LE LIVRET DES HISTOIRES

FÉDÉRATION ADDICTION

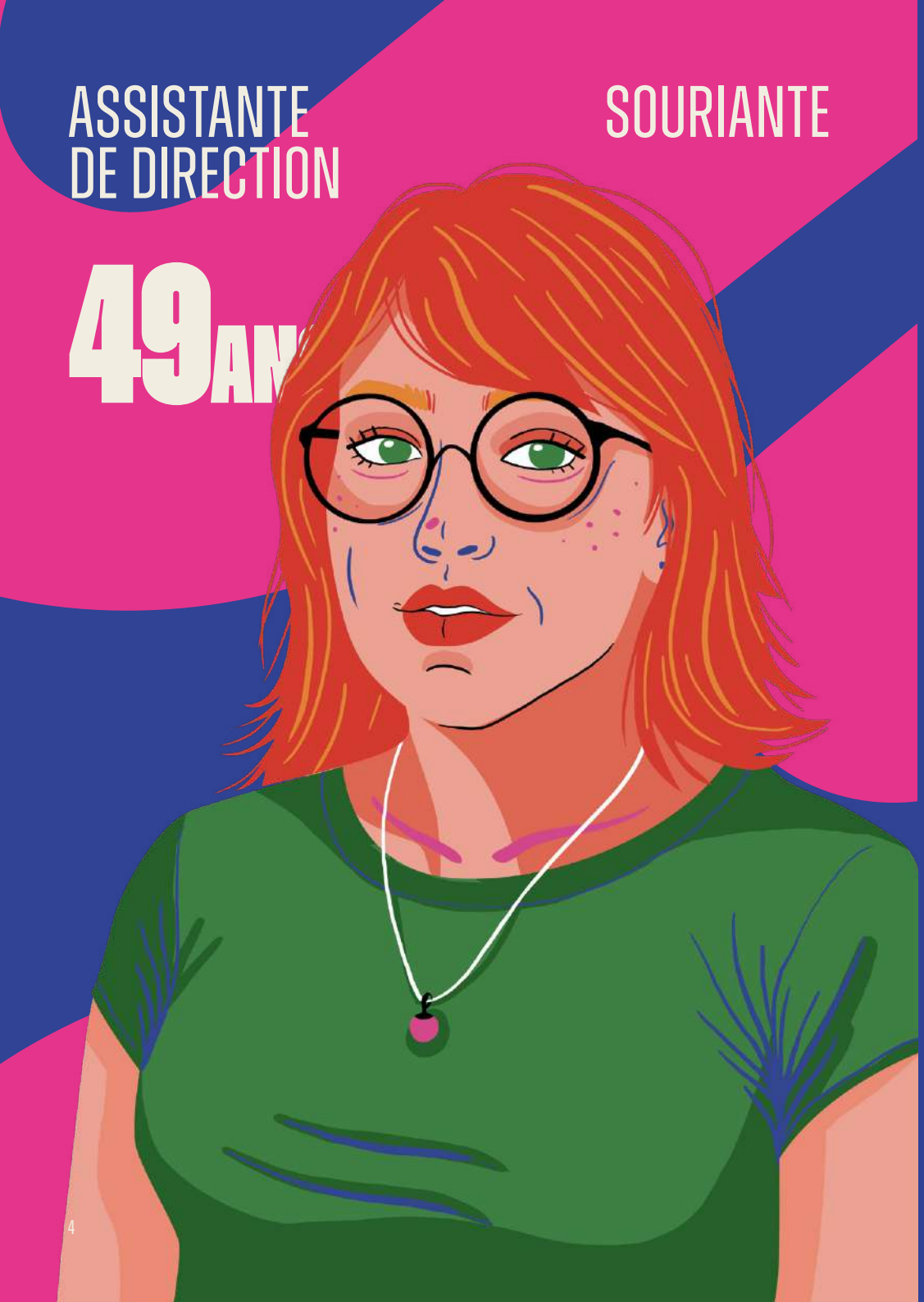
À travers les histoires racontées dans ce livret, vous découvrirez que la drogue n'est pas aussi marginale qu'on le pense.

Pour découvrir si votre personnage est drogué ou non, rendez-vous à la page correspondant à son histoire.

ASSISTANTE
DE DIRECTION

SOURIANTE

49 ANS



ISABELLE

Isabelle, 49 ans. Assistante de direction dans une petite ville à côté de Toulouse. Professionnelle, efficace, toujours souriante : la collègue idéale. Le week-end, mère modèle : sorties des enfants, repas en famille, vacances avec les amis bien huilées.

Sauf ce petit rituel : après le boulot, arrêt discret au bar-tabac. Loto instantané, grattage : l'adrénaline du gain rapide. D'abord un jeu, puis une habitude. Finalement, un besoin.

Son mari, ses enfants ? Ils ne voient rien. Isabelle est là, le frigo est plein. Mais les dépenses s'accumulent : plusieurs centaines d'euros parfois, qui pèsent de plus en plus sur son budget mensuel. Elle sait qu'elle glisse, mais impossible de s'arrêter, elle a peur d'en parler : à qui se confier ? Et si ses proches la jugeaient ? Ou même... ne la prenaient pas au sérieux ?

ELLE A PEUR D'EN PARLER : À QUI SE CONFIER ?

héloïse

Héloïse, 27 ans. Déprime profonde, crises émotionnelles intenses. Pas de mots sur ce qui l'abîme. Aucune vraie réponse des médecins. Juste une certitude : elle ne laissera rien freiner son ambition.

À 24 ans, elle devient trader. Pression constante, erreurs interdites. La cocaïne l'aide à tenir. Au début, c'est un coup de pouce. Mais très vite, ça devient un pilier.
Un jour, tout lâche. Dépression sévère. Tentative de suicide. Hospitalisation.

Enfin, le diagnostic : bipolarité. Elle prend conscience de son addiction mais surtout de l'impact de sa vie effrénée.

