

**NON AUX ADDICTIONS
OUI A MA SANTE !**



LES ESSENTIELS

Alcool, Tabac Cannabis



Ce document a été réalisé avec le soutien financier du Fonds de lutte contre les addictions.



Ce répertoire a été conçu et réalisé
par la Direction Veille et Edition du CIDJ.
Directrice Veille et Edition : Florence Devenne
Rédaction : Fatmata Camara, Jacky Jannot
Centre d'Information et de Documentation Jeunesse (CIDJ)
6/8 rue Oudiné - 75013 Paris
1 place du Louvre – 75001 Paris

Copyright CIDJ. Ce produit est la propriété intellectuelle du CIDJ. L'utilisation de ce document est réservée à un usage strictement privé. Il est interdit de le copier, de le transférer à des tiers ou d'en faire tout usage commercial. Toute utilisation abusive de ce document expose le contrevenant à des poursuites.

Sommaire

Etat des lieux.....	4
Enquête et stratégie.....	4
Alcool.....	5
Tabac.....	5
Cannabis.....	6
Rappel à la loi	7
Focus Sécurité routière	7
Focus au travail.....	8
S'informer.....	9
Toutes addictions	9
Alcool.....	9
Tabac.....	10
Cannabis.....	10
Focus Étudiants	11
Campagne de prévention.....	12
Alcool.....	12
Tabac.....	12
Aider - se faire aider	13
Toutes addictions	13
Alcool.....	13
Tabac.....	14
Cannabis.....	14
Focus Ultra-marins.....	15
Outils d'auto-évaluation	16

Etat des lieux

Enquête et stratégie

Drogues et addictions, Chiffres clés 2022

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

Alcool, tabac, cannabis, jeux d'argent et de hasard, cocaïne, MDMA/ecstasy, héroïne : tous les indicateurs pour chaque produit avec les usages, la consommation, les conséquences socio-sanitaires, les réponses publiques, l'offre et le marché.

[Consulter le document](#)

Les drogues à 17 ans : analyse de l'enquête Escapad 2022 – mars 2023

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

Enquête qui mesure l'évolution de la consommation de tabac, d'alcool, de cannabis et d'autres drogues entre 2017 et 2022. Chiffres sur les consommations selon le statut scolaire.

[Consulter le document](#)

Usages d'alcool, de tabac et de cannabis chez les élèves de 3e en 2021

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

Enquête qui s'intéresse aussi à la cigarette électronique, la chicha, le protoxyde d'azote, les jeux d'argent et de hasard dont les usages commencent dès la classe de 3e.

[Consulter le document](#)

La stratégie interministérielle de mobilisation contre les conduites addictives (Simca) 2023-2027

Édité par : Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca)

Les orientations stratégiques sont : doter chacun de la liberté de choisir, conforter le rôle clé de la sphère familiale, assurer à chaque usager une prise en charge adaptée, encadrer strictement la publicité et la vente des produits à risque, agir sur les prix, réduire la disponibilité et l'accessibilité des produits stupéfiants, vivre ensemble sans produits psychoactifs, faire des milieux de vie des environnements plus protecteurs, faire des fêtes et des grands événements des opportunités de mobilisation, observer, éclairer et évaluer pour mieux agir.

[Consulter le document](#)

Alcool

Dossier thématique : alcool

Édité par : Santé publique France

Dossier Consommation d'alcool en France : où en sont les Français ? Infographies, chiffres clés, interviews, repères de consommation.

[Lien](#)

La consommation d'alcool et ses conséquences en France en 2021

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

Bilan chiffré et commentaires sur les grandes tendances de la consommation d'alcool en France depuis 20 ans. Pour les 17-25 ans : la consommation globale baisse, mais les alcoolisations ponctuelles importantes (API) augmentent.

Information sur le marché de l'alcool, la prise en charge des usagers dans les structures spécialisées et hospitalières, les accidents de la circulation routière liés à l'alcool.

[Lien](#)

Tabac

Perception du tabac par les Français en 2022

Édité par : Alliances contre le tabac (ACT)

Peu de personnes connaissent les méfaits sociétaux et environnementaux de l'industrie du tabac par rapport aux conséquences sanitaires du tabagisme. Cette enquête montre comment une approche différente de la lutte anti-tabac peut amener à une prise de conscience permettant de réduire l'addiction tabagique.

[Consulter le document](#)

La vérité sur la consommation de tabac pour pipe à eau

Édité par : Organisation mondiale de la santé (OMS)

Présentation du tabac à narguilé, ses risques sanitaires et l'évolution de sa consommation. Recommandations de l'OMS pour réglementer son usage, au même titre que celui des cigarettes.

