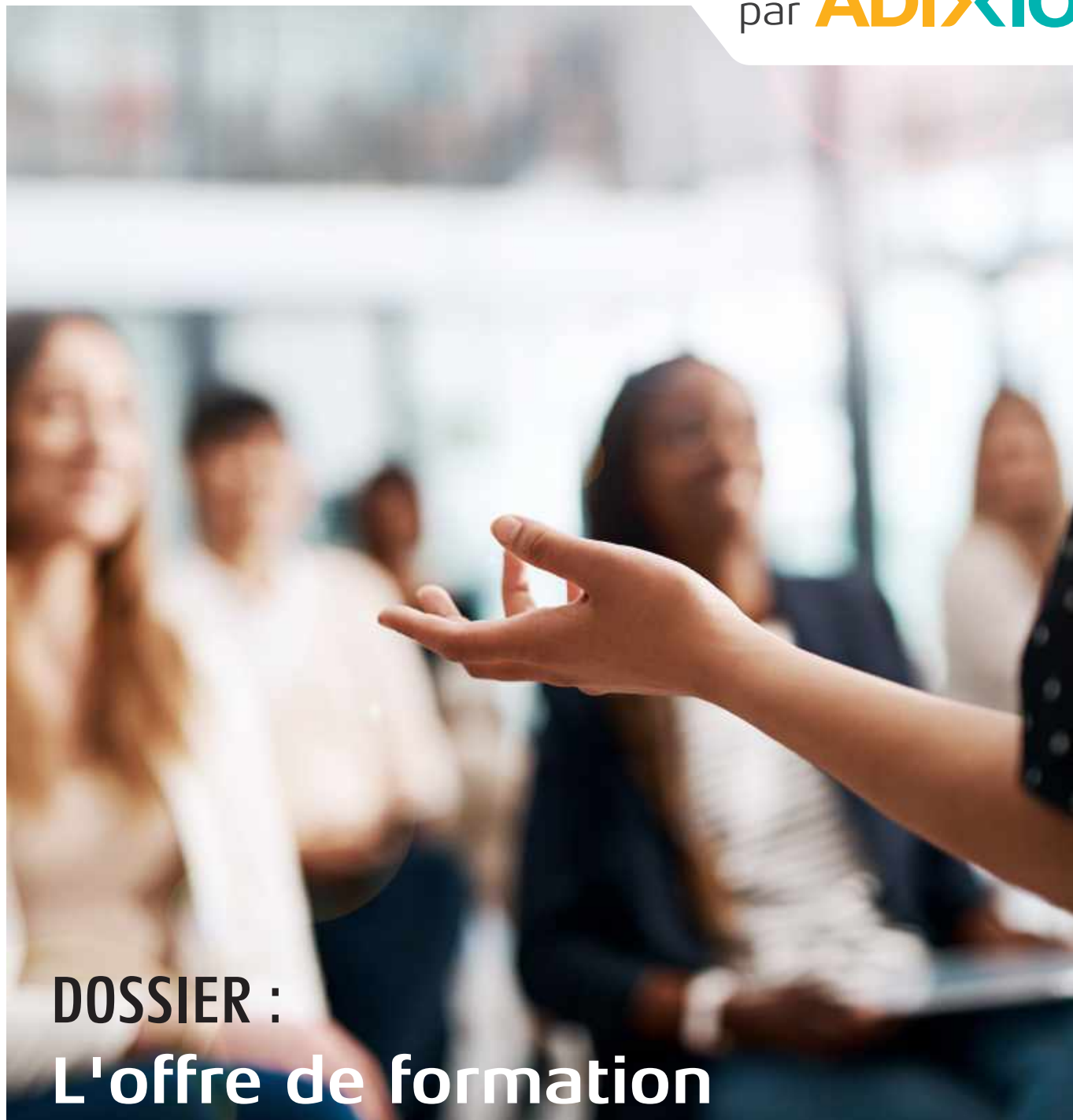


# Contraddiction

par **ADIXIO**



## DOSSIER : L'offre de formation

pages 8-12 Dossier

Spécial Alcool  
Dry January / Les femmes et l'alcool

pages 15-16 Interviews

ADIXIO étudie son implantation dans les DOM

n°183

## Adhérer à ADIXIO, c'est :

### > SOUTENIR

Le travail des militants dans leur action d'entraide et d'écoute.

### > ENCOURAGER

Les actions de prévention des addictions au sein de La Poste et d'Orange.

### > S'IMPLIQUER

Dans la vie démocratique de l'association.

## BULLETIN D'ADHÉSION OU DE SOUTIEN

J'adhère à l'association (16€)

Je fais un don supplémentaire de ..... €

Je soutiens l'association (16€)

Je joins un chèque de ..... € à l'ordre d'Adixio

NOM : ..... PRÉNOM : .....

DATE DE NAISSANCE : ..... / ..... / .....

ADRESSE PERSONNELLE : .....

.....

E-MAIL : .....

Orange

Filiales Orange

Groupe La Poste

Service courrier Colis

Réseau

Géopost

La Banque Postale

Numérique

Filiales

N° IDENTIFIANT : ..... DIRECTION D'ATTACHE : .....

FONCTION : ..... LIEU D'ACTIVITÉ : .....