C'est là que tout bascule. Héloïse s'autorise à souffler. À décrocher. Le vrai tournant de sa vie a été d'accepter de ralentir et d'avancer avec des substances de manière occasionnelle.

RÉVEIL BRUTAL QUAND ELLE PREND CONSCIENCE DE SON ADDICTION.

TRADER

AMBITIEUSE

27 ANS

FEMME TRANS LIBÉRÉE

30 ANS

MARIA

Maria, 30 ans, vient de faire son coming-out en tant que femme trans. Depuis quelques mois, elle vit sa transition.
Un soulagement.
Aussi une source d'angoisses.
Les regards, les remarques, les tensions familiales.
Alors, elle priorise les nouvelles amitiés. Les soirées où elle se sent enfin libre.

La MDMA, la 3-MMC ?
Juste pour être plus à l'aise.
Profiter davantage, être plus extravertie.

Elle fait tester ses produits dès qu'un stand de réduction des risques est présent à ses soirées. S'assurer de ce qu'elle prend, limiter les risques, c'est important.

Les soirées se répètent, la consommation s'installe.
Profiter sans ? Moins évident.
Mais pas impossible.

S'ASSURER DE CE QU'ELLE PREND, LIMITER LES RISQUES, C'EST IMPORTANT.

HUGUES

Hugues, 85 ans, ancien médecin généraliste.
À 77 ans, après une opération de la hanche, son chirurgien lui prescrit du Tramadol, un antidouleur puissant, pour soulager les douleurs post-opératoires. D'abord temporaire, la prise devient quotidienne. Il enchaîne les doses pour calmer la douleur physique et l'anxiété grandissante.

Médecin, il sait que la dépendance est là, mais il lutte en silence.

« J'ai toujours été celui qui donnait des conseils, jamais celui qui avait besoin d'en recevoir » dirait-il.

Lentement, la culpabilité et la dépression s'installent. Montrer ses failles, jamais. Ce n'est pas ce que ferait un chef de famille. Les douleurs psychiques deviennent insupportables, et Hugues choisira d'y mettre fin violemment.

IL SAIT QUE LA DÉPENDANCE EST LÀ, MAIS IL LUTTE EN SILENCE.

MÉDECIN

PATRIARCHE

85 A

INSTITUTRICE

IRRITABLE

80 ANS

FRANÇOISE

Françoise, 80 ans. Ancienne institutrice, mère de deux filles. Un divorce qu'elle n'a jamais digéré. L'impression d'avoir échoué. Gérer le quotidien seule. La solitude, le stress, l'anxiété prennent le dessus.

Le médecin lui prescrit des somnifères. Ça l'aide à faire des nuits correctes. Pas assez. Elle ajoute la codéine pour intensifier les effets.
Mais la dépendance s'installe. Les comprimés deviennent un réflexe, puis un besoin. Sans eux, l'irritabilité, l'agressivité.
Alors, elle continue.
Quarante ans que ça dure.

Sa famille sait. Elle balaie leurs inquiétudes, refuse d'en parler. Aujourd'hui, son corps est usé. Son esprit vacille. La confusion s'invite, les absences se multiplient.

LA CONFUSION S'INVITE, LES ABSENCES SE MULTIPLIENT.

VINCIANE

Vinciane, 45 ans, cadre dirigeante, toujours en mouvement. Boulot, soirées, événements. Dans son milieu, l'alcool et la cocaïne circulent, mais elle, elle y touche rarement. En apparence, elle gère. Mais c'est aussi une grande stressée.

Les anxiolytiques sont devenus un coup de pouce régulier. Juste pour tenir le rythme. Ses amis médecins lui « dépannent » des ordonnances. Tellement pratique dans son quotidien chargé. Sa consommation ne l'empêche pas d'assurer. Au travail et dans sa vie perso. Elle continue à être sur tous les fronts. Même quand les pilules sont là tous les jours.

Et si un jour ça dérape, elle sait qu'il existe des structures spécialisées. Ça l'aide à relativiser.

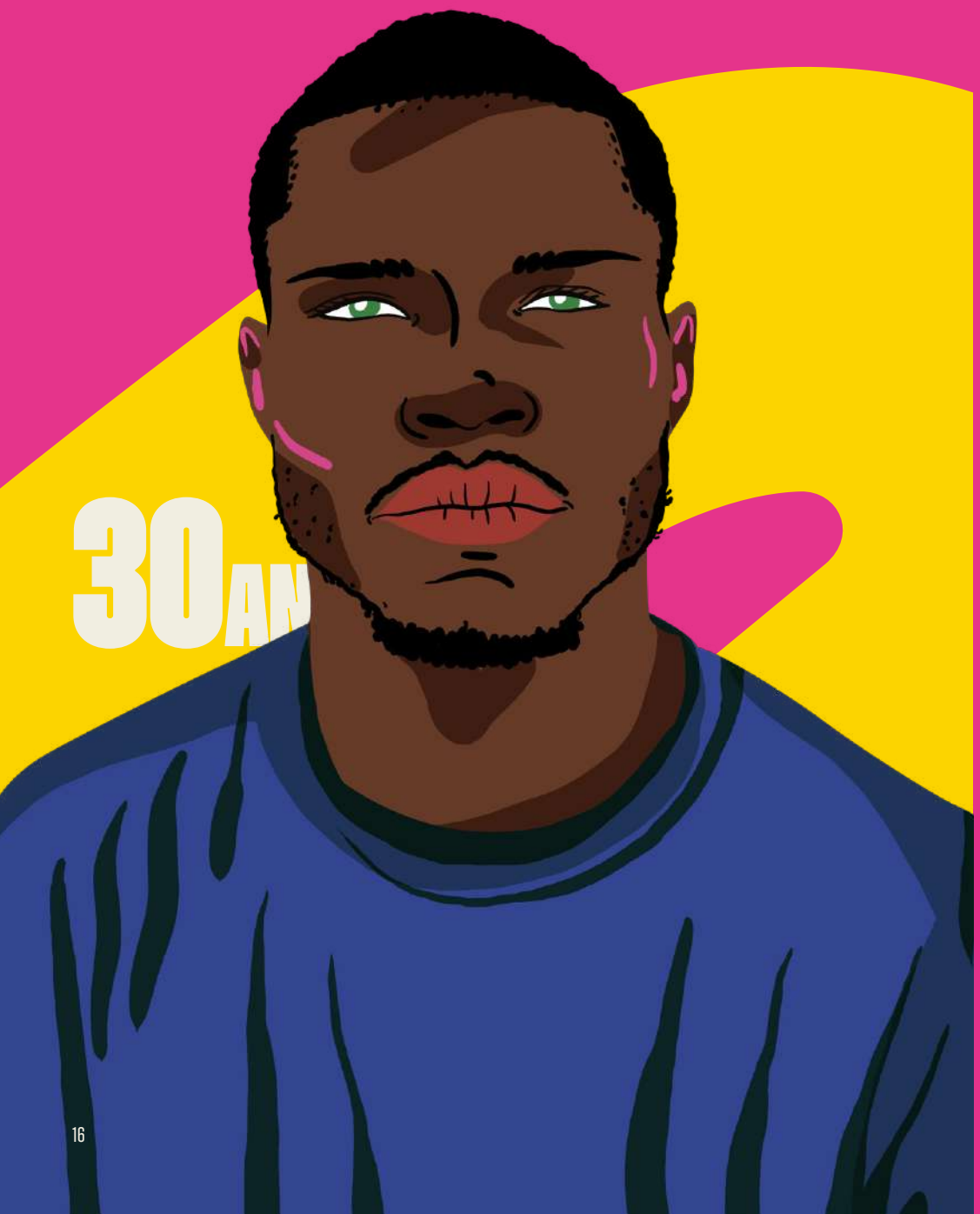
SI UN JOUR ÇA DÉRAPE, ELLE SAIT QU'IL EXISTE DES STRUCTURES SPÉCIALISÉES.

