, si vous encouragez votre enfant à être acteur de son avenir, il est important de lui donner des responsabilités et des tâches à sa mesure.

Ainsi, votre rôle de parent consiste également à poser des limites à cette liberté nouvelle et à définir de nouvelles règles, à trouver le juste milieu entre autorité et tolérance, entre liberté et contrôle.

POSER UN CADRE

Face à un adolescent ou une adolescente, il n'est pas toujours aisé de dire « non » quand il le faut. Certains parents hésitent à exercer leur autorité sur leur enfant par peur du conflit, par crainte de le fâcher, de perdre son amour, de l'empêcher de s'épanouir. Pourtant, c'est le rôle des parents de poser des limites et des règles. Votre enfant a besoin de vous, de votre soutien, de votre affection mais aussi de votre fermeté pour construire son identité. Votre enfant a besoin d'une boussole pour s'orienter ; à vous parents de lui montrer les grandes directions.

Vous accordez des droits à votre enfant (droit de sortir jusqu'à une certaine heure, droit de se rendre à une fête...), mais les règles définissent également certains devoirs qu'il doit assumer (participation aux tâches ménagères, ordre à la maison, présence aux repas).

Les règles fixées doivent être claires et adaptées à l'âge de votre enfant. Ces repères lui permettent de se situer, parfois de s'opposer. C'est ainsi que votre enfant construit sa propre identité, par l'affirmation de soi, la gestion des



Les numéros de La lettre aux parents sont distribués gratuitement grâce au soutien du RESPAQ et du Crisp.

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais un fort taux de THC
augmente les risques liés
à ta santé mentale.

Québec.ca/cannabis

Québec

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais le mélanger avec de l'alcool
ou d'autres drogues augmente
les effets négatifs.

Québec.ca/cannabis

Québec

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais avant 25 ans, il peut
nuire au développement
de ton cerveau.

Québec.ca/cannabis

PAS DE RISQUES
À PRENDRE



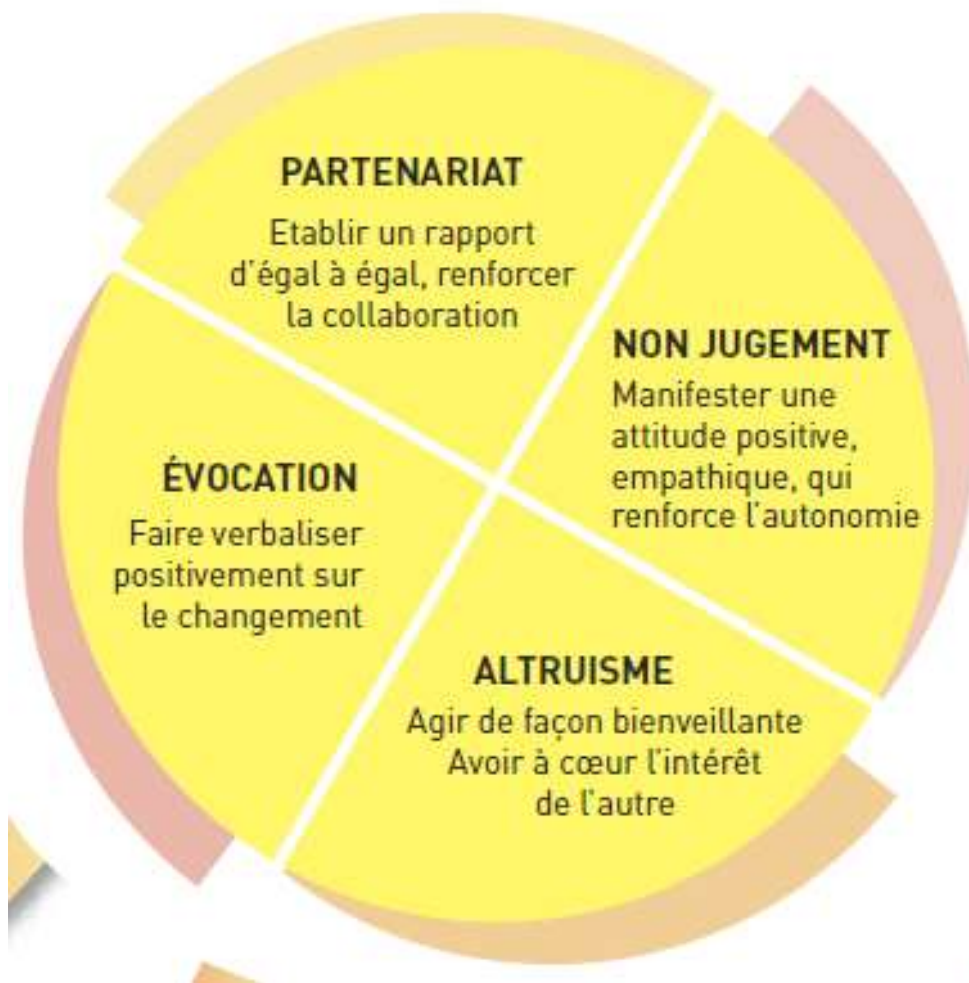
**Impossible
que le
cannabis
fasse ça.**