AUTRES STRUCTURES : (précisez) .....

**Bulletin à envoyer à ADIXIO - 82 bis rue Blomet - 75015 PARIS**

# SOMMAIRE

## **Dossier : spécial formation**

L'offre de formation

› Pages 4-7

## **Dossier spécial alcool**

Dry January

L'alcool et les femmes

› Pages 8 - 12

## **Reportage**

KAIROS : les recettes d'un centre de soins innovants

› Pages 13-14

## **Interviews**

ADIXIO étudie l'opportunité de s'implanter en Guyane, en Guadeloupe et en Martinique

Christian Trémoyet / Odile Chevalier / Roselyne Léon

› Pages 15-16

## **Vie des régions**

PACA - Languedoc Roussillon/ Centre Val de Loire-Poitou Charente

Retour sur la journée des pros du BTP

› Pages 17-18

## **Zoom sur ...**

Le projet TRAACT

› Page 19

## **Contraddiction**

### **ADIXIO**

82 bis, rue Blomet 75015 Paris

Tél. 01 53 79 61 61 - Fax 01 45 63 98 41

[www.adixio.fr](http://www.adixio.fr) - [contact@adixio.fr](mailto:contact@adixio.fr)

**Directeur de la publication** : Christian Trémoyet

**Rédacteur en chef** : Christian Andréo

**Maquette** : Agence ZAKKA

**Mise en page / iconographie** : Audrey Lemaire

**Ont collaboré à ce numéro** : Christian Andréo,

Éric Clairet, Jérôme Garcia, Audrey Lemaire, Coralie Meunier,

Vitaline Pigeon,

**Journalistes** : Anne-Claire Gras, Agnès Morel

**Crédit photos** : ©ADIXIO, ©Agnès Morel, ©Getty Images ©Istock

**Impression** : Imprimerie Pierre Trollé

Chemin de la Houssoye - 62870 Buire-le-Sec

**N°ISSN Amitié** : 2105-6366

**Parution** Janvier 2020

**Dépôt légal** : à parution

**Tirage** : 20 000 exemplaires

*Avec le soutien du COGAS du Groupe La Poste et du CCUES d'Orange.*



## ÉDITO

# Nouvelle année : la transformation continue !

2019 fut riche en événements : un changement de nom, c'est toujours un nouveau chapitre qui s'ouvre pour une association comme la nôtre.

Je vous souhaite, pour la première fois au nom d'ADIXIO, une merveilleuse année 2020, bonheur et réussite dans vos projets.

Un nouveau nom, mais une même mission : une équipe de bénévoles et salarié.e.s toujours au service des personnes souffrant d'une addiction, toujours au plus près des besoins de nos entreprises partenaires.

Notre association commence l'année avec un réseau complet et nous l'espérons, de nouveaux bénévoles qui vont venir rejoindre les équipes dans les nouvelles régions ouvertes en 2019, notamment en Aquitaine.

### **Un réseau complet ? Pas complètement.**

Comme vous le verrez dans ce numéro, ADIXIO a pour projet de déployer ses interventions dans les territoires d'Outre-Mer, qui ne sont pas épargnés par les addictions mais ne bénéficient pas pour l'instant de nos actions.

Nous espérons que 2020 sera l'année de l'implantation d'ADIXIO dans ces territoires, c'est une question d'équité qui passera forcément par la mobilisation de forces bénévoles, notre association est ainsi faite.

Pour finir, vous trouverez dans ce numéro un focus sur notre nouvelle offre de formation. L'association change, ses actions également et il était important de donner la parole à toutes les parties prenantes: bénévoles, salariés et partenaires vous parlent de leur action avec ADIXIO.

En espérant que ce numéro vous donnera envie de nous rejoindre, je vous souhaite à nouveau une bonne année 2020 et je profite de ces vœux pour remercier tous les membres d'ADIXIO, bénévoles, salarié.e.s et adhérent.e.s pour leur mobilisation.

**Le Président  
Christian TRÉMOYET**

# L'offre de formation



**ADIXIO en 2019**  
**25 formations auprès**  
**de professionnels**  
**241 personnes formées**



**"Clarifier le rôle  
de chacun"**

**Jérôme GARCIA,**  
**chargé de mission**  
**formation**

## Partir de cas concrets

La question de la responsabilité est au cœur de la formation destinée aux managers et proposée sur une journée. Nous l'abordons au travers du prisme du Code du Travail, ainsi que du règlement intérieur, qui diffère d'une entreprise à une autre, voire d'une entité à une autre – par exemple, certains interdisent toute consommation d'alcool, d'autres non. Nous prenons également le temps de détailler le schéma de mise en sécurité d'un.e salarié.e, c'est-à-dire toutes les étapes à suivre en cas de situation problématique. Nous expliquons aussi dans quel cadre peut être utilisé un éthylotest.