DIRIGEANTE

SOCIABLE

45 AN

MILITAIRE RÉSERVÉ



30 ANS

JEAN-BAPTISTE

Jean-Baptiste, 30 ans, ancien militaire. Originaire de Guyane. À 20 ans, il s'engage. La discipline, le cadre, ça lui fait du bien. Première opération extérieure : le Mali. La guerre. La mort de ses camarades sous ses yeux.

Il rentre à Cayenne, tente de reprendre une vie normale. Mais les souvenirs restent, hantent ses nuits. Alors, il boit. Quelques verres, puis un joint ou deux. Ça calme. Ça fait taire les cauchemars. Jusqu'à ce que ça ne suffise plus. L'angoisse remonte, la colère aussi.

Un soir, il dérape. Violence verbale, sa compagne menace de partir. Ultimatum : un psy ou elle s'en va.

PSYCHOTRAUMATISME ET ADDICTION, DEUX BLESSURES QUI S'ENTRELACENT.

Damien

Damien, 43 ans, responsable de rayon en grande surface. Fumeur depuis ses 14 ans. Avant, il bossait à l'usine. Puis le confinement, chômage technique, fermeture. Plus rien. L'ennui, la clope pour passer le temps. Une au réveil, une avec le café, une sur le chemin… Deux paquets par jour, sans même y penser.

Il sait que ça coûte une blinde, que sa toux s'aggrave. Mais arrêter ? Trop compliqué. À son nouvel emploi, la médecin du travail lui parle des patchs gratuits en pharmacie. Pas pour lui. C'est un collègue qui lui souffle l'idée de la vape. Il tente. Dosage max, saveur tabac blond, histoire de ne pas tout chambouler d'un coup.

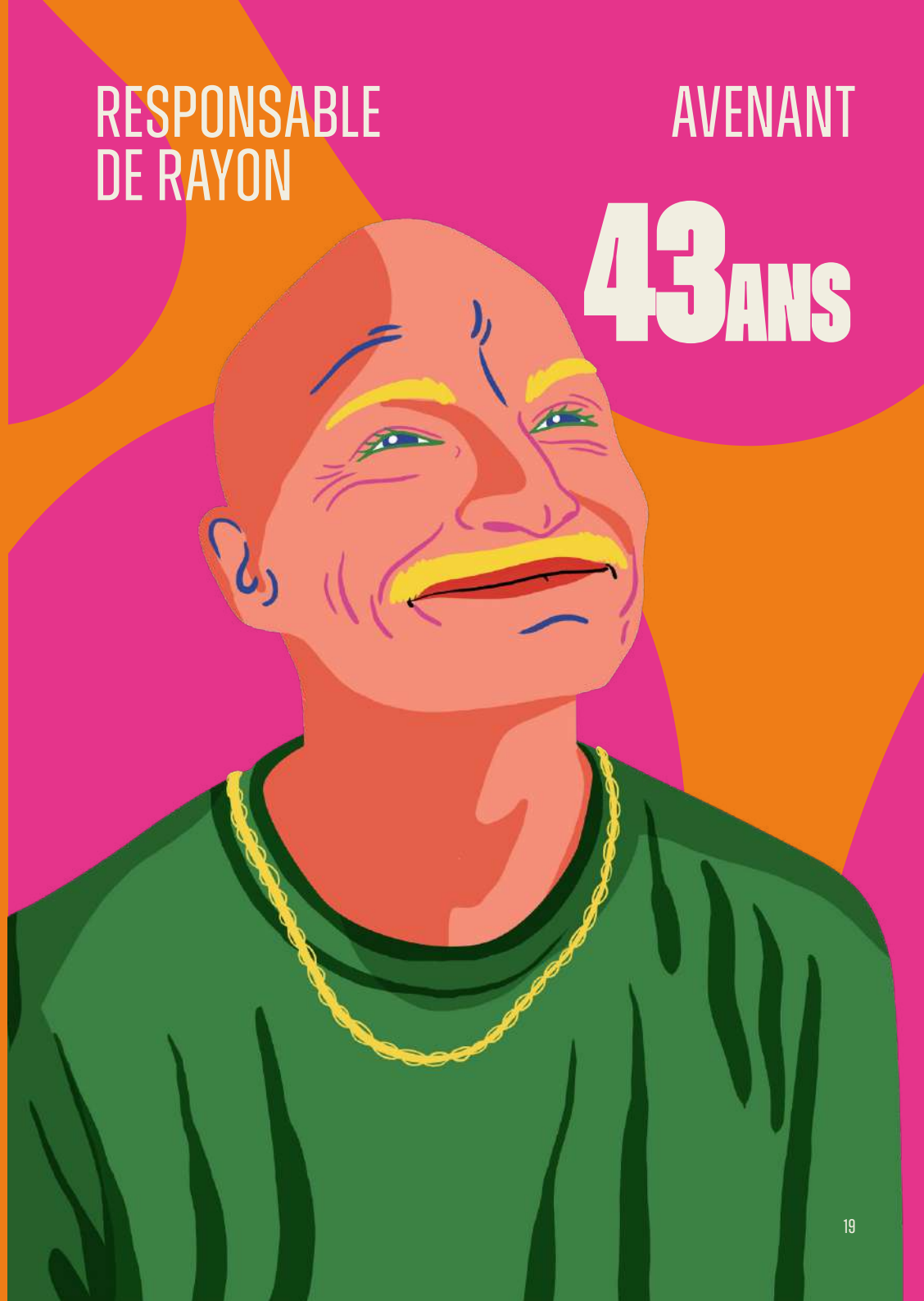
Il n'a pas lâché la clope du jour au lendemain, mais il en grille moins.