[Lien](#)

Que peut-on dire sur la cigarette électronique ?

Édité par : Comité national contre le tabagisme (CNCT)

Présentation des dispositifs et des produits "vapotés" et état des lieux des connaissances sur leurs risques sanitaires. Préconisations du CNCT quant à l'accessibilité des cigarettes électroniques, leur publicité et leur statut fiscal.

[Lien](#)

Les puffs : un risque d'épidémie pédiatrique

Édité par : Web Studios

Présentation des cigarettes électroniques jetables et de la réglementation qui les régissent. Explication des risques liés à leur usage chez les mineurs : spécifiquement visés par le marketing des puffs, les adolescents peuvent se les procurer facilement, ailleurs que dans les débits de tabac. Évocation du désastre environnemental attendu avec ces produits à usage unique.

À noter : cette plateforme de mobilisation citoyenne contre le tabagisme est soutenue par le Fonds de lutte contre les addictions.

[Lien](#)

Snus ou sachet de nicotine ? Le CNCT fait le point

Édité par : Comité national contre le tabagisme (CNCT)

Précisions sur le snus, sachet de tabac humide à sucer – interdit en France depuis 1992 mais disponibles sur internet – et le sachet de nicotine, sans tabac, apparu fin 2022. Les deux produits, aux multiples arômes, se présentent et se consomment de la même façon : une confusion facilitée par le vide juridique et entretenue par les industriels du secteur.

[Lien](#)

Le tabagisme chez les jeunes

Édité par : Comité national contre le tabagisme (CNCT)

Brochure qui présente les liens des jeunes avec le tabac, de leur initiation à leurs nouvelles pratiques, en passant par le tabagisme passif. Rappel des mesures prises par les autorités publiques pour protéger la jeunesse et contrer l'épidémie tabagique annoncée par des chiffres alarmants.

[Consulter le document](#)

Cannabis

L'essentiel sur... les jeunes et le cannabis

Édité par : Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca)

Niveaux de consommation du cannabis chez les adolescents et jeunes adultes, actions des pouvoirs publics pour lutter contre la banalisation du cannabis, mise au point sur les préjugés entourant cette drogue.

[Lien](#)

Synthèse thématique : cannabis

Édité par : Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT)

Vue d'ensemble du cannabis, allant des modes d'approvisionnement à la consommation des adolescents, en passant par les politiques publiques et leur perception par la population.

[Lien](#)

Rappel à la loi

La loi et les drogues

Édité par : Drogue-info-service – Santé publique France

Liste des drogues interdites, information sur les amendes et le traitement judiciaire des affaires d'usage de stupéfiants, le trafic de stupéfiants et les sanctions, la provocation à l'usage ou au trafic, la protection des mineurs face aux drogues.

[Consulter le document](#)

Focus Sécurité routière

Sam le conducteur engagé

Édité par : Sécurité routière

Vidéo de la campagne d'information "Sam sauve aujourd'hui ceux qui demain sauveront le monde".

[Lien](#)

[Sam le conducteur engagé](#)

« Celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas. Sam, on le choisit avant de sortir ! »

Sécurité routière : l'alcool et la conduite

Édité par : Ministère de l'Intérieur

Informations sur la réglementation et les sanctions, 10 conseils clés, campagne d'information, vidéos, témoignages.

[Lien](#)

Sécurité routière : la drogue et la conduite

Édité par : Ministère de l'Intérieur

Informations sur la réglementation et les sanctions, campagne d'information sur le cannabis au volant, vidéos, témoignages.

[Lien](#)

Focus au travail

Les conduites addictives de la population active. Chiffres clés issus de la cohorte CONSTANCES

Édité par : Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca)

Ces données concernent la consommation de tabac, alcool, cannabis et médicaments psychotropes anxiolytiques des salariés et agents du secteur public. Elles permettent des distinctions selon le genre, l'âge et le statut d'emploi.

[Consulter le document](#)

Le portail des addictions en milieu professionnel

Édité par : Actions Addictions

Présentation des addictions – y compris comportementales – fiches pratiques, témoignages, FAQ, tests d'auto-évaluation, annuaire des acteurs offrant un accompagnement.

À noter : portail soutenu par la Mildeca.

[Lien](#)

Pratiques addictives en milieu de travail. Comprendre et prévenir

Édité par : Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS)

Brochure d'aide à la compréhension des conduites addictives en milieu professionnel et de leurs conséquences. Présentation des actions de formation, d'information et de sensibilisation à engager.