Les participant.e.s s'interrogent très souvent sur la manière de "détecter" un état d'ébriété, ou une consommation problématique. Notre mission est de leur rappeler de se concentrer uniquement sur un comportement inhabituel ou inapproprié. Notre but n'est pas de faire des managers des spécialistes en addictologie. Le matin, après un tour de table, nous proposons un brainstorming autour du mot "drogues". Il n'y a pas de mauvaises réponses. Il s'agit simplement d'un moment où chacun peut s'exprimer librement. Puis nous complétons cette activité en apportant quelques éléments de théorie sur la dépendance. Nous rappelons que la dépendance se joue dans le lien entre un ou des produits, un individu et un contexte. Nous évoquons aussi les addictions comportementales. Nous insistons sur le fait que ce ne sont pas les consommations en elles-mêmes qui sont problématiques, mais les comportements qu'elles peuvent induire. Pour les managers, cela implique un vrai changement dans leur façon d'appréhender les choses.

Pour aborder toutes ces questions, nous travaillons essentiellement sur des études de cas et insistons sur l'importance du repérage précoce des différents indicateurs d'alerte. La plupart des managers a déjà été confrontée à des situations problématiques d'urgence ou installées depuis un certain temps.

## Faciliter les échanges

L'autre objectif de cette formation est de créer du lien. Les managers veulent faire au mieux, et se sentent souvent isolés face à certaines situations. Ils n'osent pas toujours aborder certains sujets, de peur de heurter les personnes auxquelles ils s'adressent. Tout l'enjeu est là : comment protéger le salarié tout en se protégeant en tant que manager ?

Infirmier.e.s, médecins du travail ou assistant.e.s sociaux peuvent être conviés à participer à cette journée. Leur présence permet d'évoquer, et souvent de clarifier, les rôles de chacun. Ce qui est essentiel pour faciliter les échanges. Ces formations peuvent aussi s'enrichir de la présence de militants bénévoles (Cf. le témoignage d'Alain Prenel), qui délivrent leur témoignage et partagent leur solide expérience.

## Un outil au quotidien

En seconde partie de journée, nous présentons l'outil que nous avons mis au point pour les managers. Il s'agit d'un outil digital d'aide à la décision, accessible à tous les encadrants formés. Et nous insistons sur le fait qu'une fois la formation terminée, nous sommes toujours disponibles. Les managers peuvent d'ailleurs prendre directement contact avec l'association via cette plateforme. Un premier contact a été établi sur la journée, il peut être réactivé à tout moment.

Développées et professionnalisées depuis plusieurs années, les formations proposées par ADIXIO ont pris une part prépondérante dans l'activité de l'association. Ce dossier est l'occasion de faire le point sur l'offre qu'ADIXIO propose aux entreprises et sur les nouveautés qui vont considérablement l'enrichir en 2020.

### Renforcer la pluridisciplinarité

La construction de la formation s'articule autour de trois temps : avant, pendant, après. En amont, nous prenons le temps d'identifier les attentes, le contexte particulier de l'entité/de l'entreprise demandeuse. Les formations proposées ne sont pas livrées clés en main. Elles sont conçues pour s'adapter aux particularités de chaque entreprise. L'idéal est de pouvoir la préparer en échangeant de façon interdisciplinaire avec les services des ressources humaines, de la santé au travail... Renforcer cette pluridisciplinarité nous paraît essentiel. L'idée est aussi de faire évoluer l'offre et les contenus, pour qu'elle prenne en compte les mutations professionnelles, extrêmement rapides. Par exemple, en intégrant le télétravail ou des postes à caractères spécifiques aux questions abordées.

### Expliquer les textes

Pendant la formation, il s'agit d'apporter aux participants les réponses les plus claires possibles sur les situations qu'ils rencontrent dans leur quotidien de manager. L'aspect réglementaire est décortiqué. Si les textes sont connus, comment doivent-ils être appliqués concrètement ? C'est une vaste question, auquel nous permet de répondre notre expertise de terrain. Nous nous appuyons aussi sur un outil d'aide à la décision, qui nous sert de support.

### Mettre en place une politique globale

Nous évaluons les formations afin d'identifier les points de réajustements, mais également les envies et les besoins plus spécifiques sur l'entité ou le territoire, ce qui nous permet d'avoir de la matière pour envisager une suite. Concrètement ces formations permettent également de renforcer le travail pluridisciplinaire sur les sites, notamment les orientations et le travail avec le médico-social. Cela est aussi facilitant pour le suivi des personnes que nous soutenons.



*"Des formations qui s'adaptent aux particularités et aux mutations de l'entreprise"*

Vitaline Pigeon,  
responsable animation réseau

➤ SUITE DU DOSSIER

## « Pour les participants, rompre avec l'isolement »

Christine Cloarec, directrice agence ProPME Grand Nord Est chez Orange

Il y a quelques mois, j'ai travaillé, avec un préventeur, sur le Plan d'action de prévention des risques. Je savais que quelques salariés étaient concernés par le sujet des addictions. J'ai donc décidé d'inclure cette thématique. Avec ADIXIO, nous avons ainsi organisé, sur deux jours, des ateliers d'une heure, ouverte sur la base du volontariat aux 500 salariés de l'unité. De huit à dix personnes participaient à chaque session.

L'intérêt premier de ces rencontres a été de libérer la parole, de rompre l'isolement et d'inciter les gens qui se sentaient concernés, que ce soit pour eux-mêmes ou pour un proche, à aller plus loin, par exemple en recontactant Anne, la coordinatrice d'ADIXIO. Ce temps d'échange a aussi permis d'aborder et d'expliquer la politique « zéro alcool » mise en place sur l'unité, qui n'était pas forcément bien comprise. Les ateliers ont permis de faire évoluer les façons de voir.