IL SAIT QUE ÇA COÛTE UNE BLINDE, QUE SA TOUX S'AGGRAVE.

RESPONSABLE DE RAYON

AVENANT

43 ANS



SANS PAPIERS

MÉLANCOLIQUE

33 ANS

ABDI

Abdi, 33 ans, originaire de Somalie. Il a survécu à la traversée ; pas ses proches. Arrivé à Paris, sans papiers, il alterne entre squats et hébergements d'urgence, balloté d'un endroit à l'autre. Le crack ? Juste un moyen de se lier aux autres. De reconstruire un cercle d'amis.

Il traîne à la «colline du crack», puis à Forceval, jusqu'à ce que la police démantèle le camp.

Là-bas, il avait croisé des associations, reçu un début de suivi social et médical. Depuis, plus rien. Il ne sait pas où retrouver ces équipes, et surtout, il a peur. Peur de se faire expulser, peur d'être arrêté. Alors il consomme, seul, caché.

LE CRACK ?
JUSTE UN MOYEN DE SE LIER AUX AUTRES.

VÉRONIQUE

Véronique, 58 ans. Auxiliaire de vie en EHPAD, à Marseille. Toujours partante pour un apéro après le service. Rigolote. Pleine d'énergie.

Le plus important ? Sa famille. Le déjeuner du dimanche. Ses quatre enfants. Les enfants de ses enfants. Un pastis pour patienter. Une bouteille de rouge pour déjeuner. Un digestif les jours de fête.

Un dimanche, elle remarque que Julia, sa fille, ne boit pas. Elle plaisante : « T'es enceinte ou quoi ? » Mais non. Julia fait le « Dry January ».

Un mois sans alcool, pour faire le point. Elle lui montre une appli, avec des conseils et un suivi. Véronique est intéressée. Prendre un verre fait partie de ses habitudes depuis des années. Mais ne pas en prendre ? Elle ne s'est jamais posé la question.

Elle hésite. Puis, elle se lance.

LE PLUS IMPORTANT ?
SA FAMILLE.

AUXILIAIRE DE VIE

AUDACIEUSE

58 ANS

ÉTUDIANTE EN ART

CRÉATIVE

22ANS

INÈS

Inès, 22 ans. Étudiante en école d'art. Rêve de devenir illustratrice de livres pour enfants. La pression académique est lourde. Trop de nuits blanches à peaufiner ses projets. Trop d'angoisse à vouloir tout rendre parfait.

Le cannabis ? Une habitude depuis le lycée. D'abord avec les potes, puis seule.
Un joint le matin, un autre avant dormir. Surtout en période d'exam. Elle se dit que ça l'aide. Mais elle sait que ça cloche. Toujours fatiguée.

Des trous de mémoire en cours. Moins d'inspiration quand elle dessine.

Elle ne l'a pas vu arriver, ce brouillard qui s'est installé doucement. Tout devient plus lent, plus flou. Même son imaginaire pourtant si vivant, semble s'éteindre doucement.

ELLE SE DIT QUE ÇA L'AIDE.

Loïc

Loïc, 29 ans. Vit en colocation dans le centre de Bordeaux. Serveur dans un bar-restaurant, pression constante, horaires décalés. Souvent fatigué, cernes marqués, fringues pratiques.

« Allez, on se secoue, les clients ont pas votre temps » répète son boss. Métier exigeant, salaire bas, cadence infernale. La cocaïne circule, normal. Un collègue lui en a proposé un soir de rush, pour tenir. Au début, c'était ponctuel. Maintenant, il tape aussi après le service, pour prolonger la détente.

Son patron s'en doute, mais tant que le taff est fait, il s'en fiche. Il sent que son corps fatigue. Les nuits blanches et les descentes le laminent. Moins de moral. Moins de vie sociale.

AU DÉBUT, C'ÉTAIT PONCTUEL.

SERVEUR RÊVEUR

29 AN

COLLÉGIEN

BON ÉLÈVE

14 ANS

MICKAËL

Mickaël, 14 ans. Vit en Guadeloupe. Collégien sans histoire, entouré d'une bande de copains inséparables. Dernière année avant le lycée. Brevet en approche. Plutôt bon élève, sauf en histoire-géo où il galère à tout retenir.

Après les cours, un rituel : Fortnite avec les potes, quelques heures devant l'ordi. Puis, le soir, Twitch sur son téléphone, pour suivre ses streamers préférés. Il adore ça. Ses parents, moins. Ils entendent parler d'addiction aux écrans, s'inquiètent. Trop de jeux, trop de temps en ligne… Et si leur fils était en train de décrocher ?

