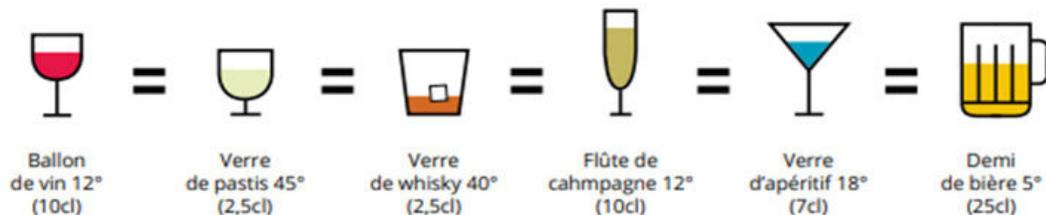


Info alcool

Que signifie un verre standard ?
1 verre d'alcool = 10 g d'alcool pur



Nouvelles recommandations 2017 (Santé Publique France) :

- ★ Consommer moins de 10 verres standards sur 7 jours.
- ★ Respecter plusieurs jours dans la semaine sans alcool (pour éviter la dépendance).
- ★ Pas plus de 2 verres dits « standards » les jours où l'on consomme de l'alcool.

Info médicaments et conduite

Mention figurant sur les boîtes



ZERO alcool/drogue pour les femmes enceintes, allaitantes ou en cas de projet de grossesse

Contacts utiles

- ★ Votre médecin généraliste/traitant
- ★ Les CSAPA de votre arrondissement/département (*Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie*)
- ★ Addict Aide : <https://www.addictaide.fr/>
- ★ Drogues Info Service : <https://www.drogues-info-service.fr/>
- ★ Alcool Info Service : <https://www.alcool-info-service.fr/>
- ★ Tabac Info Service : <https://www.tabac-info-service.fr/>

Pour tout complément d'information, contactez notre équipe d'intervenants :
prevention@preveam.fr

Alcool et drogues au travail : Parlons-en



Parlons ensemble de votre consommation sans tabou et en toute confidentialité

Pourquoi consomme-t-on ?

Alcool, tabac, cannabis, cocaïne et bien d'autres sont autant de substances pouvant modifier l'activité mentale, les sensations, le comportement et les humeurs.

On les appelle des **Substances Psycho Actives (SPA)**. Les effets recherchés peuvent être variés : **plaisir, détente, diminution de la fatigue, des douleurs...**



Une consommation régulière peut entraîner un phénomène d'**accoutumance**, c'est-à-dire une tolérance plus importante de l'organisme aux substances. Il sera ainsi nécessaire de consommer davantage pour ressentir les mêmes effets.

Quels sont les risques ?

Les effets et dangers varient suivant les produits et l'usage (usage simple, usage à risque, usage nocif et dépendance). Ces usages peuvent avoir des impacts à court et moyen terme sur les sphères privée et professionnelle. La consommation de plusieurs substances augmente considérablement ces risques.

★ Impacts sur la santé :

Diminution de la vigilance et des réflexes, troubles de la vision, insomnie, irritabilité, dépression, anxiété, prise de risque (comportement dangereux), coma, accident cardiaque, hypertension artérielle, cancer...

★ Impacts sociaux :

Isolement, violence conjugale et familiale, endettement, divorce, problème judiciaire, retrait de permis de conduire...

★ Impacts professionnels :

Risque d'erreur, moindre efficacité, accidents du travail ou de trajet, conflits, absentéisme, isolement, perte d'emploi...

Les risques sont majorés dans le cadre de :

- ★ la conduite de véhicule,
- ★ les métiers de sécurité ou à risques,
- ★ la manipulation d'outils/machines dangereuses,
- ★ la prise de certains médicaments,
- ★ l'existence de certaines pathologies.



Consommation et Travail : ce que dit la loi ?

★ La responsabilité du travailleur

Il incombe à chaque travailleur de prendre soin, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail (article L4122-1 du Code du travail).

★ La responsabilité de l'employeur

L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs (article L4121-1 du Code du travail).

Il est interdit de laisser entrer ou séjourner dans les lieux de travail des personnes en état d'ivresse (article R4228-21 du Code du travail).

★ Les missions du Service de Prévention et de Santé au Travail (SPST)

Les SPST ont pour mission principale d'éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail.

Ils conseillent les employeurs, les travailleurs et leurs représentants sur les dispositions et mesures nécessaires afin [...] de prévenir la consommation d'alcool et de drogue sur le lieu de travail (article L4622-2 du Code du travail).

Le médecin du travail et l'infirmière en santé au travail sont à votre écoute. Ils sont soumis au secret professionnel.