# L'offre de formation



*"Les échanges nous font avancer"*

**Alain PRENEL,**  
administrateur  
Bourgogne /  
Franche-Comté,  
retraité de La Poste

J'ai participé à plusieurs formations destinées aux managers d'Orange, en appui du coordinateur. Des expériences particulièrement intéressantes qui m'ont aussi permis d'affiner mes connaissances sur tout ce qui était réglementaire : code du travail, règlement intérieur, droit à la déconnexion... J'ai aussi suivi une formation de 39 heures en addictologie, lors de laquelle a beaucoup été abordée la dimension psychologique. Toutes ces possibilités de formation sont les bienvenues. Elles viennent compléter notre travail de terrain pour accompagner les personnes en difficulté. Elles peuvent aussi nous faire évoluer sur nos façons de voir.

Ancien addict, je n'ai eu pendant longtemps qu'un mot à la bouche : abstinence totale. Car c'est ce que moi-même j'avais connu. Puis, en en discutant, en rencontrant des jeunes polyconsommateurs, j'ai commencé à prendre en compte la réduction des risques. Les échanges que nous pouvons avoir nous font avancer.

Récemment, nous avons organisé une journée de formation avec le coordinateur ADIXIO en région. Nous étions cinq militants bénévoles. Alors que nous sommes, au quotidien, un peu isolés, cela nous a permis d'échanger sur nos attentes, sur le projet associatif... Je me rends compte aussi de l'importance de ces temps de formation pour les jeunes bénévoles. Ils leur sont indispensables pour rappeler quelle est la déontologie de l'association, avec qui nous travaillons, comment communiquer avec nos interlocuteurs dans l'entreprise, que ce soit La Poste, Orange, ou de nouveaux sites au fonctionnement différent...

On a besoin d'une locomotive pour s'engager !

## ➤ Les formations existantes

### À destination des entreprises

**MANAGERS** : Gérer le risque lié aux conduites addictives en milieu professionnel

**MÉDICO-SOCIAL** : Intervenir en coopération sur les addictions

**À LA DEMANDE** : Comité social et économique (ex-CHSCT)...

### À destination des bénévoles

**INITIALE** : Découvrir les addictions et accompagner les personnes en difficulté

**CONTINUE** : Remise à niveau des pratiques

## Décisio® : l'assistant digital d'aide à la décision

➤ Vous êtes manager et l'un des membres de votre équipe fait face à une problématique d'addiction ? Nous mettons à votre disposition un outil digital d'aide à la décision adaptable à votre environnement.

Nous vous proposons un outil simple et accessible à tout moment, pour une durée illimitée, qui vous guide de la prise en charge du salarié jusqu'à son retour à l'emploi.

## DÉCISIO®

En fonction de votre positionnement face à la problématique, sélectionnez "je suis manager" ou "je suis collègue" et laissez-vous guider.



Je suis manager

Je suis collègue

Situation d'urgence

Situation chronique

J'ai un doute

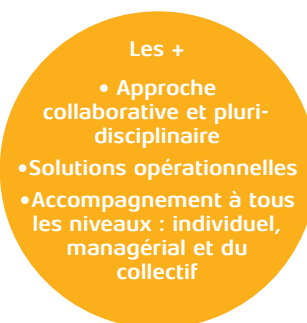


En 2020, afin de toujours mieux répondre aux problématiques des entreprises, notre offre de formation s'enrichit de nouvelles solutions adaptées aux besoins.

## Plan d'actions sur mesure

Comment prévenir, repérer et gérer les risques liés aux pratiques addictives en milieu professionnel ? Nous mettons notre expertise pluridisciplinaire à votre service, pour implanter et déployer une politique de gestion du risque addictif dans l'entreprise

Qu'il s'agisse d'une situation d'urgence ou chronique, d'un repérage précoce ou d'une formation, d'un soutien individuel ou collectif... Nous vous proposons un accompagnement global sur-mesure pour faire face aux risques addictifs en milieu professionnel.



## Soutien des salariés en difficulté

Nous accompagnons les salariés en situation d'addiction, leur entourage familial et professionnel, tout au long de leur parcours, quelle que soit leur fonction. Notre soutien personnalisé est centré sur l'individu et sur ses besoins, en toute confidentialité, dans le respect et le non-jugement.

La personne en difficulté peut nous contacter d'elle-même, ou nous être recommandée par un encadrant, un collègue, le Pôle santé social de son entreprise, ou encore un membre de son entourage familial... Dans tous les cas, nous intervenons, avec l'accord de la personne en difficulté, pour l'accompagner de façon personnalisée.



## Coaching haut dirigeant

En tant que haut dirigeant, vous avez une responsabilité pénale et juridique en cas de situation addictive au sein de vos équipes. Bien souvent, vous vous sentez seul face à ces situations, et ne savez pas comment faire. Nous connaissons vos besoins et pouvons vous accompagner de façon ciblée.