Rendez-vous dans une « consultation jeunes consommateurs ». Pour comprendre. Pour prévenir. Là-bas, on les rassure. Mickaël bosse bien. Se réveille à l'heure. Reste sociable. Rien d'alarmant. Juste un ado qui grandit, qui s'évade un peu. Une passion, pas une dépendance. Même si la frontière peut être mince.

IL ADORE ÇA. SES PARENTS, MOINS.

KELLY

Kelly, 30 ans. Vit à Grenoble. Coiffeuse la journée, fêtarde la nuit. Son style ? Rave : baskets, vêtements larges, looks fluo sous les strobos.

La coke au début, pour l'énergie, pour tenir le rythme. Puis la MDMA : plus forte, plus sociale. Une pilule pour danser plus longtemps, une autre pour se sentir plus connectée aux autres.

En soirée, elle veille plus sur les autres que sur elle-même.

Toujours une bouteille d'eau ou un gâteau sous la main, au cas où quelqu'un se sentirait mal. Elle a écumé les forums et tout retenu : les effets, les mélanges, les signes qui doivent alerter. Juste au cas où. Pour éviter le drame.

Kelly ne se voit pas comme une héroïne. Juste comme quelqu'un qui fait attention à ceux qu'elle aime.

EN SOIRÉE, ELLE VEILLE PLUS SUR LES AUTRES QUE SUR ELLE-MÊME.

COIFFEUSE

MATERNELLE

30 ANS

EX-DÉTENUE

TENACE

49 AN

NORA

Nora, 49 ans. Sortie de prison il y a quelques mois. L'errance, elle connaît. Les foyers, la rue, les cellules. Grandir dans la violence, fuir dans l'alcool et le cannabis, plonger dans l'héro à 23 ans.
Et après ? Les vols, les combines, les condamnations. La prison à 30 ans.

Là-bas, la drogue circule. Difficile à trouver, chère, coupée avec tout et n'importe quoi. Les seringues se partagent, les infections s'enchaînent. À sa sortie, l'addiction est toujours là.

Première injection, première surdose. Une amie a de la naloxone - un antidote aux surdoses d'opioïdes. Ça la sauve.

Elle est prise en charge dans un CSAPA : un centre de soins spécialisé. Traitement de substitution, suivi médical. Les jours sans conso passent. Parfois difficiles, parfois supportables.

À SA SORTIE, L'ADDICTION EST TOUJOURS LÀ.

LUNA

Luna, 21 ans, vit à Montpellier. Née en France, ses parents sont originaires du Vietnam. Ils ont toujours voulu qu'elle réussisse, qu'elle s'accroche malgré ses difficultés.
La concentration ? Son plus grand combat. Mais, elle bosse dur. Fac de droit. Ça la passionne. Toutefois, les révisions sont compliquées. Elle n'arrive pas à se poser plus de dix minutes pour étudier.

Un soir, une soirée comme une autre. Ses potes sortent de la cocaïne. Ils en prennent souvent. Elle, jamais tentée.

Mais ce soir-là, elle dit oui. Et ce qu'elle ressent n'a rien à voir avec ce qu'elle imaginait : pas de montée, pas d'euphorie.

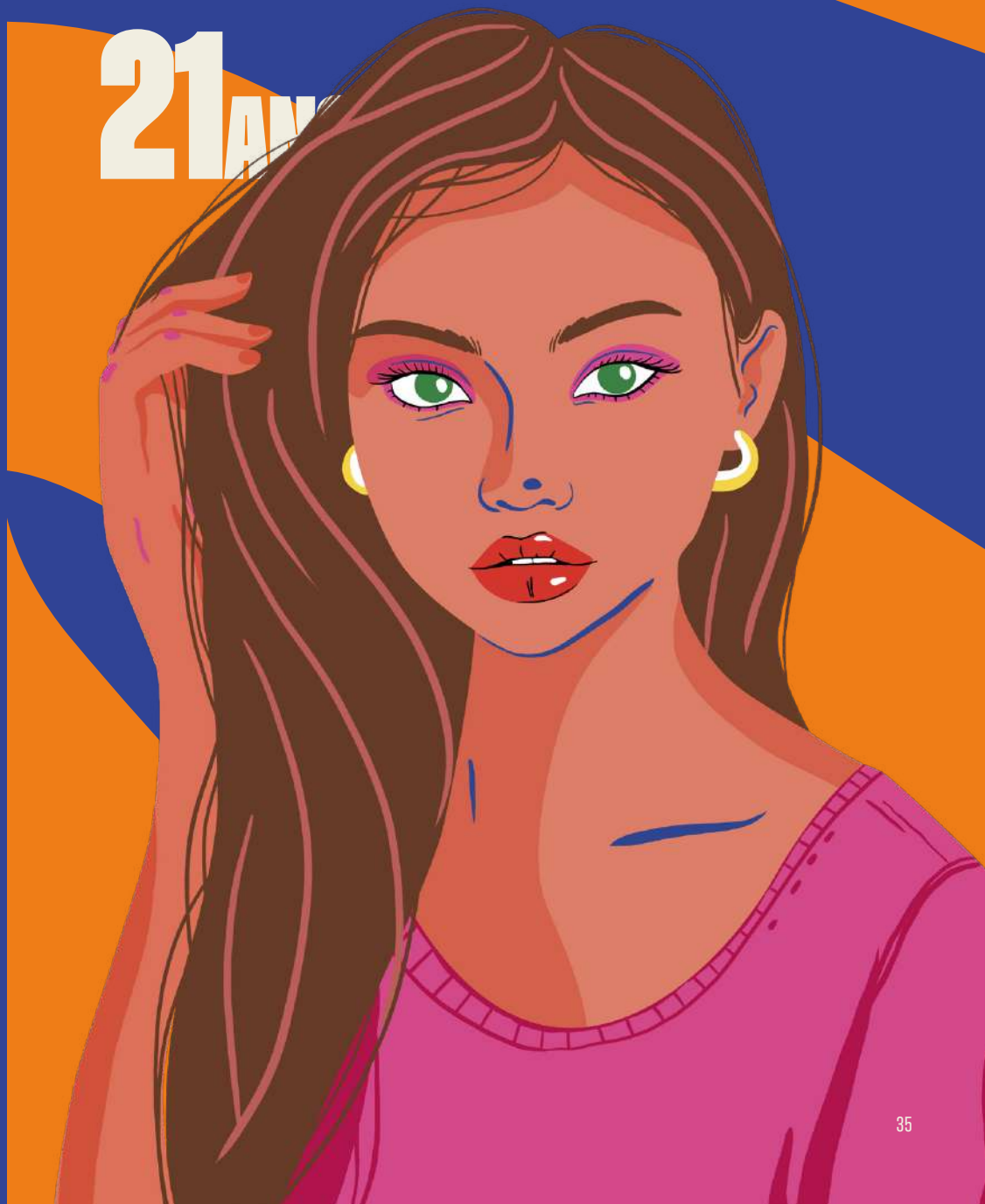
Elle cherche à comprendre. Se renseigne. Tombe sur des forums, des études. Une piste ? Le TDAH.

