

6 questions pour savoir où vous en êtes...

Avez-vous déjà fumé du cannabis avant midi ?

OUI ☐
NON ☐

Avez-vous déjà fumé du cannabis lorsque vous étiez seul(e) ?

OUI ☐
NON ☐

Avez-vous déjà eu des problèmes de mémoire quand vous fumez du cannabis ?

OUI ☐
NON ☐

Des amis ou des membres de votre famille vous ont ils déjà dit que vous devriez réduire votre consommation de cannabis ?

OUI ☐
NON ☐

Avez-vous déjà essayé de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis sans y arriver ?

OUI ☐
NON ☐

Avez-vous déjà eu des problèmes à cause de votre consommation de cannabis (accident, violence, conflit...) ?

OUI ☐
NON ☐



Si vous avez coché deux OUI, parlez-en à un professionnel de santé et faites-vous aider.



Qui pour m'écouter et m'aider ?

» Les Professionnels de santé au travail connaissent les effets des drogues (infirmières santé travail et médecins du travail) : ils pourront vous conseiller.

» Mon médecin traitant

» Le CSAPA (Centre de Soins et d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) qui prévoit des consultations notamment pour les jeunes de moins de 25 ans.

→ TOUS SONT SOUMIS AU SECRET PROFESSIONNEL

Contacts utiles

→ Drogues info service
www.drogues-info-service.fr
0 800 23 13 13

→ Écoute cannabis
0 980 980 940

www.drogues.gouv.fr
www.drogues-dependance.fr



NOS CENTRES ▶ TÉL 02 96 74 72 74

PLÉRIN GUINGAMP
LOUDÉAC DINAN
LANNION



Pour connaître les dernières actualités, faire vos demandes de visites, consultez notre site internet.

www.aist22.fr



CONSEIL

MEDIAPILOTE (09-20-176) et photos : Gettyimages

Le cannabis n'est pas un produit inoffensif



présanse
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL
BRETAGNE

AIST22
santé au travail
CÔTES D'ARMOR

Qu'est-ce que le cannabis ?

C'est une plante dont on extrait un produit chimique, le THC responsable des effets sur le comportement.

- › La teneur en THC est très variable selon les préparations allant de 1% à 16 %, mais au fil des ans elle **ne cesse d'augmenter**.
- › Ses **effets nocifs sur la santé** deviennent mieux connus.
- › En France, le THC est inscrit sur la liste des stupéfiants, **c'est une drogue interdite**.

**4 000 000
DE CONSOMMATEURS**
dont 1,5 million de
consommateurs réguliers*

*C'est-à-dire plus de 10 fois par mois.



Ce que dit la loi...

Cannabis et travail

Le risque d'accident routier mortel est multiplié par **1,8** sous l'emprise de cannabis

et par **14** si le conducteur est en même temps sous l'emprise d'alcool.

Consommer du cannabis avant de prendre le volant peut provoquer :

- › des troubles visuels,
- › une difficulté à contrôler la trajectoire,
- › des mauvais réflexes en situation d'urgence
- › une prise de risques excessive (vitesse, dépassements)

Les postes de travail suivants sont également concernés par les effets indésirables du cannabis :

- › travail en hauteur,
- › utilisation de machines et outils,
- › manipulation d'agents chimiques dangereux, conduite d'engins motorisés,
- › travail auprès de personnes vulnérables (malades, personnes en situation de handicap, enfants, personnes âgées).
- › postes de management.



CODE DE LA ROUTE Art L235-1 : interdiction de conduire un véhicule, ou d'accompagner un élève conducteur, en ayant fait usage de stupéfiants.

CODE PÉNAL Art L222-37 : interdiction de détention (transport, offre, cession acquisition ou emploi illicite) de stupéfiants.

POUR LES POSTES DITS À RISQUES (pour la sécurité du salarié, de son entourage immédiat et des installations) l'entreprise peut effectuer un contrôle de consommation de cannabis au moyen de test de dépistage salivaire dans les mêmes conditions réglementaires que celles prévues pour l'alcool.

Des risques pour votre santé



Le THC se fixe rapidement dans le cerveau sur des récepteurs spécifiques. Les effets sont variables selon les personnes, la quantité fumée, la concentration du produit, le moment de la journée, l'association à d'autres drogues, alcool notamment.

Effet immédiat

- › Détente, euphorie, somnolence, diminution des réflexes, modification de la vue, de l'ouïe, du toucher, vertiges, nausées.
- › Les effets d'un joint sur le comportement peuvent durer jusqu'à 10 heures. Ces effets sont variables d'une personne à l'autre et selon les consommations associées ou non.

Consommation régulière

- › Pertes de mémoire et de l'élan vital, difficultés de concentration.
- › Réactions anxieuses, états de paniques, tentatives de suicide, agitation, hallucinations avec perte du contrôle du comportement.

Associé avec le tabac...

- › L'irritation des bronches, le développement du cancer des poumons sont favorisés.
- › Une consommation régulière peut mener à la dépendance, c'est-à-dire à la perte de la liberté de ne pas en consommer.

➔ Des traces de THC peuvent être retrouvées dans les urines après plusieurs semaines.

Des conséquences possibles pour votre travail

Difficultés des apprentissages théoriques et pratiques
Démotivation /// Retards répétés, absentéisme
Comportements inadaptés /// Fautes professionnelles
/// Isolement, dégradation des relations avec l'équipe
Accidents du travail et accidents de trajet domicile-travail
Perte d'emploi /// /// /// ///