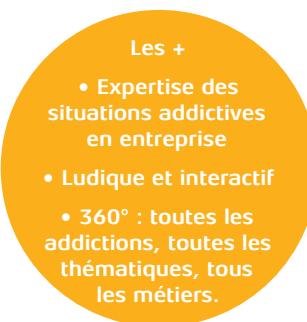
Nous vous accompagnons de A à Z dans la gestion du risque addictif au sein de votre entreprise. Du diagnostic au déploiement du plan adapté, en passant par le consulting personnalisé, ADIXIO vous garantit une prise en charge globale.



## Ateliers ludiques et interactifs

Vous êtes dirigeant, manager, DRH ou représentant du CE de votre entreprise, et vous souhaitez sensibiliser vos collaborateurs aux risques addictifs ? Nous organisons des ateliers de prévention ludiques et interactifs en entreprise.

Une situation d'addiction en entreprise a des incidences sur l'activité professionnelle et sur le collectif de travail. C'est pourquoi il est important de sensibiliser chaque salarié, individuellement et/ou collectivement, sur les causes, les conséquences et les solutions pour gérer au mieux ces situations.





# DOSSIER Spécial alcool

JE FAIS LE  DRY JANUARY®  
#LeDéfiDeJanvier

## Et si l'on profitait de janvier pour prendre du recul et réduire sa consommation d'alcool ?

Et si l'on profitait de janvier pour prendre du recul et réduire sa consommation d'alcool ? Tel est le principe du "Dry January", une opération qui existe en Grande

Bretagne depuis 2013 et qui a depuis, essaimé partout dans le monde : Canada, Australie, Belgique...

En France, le Dry January aura finalement eu lieu, pour la première fois, en janvier 2020... mais il s'en est fallu de peu pour que le projet, préparé depuis des mois par Santé publique France, tombe à l'eau.

Mi-novembre, peu avant son lancement, les addictologues ont appris que le gouvernement se retirait. « Une gifle insupportable », pour l'addictologue Michel Reynaud, Président du Fonds Addiction. A l'origine : un déjeuner du Président de la République avec des producteurs de champagne, qui ne voyaient pas d'un bon œil l'opération au motif d'une conjoncture économique difficile. Leur allégation : que cette opération nuise à leur résultat, janvier étant traditionnellement le mois de la galette et des vœux.

Difficile à entendre pour les addictologues, « quand on sait que l'essentiel du chiffre d'affaires se fait, en réalité, grâce aux consommateurs problématiques : 80% du chiffre provient des dépenses des 20% de consommateurs excessifs ou dépendants », explique le spécialiste.

## Mieux dormir, maigrir, faire des économies

« Ce qui nous paraît important, c'est de dénormaliser le produit, car, on ne s'en rend même plus compte, mais les

alcooliers construisent une société où il est normal de boire au déjeuner, à l'apéritif, au dîner, dans une fête... comme s'il n'y avait que ça pour être ensemble » continue l'addictologue. Or, boire souvent / beaucoup peut mener à la dépendance.

« Contrairement à ce que véhiculent nos détracteurs, il ne s'agit pas d'inciter à arrêter définitivement le produit, comme le fait le Mois sans tabac, mais à prendre du recul sur sa consommation d'alcool après les excès des fêtes de fin d'année : a-t-on envie de prendre ce verre ? Et si l'on faisait une pause ? », poursuit-il.



## Une pause bénéfique pour la santé

D'après une étude publiée par l'Université de Sussex, fin 2018, les participants ont ainsi gagné en qualité de sommeil, perdu du poids, fait des économies, et ont revu leur consommation à la baisse les mois suivants.

Rebaptisée "Dry January - Le Défi de Janvier" en France, elle a bénéficié du soutien de l'association britannique Alcohol Change UK, créatrice de l'événement en 2013.

De plus, elle a été portée par l'ensemble des acteurs de prévention : ADIXIO, ANPAA, SFA, FFA, Fonds Addiction, Fédération Addiction mais aussi par d'autres associations telles que France Assos Santé, Aides, la Ligue contre le cancer...

« Nous avons perdu le financement prévu, mais pour la première fois tous les acteurs se sont unis : c'est peut être un mal pour un bien ! », conclut l'addictologue.

AM

# #LeDéfiDeJanvier a bien eu lieu !

Après l'annulation du soutien du gouvernement, le monde associatif s'est mobilisé pour porter le #DryJanuary, une pause d'un mois dans la consommation d'alcool durant les 31 jours de janvier.

Parmi les associations signataires, ADIXIO a joué un rôle majeur ...

## 3 questions à...

**Christian ANDRÉO – Directeur d'ADIXIO**



**Christian ANDRÉO**  
Directeur d'ADIXIO

## Pourquoi s'investir dans le Dry January ?

Il ne faut jamais oublier qu'à l'origine, ADIXIO est avant tout un mouvement d'entraide pour personnes souffrant d'une addiction à l'alcool.

Dès lors, il apparaît comme naturel de s'intéresser aux nouveaux moyens de communiquer sur les dangers de la consommation d'alcool, sans pour autant verser dans la culpabilisation ou le pathos.

Dès l'année dernière, nous avons commencé à nous y intéresser et à réfléchir à la façon dont l'association pouvait promouvoir l'opération, puis nous avons attendu le lancement du "Mois sans Alcool" prévu par Santé Publique France. Quand la campagne a été annulée suite à l'intervention du Président de la République, nous avons décidé d'agir.