ELLE CHERCHE À COMPRENDRE.

TRAVAILLEUSE

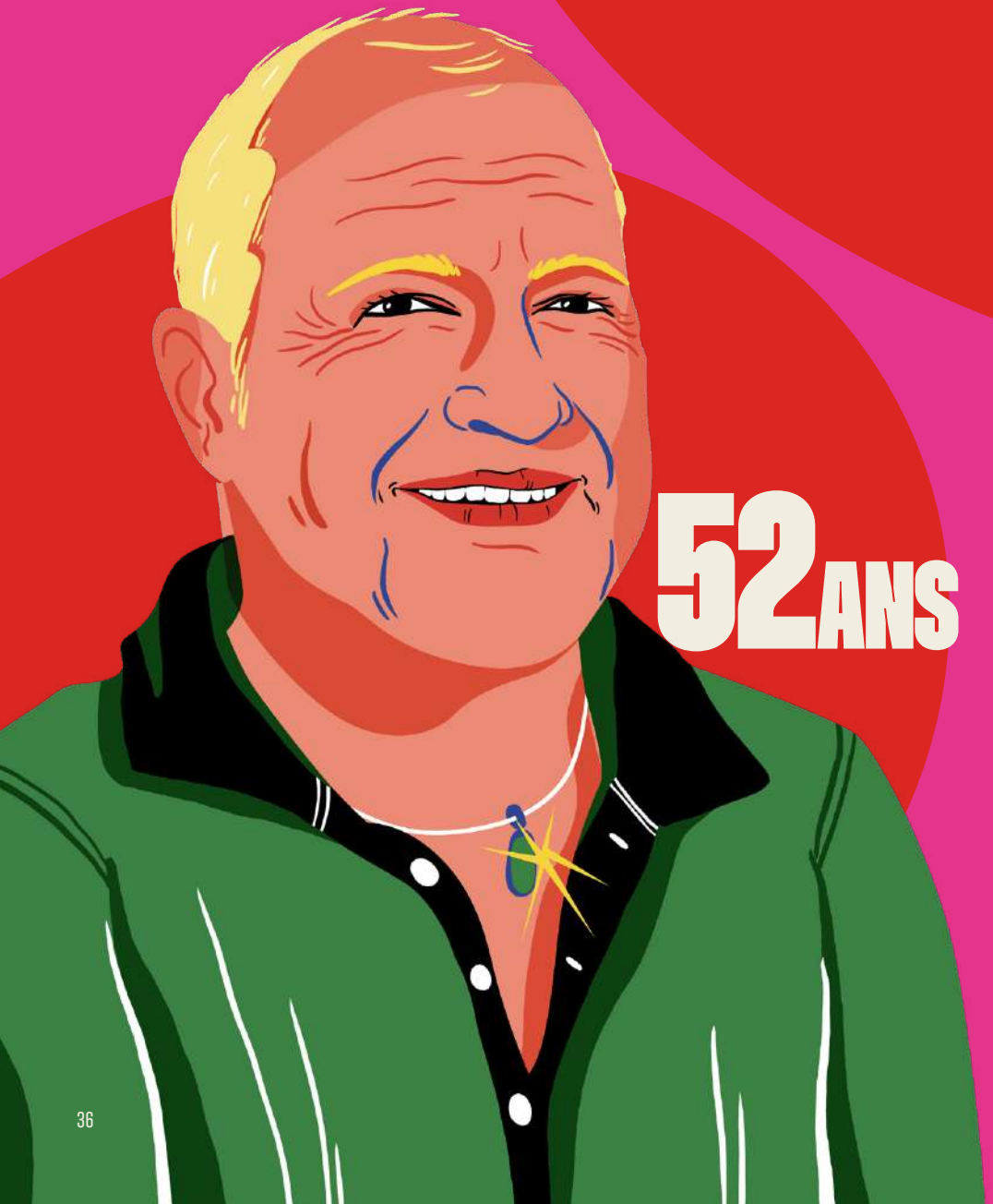
BAVARDE

21 AN



DIRECTEUR COMMERCIAL

OBSTINÉ



52ANS

MARC

Marc, 52 ans, directeur commercial en Martinique. Sa carrière en pause depuis deux ans. Cancer. Traitements lourds, douleurs incessantes. Il s'accroche, croit en ses chances.

À l'hôpital, un autre patient lui parle du cannabis. Il hésite, teste. Ça marche. La douleur s'atténue, il dort mieux. Mais acheter dans la rue ? Trop risqué. Il décide de cultiver lui-même. Il se renseigne, commande des graines, installe un petit espace dans son sous-sol. Rapidement, il maîtrise le processus.

Il fume chaque jour, c'est ce qui lui permet de tenir face à la douleur et de garder foi en l'avenir. À force d'en parler, d'autres patients lui demandent. Il partage. Un petit réseau se forme, un cercle d'entraide. Pour eux aussi, c'est une question de survie. Il sait qu'il prend des risques. Mais, il veut continuer à apaiser ses douleurs et celles des autres.