[Accéder au document](#)

S'informer

Toutes addictions

Association Addictions France

Édité par : Association Addictions France

Sur le site : information et prévention sur l'alcool, le tabac, le cannabis, les addictions sans substances, la cocaïne, le crack et l'héroïne ; outils d'évaluation de la consommation ; formation des professionnels ; actualités.

[Lien](#)

Fédération Addiction

Édité par : Fédération Addiction

Sur le site : information et formation sur les addictions pour les professionnels de la santé de ville, du secteur médico-social, du secteur sanitaire; actualités sur les substances, les modes de consommation et les publics ; publications en ligne.

[Lien](#)

MAAD Digital - Média d'information scientifique sur les addictions

Édité par : Inserm

Sur le site : information scientifique, actualités, dossiers, infographies, quiz, vidéos, abécédaire. Espace Enseignants avec des fiches pédagogiques, des jeux de débats pour les adolescents.

[Lien](#)

Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca)

Édité par : Mildeca

Sur le site : information sur les addictions, la législation, dossiers de synthèse, fiches pratiques, podcasts, actions et retours d'expérience dans les régions.

[Lien](#)

Alcool

Alcool Info Service : espace jeunes

Édité par : Santé publique France

Sur le site : portail jeunes du site alcool-info-service, informations sur l'alcool et ses abus pour les jeunes et leurs proches, test en ligne pour évaluer sa consommation, annuaire de structures spécialisées, conseils pratiques pour limiter sa consommation, ligne d'écoute confidentielle au 0 980 980 930 tous les jours de 8h à 2h et tchat avec des professionnels.

[Lien](#)

Tabac

Comité national contre le tabagisme

Édité par : Comité national contre le tabagisme (CNCT)

Sur le site : informations sur le tabagisme, les produits vapotés et les manipulations des industriels du tabac. Tests pour connaître son niveau de dépendance et les dépenses qu'elle engendre. Conseils et aides pour arrêter de fumer.

[Lien](#)

Génération sans tabac

Édité par : Web Studios

Sur le site : décryptage des effets de l'industrie du tabac à travers des thématiques telles que les droits humains, l'environnement, le marketing, la fiscalité ou l'industrie du tabac. Actualités, infographies, vidéos, fiches d'informations et agenda offrent une vue d'ensemble, ainsi qu'une approche internationale avec un "Social Wall" qui agrège les contenus issus des réseaux sociaux.

À noter : cette plateforme de mobilisation citoyenne contre le tabagisme est soutenue par le Fonds de lutte contre les addictions.

[Lien](#)

Québec sans tabac

Édité par : Conseil québécois sur le tabac et la santé

Sur le site : informations sur le tabac, son industrie, ses déclinaisons, ses conséquences sur la santé et sur la société. Conseils de prévention adaptés aux sphères familiale, scolaire et professionnelle.

[Lien](#)

Cannabis

Cannabis : les risques expliqués aux parents

Édité par : Santé publique France (ex Inpes)

Sur le site : réponses aux questions que peuvent se poser les parents sur le cannabis. Informations sur le produit, son accessibilité et le risque pénal. Retour sur les idées reçues, indications pour amorcer un dialogue avec l'adolescent. Conseils pour trouver l'aide nécessaire en cas de consommation problématique.

[Lien](#)

Cannabis, ce qu'il faut savoir

Édité par : Santé publique France

Sur le site : de courts témoignages de jeunes consommateurs, traduits en LSF, abordent des problèmes liés à l'usage cannabique. Échec scolaire, bad trip, problème de sommeil et de concentration, troubles mentaux : chaque vidéo est suivie des explications et recommandations d'un expert. Liste de liens utiles pour se faire aider.

[Lien](#)

Comment parler du cannabis à nos jeunes ?

Édité par : Radio télévision belge de la communauté française (RTBF)

Sur le site : un psychologue et un médecin renseignent sur les effets du cannabis et la manière d'aborder le sujet avec les jeunes. Comment donner la bonne information, repérer les consommations problématiques, conserver le dialogue ? Vers qui se tourner ? Vidéo (33 minutes) de l'émission en bas de page.

[Lien](#)

Digression #13. Fun fact cannabis

Édité par : Université de Nantes et Le Vlipp

Sur le site : deux jeunes chercheurs abordent de manière décalée le cannabis, son histoire, son usage et la législation le concernant. Vidéo de 6 minutes 40.

[Lien](#)

Focus Étudiants

Guide des événements festifs et d'intégration à destination des étudiants

Édité par : ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche

Guide pour accompagner les associations étudiantes dans l'organisation d'événements festifs et d'intégration ; charte des événements festifs étudiants ; fiches pratiques ; information sur la réglementation spécifique à l'alcool, le bizutage, les violences sexistes et sexuelles.