## Quel est précisément le rôle d'ADIXIO dans la campagne ?

Nous sommes très investis dans la campagne, en nom propre et en tant qu'association membre de la Fédération Addiction. Nous assurons l'animation et la modération des différents comptes sur les réseaux sociaux, nous participons à la promotion de l'opération sur tous les canaux de communication possible et bien entendu, nous menons des interventions pilotes en entreprise. Nous avons constitué une communauté en ligne très réactive autour d'un noyau d'environ 15000 personnes, c'est une première édition mais c'est très encourageant pour la suite.

## Il y a une place pour le Dry January dans l'entreprise ?

Bien sûr ! Cette année, compte tenu des conditions dans lesquelles a été lancée la campagne, il a été difficile de déployer nos interventions au sein d'entreprises de façon suffisamment structurée. Tout comme le Mois Sans Tabac, ce sont des actions qui ne s'improvisent pas et qui demandent une forte adhésion des acteurs de l'entreprise. Il faut bien se rendre compte que l'on est sur une "zone grise", entre milieu de travail et vie personnelle puisque l'on est pas censé consommer de l'alcool sur son lieu de travail !

Pour autant, on sait bien qu'au sein des entreprises il y a de la sociabilité, des habitudes, des rites au sein desquels l'alcool peut tenir une place que le Dry January permet de questionner. Nous avons donc proposé notre "Bar à Mocktails\*" lors de pauses méridiennes dans les restaurants d'entreprise et nous espérons l'année prochaine pouvoir étendre notre action, et pourquoi pas lancer des challenge entre services avec des référents "champions du Dry January" chargés de motiver les collègues !

**Le mouvement ne fait que commencer, alors rendez-vous l'année prochaine.**

\* association de (non-alcoholic) mixed drinks et de cocktail

# DOSSIER Spécial alcool



**Les ivresses chez les jeunes filles ont augmenté par rapport à la génération précédente : elles boivent au même âge plus que leurs mères et leurs grand-mères.**

**Guylaine Benech, consultante en santé publique.**

Si elles sont désormais autant que les garçons à consommer, c'est le résultat d'une longue évolution sociale. Au début du siècle dernier, impossible de boire sans être qualifiée de "pécheresse" ou "femme de mauvaise vie".

« *Puis, comme le tabac, l'alcool a surfé sur la libération de la femme: dans les années 70- 80, fumer et boire ont été des signes d'émancipation* », poursuit Guylaine Benech<sup>1</sup>. « *En buvant, la femme est devenue l'égale de l'homme* » explique la spécialiste.

Aujourd'hui, sous l'encouragement des industriels, qui ont développé des gammes colorées et pétillantes, s'enivrer est devenu... normal. Qu'il s'agisse de souffler des bougies, de fêter une augmentation ou s'amuser avec ses amis : les femmes ont acquis le droit de se saouler. La preuve ? « *Dans toutes les séries récentes, House of cards, Game of Thrones, etc. les héroïnes ont un verre à la main* », fait remarquer Guylaine Benech. « *Et notamment les femmes... de pouvoir* ».

Car les femmes concernées "ne sont pas celles que l'on croit", écrit dans son ouvrage Les femmes face à l'alcool la psychiatre Fatma Bouvet de la Maisonneuve<sup>2</sup>, qui propose une consultation dédiée à l'hôpital Sainte-Anne à Paris. Contrairement aux idées reçues, et contrairement à l'alcoolisme au masculin, il ne s'agit pas de femmes seules et défavorisées, mais de femmes "diplômées", "instruites", avec "des postes à responsabilités", par exemple dans le secteur du commerce ou de la communication.

Des femmes qui, naturellement, prennent un verre le soir, quand les enfants sont couchés, pour se détendre et oublier le stress du quotidien : responsabilités professionnelles, familiales, charge mentale. Et qui, sans s'en rendre compte, s'en resservent un 2<sup>e</sup>, puis un 3<sup>e</sup>... avant de se retrouver à boire en cachette, pour éviter le regard de l'entourage.

Le risque d'une telle sur-consommation ? Perdre le contrôle, développer une dépendance, mais pas que. Car « *le corps des femmes présentent des vulnérabilités spécifiques, dues à leur physiologie (taille, poids, graisse...).* À quantité égale, l'alcoolémie monte plus vite chez les femmes », reprend Guylaine Benech.



# Les femmes et l'alcool

Aujourd'hui, si la consommation d'alcool baisse globalement en France, les femmes sont de plus en plus nombreuses à boire : entre 500 000 à 1,5 million environ. Une situation qui n'est pas sans conséquence ...

Les complications sont aussi bien plus importantes que chez les hommes. Les risques immédiats, liés à la montée rapide de l'alcoolémie (désinhibition, trou noir, coma éthylique...) sont plus graves : accidents de la route, agressions physiques, sexuelles... « *La vraie drogue du viol, c'est l'alcool*, rappelle la spécialiste de l'alcool chez les jeunes. *Car, qui peut parler de consentement en cas d'ivresse ?* ». Des agressions à l'origine de psycho-traumatismes, qui aggravent alors l'addiction.