IL VEUT CONTINUER À APAISER SES DOULEURS ET CELLES DES AUTRES.

STÉPHANIE

Stéphanie, 39 ans. Ancienne enfant de l'aide sociale à l'enfance (ASE), livrée à elle-même à 18 ans. Galères, petits boulots, loyers impayables. Un canapé, puis un autre. Un soir, un pote lui file un cacheton pour « souffler un peu ». Morphine. Ça l'apaise, ça ralentit tout. Elle y revient. Puis, elle cherche plus fort. Le Skenan, qu'elle s'injecte.

Tout s'effrite. La came coûte chère. Les dettes s'accumulent. Les amis disparaissent. Pas les huissiers. Elle finit à la rue.

Violence, peur, nuits sans sommeil.
Le Skenan reste son seul refuge. Quand il manque, l'alcool prend le relais.
À Paris, elle traîne autour de Gare du Nord, où elle achète ses doses.

Elle a pris l'habitude de se rendre dans la salle de consommation à moindres risques du quartier. Là-bas, c'est propre, sécurisé. Matos stérile, personnel médical en cas de galère. Une assistante sociale l'aide à remettre un pied dans le système.

LÀ-BAS C'EST PROPRE, SÉCURISÉ.

ANCIENNE ENFANT DE L'ASE

MÉFIANTE

39 ANS

PHOTOGRAPHE

TIMIDE

56 ANS

ÉTIENNE

Étienne, 56 ans.
Vit à Bressuire, Deux-Sèvres.
Photographe, respecté pour son travail. Gay dans un coin où ça ne va pas de soi.
Il a toujours composé avec.

Un amant lui fait découvrir les drogues en contexte sexuel. 3-MMC, GHB.
Il aime l'effet : le lâcher-prise, la confiance soudaine.
Pour la première fois, il s'autorise à exister sans retenue. Mais, il veut garder le contrôle. Juste quelques fois par an, pas plus.

Il fait analyser ses produits par correspondance, histoire d'éviter les mauvaises surprises. Il a mis trop de temps à s'assumer pour tout risquer sans réfléchir.

IL FAIT ANALYSER SES PRODUITS PAR CORRESPONDANCE.

KARINE

Karine, 49 ans. Paris 9, appartement spacieux, adresse qui en impose. Directrice financière dans la cosmétique, carrière en ascension constante. À la maison, c'est pareil : elle gère tout. Les devoirs, les vacances, les week-ends optimisés. Rien ne dépasse.

L'alcool commence par quelques verres en soirée. Puis un ou deux, seule, après le dîner. Du bon vin, des cocktails raffinés. Juste pour relâcher la pression. Un rituel qui s'installe. Une bouteille au bureau, une flasque dans la voiture. Le matin, c'est café serré et gouttes pour les yeux. Elle tient. Elle contrôle.

Son corps, dont elle prend si soin, accuse le coup. Son sommeil s'effrite, sa patience aussi. Elle n'est pas comme ces gens qui ont un problème. Elle, c'est autre chose. C'est passager. C'est sous contrôle.

LES SIGNAUX S'ACCUMULENT, MAIS ELLE LES BALAIE.

DIRECTRICE FINANCIÈRE

BRILLANTE

49 AN

DYNAMIQUE

SOCIABLE

26ANS

NOAH

Noah, 26 ans.
Vit à Lyon. Commercial dans l'événementiel. Dynamique, sociable. Découvre le chemsex via Grindr. Une fois, puis deux. Très vite, ça devient un rituel du week-end.

GHB, 3-MMC, kétamine, poppers. Chaque session dure plusieurs jours. Le mélange est calculé, précis. Juste ce qu'il faut pour tenir plus longtemps, ressentir plus fort.

Un jour, il apprend qu'un ami est mort d'un « g-hole ». Ça le percute. Il voudrait ralentir. Il essaie. Mais les applis sont là, les invitations aussi. Il pousse la porte d'un centre LGBQIA+. Groupe de parole, réduction des risques. Il écoute, parle un peu. Il n'a pas arrêté. Mais, il espace. Il tente de reprendre le contrôle.

RESSENTIR PLUS FORT.

SAMUEL

Samuel, 33 ans. Un village près de la frontière belge. Un CAP de mécanicien en poche à 16 ans, un job direct derrière. Son avenir semblait tracé. Et puis la rupture brutale avec Estelle.
Une claque. Il s'accroche, mais trépasse. Erreurs au boulot, licenciement. Du seul garage à la ronde. Plus de taf, plus d'Estelle.

Un pote lui parle de l'héroïne. Une drogue puissante, anesthésiante. Pas chère en plus, moins de 20€ le gramme. Il essaye.
Une révélation. Tout disparaît.

La douleur, l'angoisse. Juste une chaleur douce, l'impression que tout va bien. Il recommence. Puis il s'injecte, pour sentir plus fort, plus vite.

Ses objets disparaissent pour financer sa conso. La guitare. La voiture. La montre d'Estelle. Et puis, les gens. Ils s'éloignent, lassés. Aujourd'hui, il est seul, au RSA. Il voudrait s'en sortir, mais le centre de soin le plus proche est à Amiens, à plus d'une heure. Plus de voiture, pas de bus. Pas d'argent pour déménager. Pas d'issue.

IL VOUDRAIT S'EN SORTIR, MAIS LE CENTRE LE PLUS PROCHE EST TROP LOIN.

MÉCANICIEN

AVENIR TRACÉ

33 ANS

DIRECTEUR ARTISTIQUE

EXIGEANT

34 ANS

DAVID

David, 34 ans. Directeur artistique à Paris depuis ses 22 ans. La drogue a vite fait partie de sa vie. D'abord dans les soirées entre collègues, pour sociabiliser sans effort. Puis très vite, la coke l'accompagne tous les jours, pour tenir des nuits entières à bosser. Il est épuisé, mais c'est son carburant. Sans elle, impossible d'avancer.