[Consulter le document](#)

Mooc : prévention et réduction des risques en milieu festif

Édité par : Collectif des festivals

Formation gratuite en ligne en 10 étapes pour mettre en place une action de prévention et de réduction des risques (drogues, alcool, bruits, harcèlement sexuel) pendant un festival.

[Accéder au Mooc](#)

Campagne de prévention

Alcool

La “bonne santé” ? Rien à voir avec l’alcool !

Édité par : Santé publique France

Une campagne de prévention en janvier 2023 contre la banalisation de la consommation d’alcool.

[Lien](#)

Dry January

Édité par : Fédération Addiction

Chaque année en janvier : le Dry January/#LeDéfiDeJanvier. Il s'agit de ne pas boire d'alcool jusqu'à la fin du mois. Le site propose un flyer, une application Try Dry, une bannière, des guides et des affiches.

[Lien](#)

Cannabis

Tout sur le cannabis : une vidéo sur ses méfaits méconnus

Édité par : Foundation for a Drug-Free World

Vidéo accompagnée de sa transcription, présentant le cannabis, sa composition, ses effets, sa toxicité, la dépendance qu’il induit. Un point est fait sur les conséquences de la légalisation aux États-Unis et sur la prévention en France, la partie traitant du CBD a été actualisée. Un lien permet d’accéder au livret “Tout sur le cannabis”.

[Consulter le document](#)

Tabac

#MoisSansTabac

Édité par : Santé publique France

Le défi annuel "Mois sans tabac" a lieu tout le mois de novembre pour inciter les participants à arrêter de fumer. Ils sont ensuite accompagnés toute l'année avec conseils, informations et e-coaching personnalisé.

À noter : cette opération nationale est portée par le ministère de la Santé et de la Prévention, en partenariat avec l'Assurance maladie.

[Lien](#)

Campagnes vidéos

Édité par : Comité national contre le tabagisme (CNCT)

De courts messages audiovisuels alertent sur les méfaits du tabagisme et la duplicité de l'industrie du tabac, afin d'inciter les spectateurs à ne pas commencer de fumer et les fumeurs à arrêter.

[Lien](#)

Aider - se faire aider

Toutes addictions

Drogues info service

Édité par : Santé publique France

Informations sur les drogues et leur consommation, dico des drogues, tchat en ligne, forums de discussion, témoignages, répertoire des Consultations jeunes consommateurs (CJC), ligne d'écoute confidentielle au 0 800 23 13 13 tous les jours de 8h à 2h.

[Lien](#)

Association Addictions France

Édité par : Association Addictions France

Annuaire des Consultations jeunes consommateurs (CJC), des Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA), des services de prévention, des centres d'addictologie ; information sur les programmes de prévention et la formation des professionnels de santé et des travailleurs sociaux.

[Lien](#)

Le Village des addictions - Addict'Aide

Édité par : Addict'Aide

Portail des addictions pour les consommateurs, leurs proches et les professionnels de santé. Dossiers d'information sur les addictions : alcool, tabac, cannabis, opiacés, autres drogues, médicaments, jeux, écrans, comportements. Évaluer un risque d'addiction, trouver une aide près de chez soi, lignes d'écoute et forums.

[Lien](#)

Alcool

Alcool Info Service : espace jeunes

Édité par : Santé publique France

Portail jeunes du site alcool-info-service, informations sur l'alcool et ses abus pour les jeunes et de leurs proches, test en ligne pour évaluer sa consommation, annuaire de structures spécialisées, conseils pratiques pour limiter sa consommation, ligne d'écoute confidentielle au 0 980 980 930 tous les jours de 8h à 2h et tchat avec des professionnels.

[Lien](#)

Alcooliques Anonymes France

Édité par : AAF

Information sur le réseau et les réunions des AA près de chez vous ou en ligne, témoignages, ligne d'écoute confidentielle au 09 69 39 40 20.

[Lien](#)

Stop alcool

Édité par : Groupement romand d'études des addictions (GREAA)

Aides et conseils pour les consommateurs d'alcool et leur entourage, témoignages, thérapies, coaching, appli.

[Lien](#)

Tabac

J'arrête de fumer

Édité par : Santé publique France

Conseils pour bien débuter son sevrage, choisir un parrain ou un professionnel de santé, faire face aux difficultés et aux rechutes. Tests pour évaluer sa motivation d'arrêter de fumer, témoignages, renseignements sur les produits de substitution et sur le vapotage. Questions-réponses, liens utiles, application de e-coaching à télécharger gratuitement.