Les conséquences à moyen terme sont aussi plus graves, surtout si l'on y associe des médicaments, avec des pathologies sévères: cirrhose du foie, attaques pulmonaire ou coronarienne... mais également des cancers. Plus de 8000 nouveaux cas par an de cancer du sein sont attribués à la consommation d'alcool, même à faible dose : il suffit d'un seul verre par jour, selon l'Institut national du cancer (Inca).

Problème : pour les femmes, il est plus difficile d'appeler à l'aide... notamment parce que le problème est longtemps caché. « *L'alcool est tellement banalisé qu'il est facile de se voiler la face: on peut devenir dépendante, tout en donnant l'illusion d'être une "bonne vivante"*, explique Guylain Benech. « *Et l'entourage n'y voit que du feu* ».

<sup>1</sup>Guylain Benech vient de publier *Les ados et l'alcool*, aux presses de l'EHESP  
<sup>2</sup> Les femmes face à l'alcool, Fatma Bouvet de la Maisonneuve Édition Odile Jacob, 2010.

Pourquoi un tel déni ? Parce que l'alcoolisme féminin, malgré sa démocratisation, reste très tabou. « *Après la tuberculose et la dépression, c'est la dernière maladie honteuse, parce qu'on attend de la femme qu'elle soit une bonne compagne, une bonne mère, une bonne salariée... Et qu'elle "maîtrise" sa consommation* ».

Ce qui entrave l'accès aux soins : lorsqu'apparaissent les premiers symptômes liés à l'alcool (tremblements...), les femmes consultent facilement leur médecin... mais sans lui parler de leur addiction... qui reste très difficile à déceler.

L'alcoolisme n'est généralement découvert qu'une fois l'addiction enkystée, à un âge avancé, rendant la prise en charge plus compliquée. Mais pas impossible : dans les centres de soins, les femmes représentent un tiers des patients.



Pour aller plus loin :  
D<sup>r</sup> Laurent KARILA

**L'alcoolisme au féminin** - En finir avec les tabous, s'en sortir.  
Éditions Leduc - Janvier 2020

AM

## ➤ Mieux prévenir les violences conjugales dûes à l'alcool

Puisque le Grenelle des violences conjugales n'avait pas prévu d'aborder la problématique des l'alcoolisation des auteurs de violences conjugales, les addictologues ont interpellé, le 14 octobre 2019, Agnès Buzyn, Ministre des Solidarités et de la Santé et Marlène Schiappa, Secrétaire d'État chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, dans une lettre ouverte: « *L'analyse des morts violentes survenues au sein des couples en 2018, et notamment des 121 féminicides, publiée par la délégation d'aide aux victimes, montre que dans 55% des cas, l'auteur ou la victime étaient sous l'emprise de produit psychoactif au moment des faits* » écrivent ils.

**« L'alcool est donc un facteur causal majeur des violences envers les femmes ».**

Le mécanisme : l'alcool, en accroissant l'impulsivité et l'agressivité, tout en réduisant les capacités à la réflexion et d'auto contrôle, génère agressions et violences. Las ! Seule la proposition concernant l'analyse, en cas de plainte, de la consommation par l'agresseur d'alcool et de psychotropes n'a été retenue. En revanche, aucune mesure destinée à améliorer la prévention de ces violences ne l'a été...

Une opportunité ratée.



## Les femmes, cibles des publicitaires

Si elle sont de plus en plus nombreuses à consommer, les femmes sont encore loin derrière les hommes. Résultat : « *Jamais les marques d'alcool n'ont autant ciblé les femmes, surtout les jeunes femmes, à travers un marketing très offensif* », explique Guylaine BENECH, consultante en santé publique.

En témoigne la vogue des boissons « zéro calorie », des apéritifs rétros type Spritz ou Suze, des bières et des vins aromatisés\* (rosé-pamplemousse, rouge-cola...) ou encore des alcools avec des fruits (rhum à l'ananas...). Sans oublier les packaging "luxe" pour les champagnes, qui rappellent l'univers des parfums.

De quoi offrir à la cliente ce qu'elle cherche : du light, du vintage, du terroir, du sucré, etc. Il est même désormais possible d'acheter des bouteilles à prix cassé, sur le web, en vente privée, ou de la faire livrer à domicile, en souscrivant un box sur abonnement.

« *Le problème, c'est qu'on en oublie qu'il s'agit d'alcool : le produit est banalisé* », regrette la spécialiste, qui pointe l'affichage en 4 x 4 dans la rue, les publicités dans les magazines, le placement de produits dans les séries ou encore sur les réseaux sociaux.



Dernier scandale en date : le détournement par des industriels de l'alcool de l'opération "octobre rose", destinée à sensibiliser autour du cancer du sein... Et que dire de leur "campagne de prévention" plus que tendancieuse, dont l'affiche ci-contre sème le trouble chez les consommatrices et la colère chez les addictologues et chez les associations de prévention.

\*Les premix, associant vin et sirop sont désormais plus taxés : l'amendement de la députée LREM Audrey Dufeu-Schubert, a été adopté fin octobre dans le cadre du projet de loi de financement de la Sécurité sociale 2020. En revanche une autre proposition concernant les bières à haut degré d'alcool a été rejetée.