Au fil des années, le corps s'affaiblit. La fatigue grandit. Et son compte en banque se vide.

Il entend alors parler du free-base, ajouter du bicarbonate à la coke. L'effet est décuplé et ça coûte moins cher. Fini les soirées. Il profite mieux quand il est seul chez lui. David se coupe du monde.

Un jour, un reportage le frappe, ce qu'il consomme a un nom : le crack. Il est choqué : le crack, c'est « un truc de SDF ». Impossible pour lui d'en parler, la honte sociale serait trop grande. Il tente alors de diminuer dans son coin, mais ne résiste pas plus de quelques jours.

IMPOSSIBLE POUR LUI D'EN PARLER.

IBRAHIM

Ibrahim, 24 ans. Vit avec sa mère dans un petit appartement à Saint-Denis. Vendeur dans un magasin de sport, passionné de foot, supporter du PSG. Il connaît les équipes, les stats, les dynamiques de jeu. Il parie sur chaque match. Sur chaque détail qu'il pense pouvoir prédire.

Il commence petit, quelques euros par-ci par-là.
Puis, il installe plusieurs applis de paris, mise à chaque match. 10€, 20€, 50€. Ça monte vite. 300, 400€ par mois.

Malgré les pertes qui s'accumulent, il continue. Il se persuade qu'il va finir par décrocher gros, changer de vie. Mais plus il mise, plus il perd la main. Et ce n'est plus un jeu depuis longtemps.

À CHAQUE NOUVEAU PARI, L'ESPOIR : CELUI DE GAGNER GROS.

VENDEUR PASSIONNÉ

24 AN

ISABELLE P.4

HÉLOÏSE P.6

MARIA P.8

HUGUES P.10

FRANÇOISE P.12

VINCIANE P.14

JEAN-BAPTISTE P.16

DAMIEN P.18

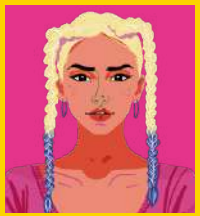
ABDI P.20

VÉRONIQUE P.22

INÈS P.24

LOÏC P.26

MICKAËL P.28



KELLY P.30

NORA P.32

LUNA P.34

MARC P.36

STÉPHANIE P.38

ÉTIENNE P.40

KARINE P.42

NOAH P.44

SAMUEL P.46

DAVID P.48

IBRAHIM P.50

AVEZ-VOUS SU RECONNAÎTRE SON VRAI VISAGE ?

À travers le prisme d'un jeu basé sur des stéréotypes physiques, nous souhaitons ouvrir les yeux du grand public : nous côtoyons les drogues tous les jours.
Tous les personnages de ce plateau consomment : de l'alcool, du cannabis, de la cocaïne, du tabac ou encore jouent à des jeux d'argent...

Mais qu'est-ce qui vous a convaincu·e que votre personnage consommait de la drogue ou non ? Sur quels signes physiques distinctifs vous êtes-vous appuyé·e ?
Les clichés sur les drogues et leurs consommateur·trice·s ont la vie dure.

Réduire son stress, être plus sociable, tenir un rythme exigeant... il y a autant de raisons de consommer qu'il y a de consommateur·trice·s. Pourtant, toutes les consommations comportent des risques : en parler, c'est la première étape pour les réduire.

En parler, c'est aussi refuser que la honte prenne le dessus sur la santé, et permettre à toutes celles et tous ceux qui en ont besoin d'accéder à des services de prévention, de réduction des risques et de soins.

Une consommation de drogues, quelle que soit la substance, légale ou non et bien que seulement occasionnelle, comporte néanmoins toujours des risques. Même avant qu'une dépendance ne s'installe, elle peut devenir problématique : quand les quantités augmentent ou que des conséquences se font sentir sur la santé ou la vie quotidienne...

Vous vous posez des questions sur les risques ou sur une possible addiction, pour vous ou pour un·e proche ? Les professionnel·le·s de l'addictologie sont là pour vous aider : des centres spécialisés, anonymes et gratuits existent partout en France.
Renseignez-vous sur *drogues-info-service.fr*

COMMENT RECONNAÎTRE L'ADDICTION ?

Perte de contrôle :
La personne n'arrive pas à limiter sa consommation malgré ses intentions.

Conséquences négatives :
L'usage entraîne des problèmes (santé, travail, relations, finances…), mais la personne continue.

Dépendance physique et/ou psychologique :
Présence d'un besoin irrépressible (« craving »), d'une tolérance ou d'un syndrome de sevrage à l'arrêt.

Si vous ou un·e de vos proches êtes concerné·e·s par ces critères, n'hésitez pas à vous tourner vers des professionnel·le·s spécialisé·e·s et/ou renseignez-vous sur *drogues-info-service.fr*

La Fédération Addiction, c'est un réseau de professionnel·le·s – médecins, éducateur·trice·s spécialisé·e·s, psychologues, travailleur·se·s sociaux·ales – engagé·e·s aux côtés des personnes confrontées à une addiction ou simplement usagères de drogues licites comme illicites.
Nous suivons autant les individus qui consomment des produits (alcool, cannabis, médicaments…) que ceux dont les comportements présentent des risques d'addiction (jeux d'argent, écrans, etc.) : ce qui compte pour nous, c'est la personne dans sa globalité.

Nous accompagnons, sans jugement.

Nous croyons à une approche humaine, fondée sur la compréhension, l'écoute et la réduction des risques.

Nous soutenons les professionnel·le·s de terrain, nous défendons leurs intérêts, nous participons à améliorer l'accompagnement des personnes concernées. Et nous faisons entendre leurs voix, comme celles des personnes concernées, auprès des institutions.

Notre mission : faire évoluer les regards, casser les clichés, et permettre à chacun·e de trouver sa propre voie vers un mieux-être. Et prouver au plus grand nombre que la consommation de drogue n'a pas qu'un visage.

FÉDÉRATION ADDICTION
Prévenir I Réduire les risques I Soigner

QUI EST LE DROGUÉ?