



Heidelberg
Materials

LE SAVIEZ-VOUS ?

Prévention des comportements addictifs : DROGUES



Un comportement addictif, c'est quoi ?

L'addiction peut concerner **un produit** comme des médicaments, de l'alcool, du cannabis ou d'autres drogues, **un comportement** (jeux d'argent, hyperconnexion, jeux-vidéo, ...). Elle se caractérise par **l'impossibilité répétée de contrôler** un comportement visant à produire du plaisir **en dépit de la connaissance de ses conséquences négatives**.

Les 10 idées reçues sur la drogue



1 Drogué.e, moi ? Jamais !

Le terme drogue désigne toute substance ayant un effet psychoactif. Sur le plan pharmacologique, la caféine, la nicotine, l'alcool sont des drogues au même titre que l'héroïne, la cocaïne ou le cannabis. Rares sont les individus qui ne consomment aucune drogue. On est d'accord, un expresso ce n'est pas la même chose qu'un rail de coke !

2 Drogué.e un jour, drogué.e toujours !

La majorité des gens ont un usage contrôlé et limité dans le temps, sans impact sur la santé. Seule une minorité développe un usage problématique :



3 J'arrête quand je veux

L'addiction est une maladie, pas un manque de volonté. La volonté ne suffit pas pour maîtriser une addiction. L'important est de reprendre le contrôle de sa vie.

4 Et si on envoyait tout le monde en cure ?

Le sevrage forcé n'existe pas en France et c'est inefficace. Le soutien passe avant tout par le respect des personnes, la bienveillance et la libération de la parole.

5 Les drogué.e, toutes et tous les mêmes !

Il n'y a pas de profil type de drogué.e, les étudiants, les actifs, les retraités, ... beaucoup d'utilisateurs sont très bien intégrés dans la société. Mais la minorité, la plus précaire, est la plus visible.

6 On ne peut pas faire confiance à un.e drogué.e

La stigmatisation empêche les usagers de se confier et de chercher de l'aide et les pousse au mensonge. Pour avancer nous devons briser le silence.

Focus cannabis

Le cannabis est la 1ère substance psychoactive illicite la plus consommée dans notre pays : 18 millions de Français ont déjà expérimenté le cannabis au cours de leur vie. Parmi eux, 1,3 million sont des usagers réguliers (au moins 10 consommations dans le mois) et 850 000 sont des usagers quotidiens.

7 Le cannabis ne crée pas de dépendance

Le cannabis peut créer une dépendance, même si elle n'est pas aussi forte que celle des autres drogues. 9 % des consommateurs développent une dépendance.

8 Le cannabis est sans danger car il est naturel

La recherche montre que la consommation régulière peut en fait augmenter les symptômes de dépression et d'anxiété, en particulier à long terme.

9 Le cannabis aide à vaincre l'anxiété

Un sevrage est encadré par des professionnels de santé. Vous n'avez pas à le faire seul. c'est difficile, mais possible.

10 Le cannabis est une drogue douce

Il existe des chats super doux ou des pulls extra doux... Mais des drogues douces, cela n'existe pas ! Toutes les drogues présentent un risque pour la santé.



J'évalue une addiction : lien

Ceci est une autoévaluation, **seul un médecin** peut évaluer précisément votre comportement addictif.

+ focus risques au verso

Je me protège,
Je protège les autres

10/2025 V1

La sécurité
est notre priorité



Heidelberg
Materials

LE SAVIEZ-VOUS ?

Prévention des comportements addictifs : DROGUES



Connaissez-vous Les risques liés à l'alcool ?

L'usage de drogues, qu'elles soient illicites ou médicamenteuses, comporte des risques majeurs qui touchent à la fois la santé, la vie sociale et la carrière professionnelle. Ils varient en fonction du type de substance, de la fréquence et du mode de consommation, ainsi que des caractéristiques de la personne et de son environnement.

POUR LA SANTÉ



Risques immédiats

- Surdose : potentiellement mortelle, elle est un risque majeur (ex. : héroïne / opiacés)
- Bad trip : état d'anxiété intense, de panique, voire de délire (ex. : cannabis / LSD)
- Problèmes cardiovasculaires : troubles du rythme cardiaque (cocaïne), infarctus, AVC, même chez des personnes jeunes

Risques à long terme

- Dépendance
- Troubles de la santé mentale: dépression, anxiété, psychose, troubles de la mémoire/concentration

Problèmes physiques

- Maladies respiratoires (ex. fumées de cannabis)
- Infections : VIH, hépatites B et C, en cas d'injection
- Lésions : abcès et autres complications liées aux injections.
- Impact sur le développement : chez les adolescents, l'usage de drogues peut nuire à la maturation cérébrale

SOCIAUX



- Isolement et détérioration des relations
- Conflits familiaux
- Problèmes financiers
- Violences publiques, domestiques
- Trous noirs ("black out")
- Problèmes avec la justice (amendes, peines de prison)



PROS

- Baisse de la productivité et de la qualité du travail : difficultés de concentration, fatigue chronique, altération de la mémoire.
- Absentéisme et retards
- Accidents du travail : le risque d'accidents est accru en raison de l'altération de la vigilance
- Perte d'emploi

Je me protège,
Je protège les autres

10/2025 V1

La sécurité
est notre priorité



Heidelberg
Materials

LE SAVIEZ-VOUS ?

Prévention des comportements addictifs



CE QUE HEIDELBERG MATERIALS FRANCE FAIT...

FORMER

Tous les collaborateurs seront formés à la prévention des comportements addictifs d'ici fin 2026.

Ces formations débuteront pendant la campagne de prévention au 4^e trimestre 2025.

TESTER

- . Des tests aléatoires seront organisés sur les sites :
- . à partir du 4^e trim. 2025
- . Sur un nombre de personnes significatif défini par le site/la région
- . Pilotés conjointement par H&S/RH
- . Les collaborateurs ont le droit de refuser le test mais le test sera alors considéré comme positif.

ACCOMPAGNER

Les médecines du travail sont informées de notre démarche. Elles piloteront l'accompagnement des collaborateurs dont l'addiction le nécessite.

NOMER DES RÉFÉRENTS

Des référents « addictions » sont nommés ou sont en cours de nomination pour chaque site/Région.