[Lien](#)

Et le tabac, t'en es où ?

Édité par : Fédération addiction et Respadd

Brochure reprenant des questions de fumeurs concernant leur consommation, leur motivation et leur envie de s'arrêter. Retour sur les idées reçues sur le tabac, test pour comprendre ses motivations de fumer. Pistes pour aller plus loin.

[Consulter le document](#)

Cannabis

Cannabis : connaître ses limites

Édité par : Respadd - Réseau de Prévention des Addictions

Livret pour informer les consommateurs et réduire les risques pour leur santé, ce guide permet une autoévaluation. Il propose des fiches de suivi pour mieux réfléchir à sa consommation cannabique.

[Consulter le document](#)

Stop cannabis

Édité par : Institut de santé globale de l'Université de Genève (ISG Unige)

Informations détaillées sur le cannabis, description des risques pour l'utilisateur, tests d'évaluation de sa consommation, témoignages et forum anonyme. Aides et suivi personnalisé en ligne pour son sevrage, conseils pour éviter une rechute, adresses et liens internet utiles francophones.

[Lien](#)

Focus Ultra-marins

Usages de drogues chez les adolescents en Martinique, en Guyane et à La Réunion

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

Les résultats de l'enquête EnCLASS 2021 menée dans les collectivités territoriales martiniquaise et guyanaise et dans le département/région Guadeloupe concernent les élèves du secondaire. Leur consommation d'alcool, tabac et cannabis y est détaillée, ainsi que l'usage de la chicha et de la cigarette électronique.

[Consulter le document](#)

Les usages de cannabis en population adulte en 2021

Édité par : Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

La population ultramarine consomme moins de cannabis qu'en métropole, mais que les consommateurs réguliers sont plus importants. Les résultats de La Réunion sont semblables à ceux du territoire hexagonal.

[Consulter le document](#)

Consommation de substances psychoactives à Mayotte. Résultats de l'enquête de santé Unono Wa Maore 2019

Édité par : Santé publique France

La plus faible consommation de tabac, alcool et cannabis à Mayotte par rapport à celle des habitants de la métropole ne doit pas dispenser d'actes préventifs forts, notamment en direction des hommes et des mineurs isolés.

[Consulter le document](#)

Enquête STEPS. Baromètre santé adulte 2021-2022.

Enquête sur les facteurs de risque des maladies chroniques des Calédoniens de 18 à 64 ans

Édité par : Agence sanitaire et sociale de la Nouvelle-Calédonie (ASSNC)

Les chapitres de l'enquête consacrés à la consommation de produits psychoactifs analysent la prévalence du tabac, de l'alcool et du cannabis en Nouvelle-Calédonie. Ils livrent des chiffres quant à leur usage par distinction d'âge et de genre.

[Consulter le document](#)

Plateforme d'échange et d'information drogues et dépendance d'Outre-mer

Édité par : Santé addictions Outre-Mer (Saome)

Plateforme dédiée aux professionnels qui mutualise des ressources nationales, internationales et de l'Océan indien autour de la prévention des conduites addictives : annuaire des acteurs de l'addictologie ; agendas des formations, colloques, initiatives dans les départements d'Outre-mer ; annuaire des acteurs de la prévention ; liens utiles.

[Lien](#)

Outils d'auto-évaluation

Addict'Aide : les outils d'évaluation, d'orientation et d'accompagnement

Édité par : Addict'Aide

Sur le site : tests et questionnaires de consommation et de dépendance pour l'alcool, le tabac, le cannabis, les addictions comportementales

[Lien](#)

Alcoomètre

Édité par : Alcool Info Service

Sur le site : test rapide de cinq questions qui permet de mesurer la consommation hebdomadaire d'alcool.

[Lien](#)

Calcoolateur

Édité par : Edulcalcool

Sur le site : ce test comprenant sept questions permet de mesurer le taux d'alcoolémie pendant une soirée.

[Lien](#)

J'arrête de fumer

Édité par : Tabac info service

Sur le site : tests pour connaître son profil de fumeur et ses motivations pour arrêter sa consommation de tabac, conseils stratégiques pour arrêter de fumer et résister durant la période de sevrage.

[Lien](#)

Respadd - Réseau de prévention des addictions

Édité par : Respadd - Réseau de prévention des addictions

Sur le site : la thématique Repérage et auto-évaluation propose des questionnaires, des grilles de dépistage, des tests sur la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis et les comportements des adolescents.

[Lien](#)