Mais tu pourrais
développer
une dépendance.

Québec.ca/cannabis

Québec





L'ESPRIT



LES COMPÉTENCES RELATIONNELLES : OUVÉR

DFD

QUESTIONS

OuVERTES

Evitent l'interrogatoire
Permettent l'élaboration
du sujet

VALORISATION

Valoriser ce qui va dans
le sens du changement
Renforcer le sentiment
d'efficacité personnelle

ECOUTE

RÉFLECTIVE

Refléter l'explicite
et l'implicite
Construire et manifester
son empathie

RÉSUMÉS

- De liens
- De transitions
- De rassemblements

DEMANDER
FOURNIR
DEMANDER

Demander à la personne
ce qu'elle sait
Demander la permission
d'ajouter de l'information
Fournir de l'information
Demander ce qu'elle
en pense



Pièges relationnels : persuader et confronter

<https://www.respadd.org/reperage-et-autoevaluation/auto-evaluation-en-ligne/>

Chaîne YouTube RESPADD



Ressources

- Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) :
 - Ados
 - Parents
- Annuaires des services d'addictologie, conseils, documentation :
 - www.drogues-info-service.fr
 - www.respadd.org
 - www.intervenir-addictions.fr
- Psychotactif.org
- Technoplus.org
- Erowid.org



L'auto-évaluation des risques liés à ses consommations constitue une étape dans le parcours de soin. Elle permet le plus souvent une réflexion du patient sur le niveau de risque atteint. Elle peut par ailleurs inciter à rechercher un accompagnement ou une prise en charge plus spécifique auprès d'un professionnel de l'addictologie.

Le RESPADD met ainsi à disposition de tous les professionnels de santé plusieurs auto-questionnaires en ligne (DEP-ADO, AUDIT alcool et CDS) à destination de leurs patients, quels que soient le motif de la consultation.

Ces questionnaires en ligne, validés par un consensus international, permettront à leur patient de se situer sur une échelle de risque et à bénéficier de conseil en fonction de leur score, de façon totalement anonyme.

CATÉGORIES

RECENT POSTS



ACTUALITÉS
ACTUALITÉS NATIONALES
THÉMATIQUES

#MoisSansTabac 2020



ACTUALITÉS
ACTUALITÉS NATIONALES
AGENDA | COLLOQUES
GÉNÉRAL

Annulation Et Digitalisation Du Colloque Normandie Lieux De Santé Sans Tabac





Monado.ch un site pour les parents

*Comment soutenir mon ado? Quelles limites poser ?
Comment faire, quand ça devient difficile? Qui peut m'aider ?*

Je vous remercie !

nicolas.bonnet@respadd.org



C'est à vous !

nicolas.bonnet@respadd.org