## 8000 bébés atteints par le SAF par an

Le 9 septembre dernier a eu lieu le troisième Safthon, destiné à collecter des fonds contre les troubles causés par le syndrome d'alcoolisation fœtal (SAF).

Plus de 8000 enfants naissent encore chaque année avec des troubles de l'attention, des troubles scolaires ou des troubles autistiques causés par l'alcool. « *Alors que l'on connaît de mieux en mieux les conséquences sur la santé du fœtus, près d'une femme sur quatre continue de boire pendant sa grossesse* », alerte Denis Lamblin, pédiatre et président de l'association SAF France.

Mais cette connaissance est récente et « *plutôt que de culpabiliser les femmes, il faut tout faire pour prévenir ce risque* », poursuit-il. Problème : la société n'est pas prête à l'entendre. La filière viticole, qui refuse toujours d'agrandir sur les bouteilles le pictogramme d'avertissement pour les femmes enceintes, préfère évoquer "un principe de précaution".

Or les progrès en génétique l'attestent : pour protéger un enfant à naître, il faudrait que sa mère arrête de boire 6 mois avant de lancer les essais... tout comme le futur père !

## TÉMOIGNAGE

### "On boit chez soi, le soir "

Virginie Hamonnais a bu pendant 5 ans de la vodka, transparent et sans odeur, pour ne pas que son fils le découvre.

J'ai vécu un drame et bu pour oublier ma tristesse, parce que l'alcool est le meilleur anxiolytique qui soit en vente libre. J'avais 35 ans. Le problème, c'est que l'on pense que l'on va maîtriser, or, c'est lui qui nous maîtrise. On boit 1 verre, 2 verres et on tombe dans un engrenage. En tant que femme, on ne peut pas boire dans un bar : on boit chez soi, le soir, pour ne pas se faire agresser. Au début, je changeais d'épicerie à chaque fois, histoire de ne pas me faire remarquer. Et j'achetais quelques courses. Mais très vite, ce qui importait c'était surtout de trouver ma dose.

Lorsque je n'avais pas ma dose le matin, j'avais les mains qui tremblaient, les jambes qui flageolaient, le rythme cardiaque qui accélérail. Jusqu'à ce que je boive et que cela se calme, que cela me permette de vivre. Cela a duré 5 ans : 5 ans à tituber jusqu'à l'épicerie, à cacher les bouteilles dans mon manteau, 5 ans à boire dès que j'en avais l'opportunité. A la fin, les pompiers venaient chez moi deux fois par jour. Et puis, un soir, je me suis vue dans la tombe. Sauf que je ne savais pas comment m'y prendre ni comment trouver le fameux déclic. J'allais de sevrage en sevrage, sans amélioration, jusqu'à ce que je travaille, avec un psychologue, sur le "pourquoi".

Aujourd'hui c'est une page de ma vie qui se tourne et ce que j'aimerais, c'est récupérer la garde de mon fils. Et ne plus jamais, tomber au fond de ce gouffre.



Virginie Hamonnais a publié **Noyée dans l'alcool** Editions Max Milo.

# KAIROS : les recette d'un centre de soins innovants

A Andrésy tout près de Poissy (78), le centre thérapeutique résidentiel Kairos fête ses 10 ans. Il propose une quinzaine de places aux personnes qui souhaitent changer de trajectoire, tout en y prenant part activement. Et cela marche.

Un matin de novembre, une belle maison cossue, que borde la Seine. Des ouvriers posent les carreaux ocre de la terrasse et dans l'annexe aux volets bleus, c'est l'heure du début des consultations du Docteur Alain Morel (photo ci-dessous). Il vient tous les mercredis soigner ses patients, avec sa collègue infirmière, Marie-Hélène Jackowski.

Le programme dure 6 semaines : une parenthèse « afin de permettre à tous de venir, sans avoir besoin de quitter de longs mois ses enfants, son conjoint ou son travail », explique le psychiatre. Une formule assez légère, qui repose surtout sur la motivation, "kairos" signifiant en grec "le bon moment ou le moment opportun".

Pour s'inscrire, les formalités ne sont pas compliquées. « On peut venir rapidement, sous 1 à 2 mois, à condition d'avoir arrêté de consommer et d'être prêt » explique-t-on à l'accueil. Ici on ne parle d'ailleurs pas de "patients", mais d'"actients", un mot composé sur la racine d'"acteur".

Car, il ne s'agit pas de se "laisser" soigner ou prendre en charge. « La semaine dernière, un gars est parti, il était venu sous la pression de sa famille, mais lui n'était pas volontaire. Cela ne l'a pas fait », explique Bruno<sup>(1)</sup>, un ancien "actient", qui donne aujourd'hui un coup de main à l'équipe pour les travaux du centre. Lui était venu in extremis, en 2013, amené par un ami: « C'était ça ou le néant. Je n'en pouvais

plus. Il fallait que cela s'arrête, que je comprenne pourquoi je buvais tous les jours jusqu'au black-out ».

Car ici, on travaille beaucoup sur le "pourquoi" : de quoi l'addiction est-elle le symptôme ? Quelles sont les origines du mal-être ? Qu'est ce qui se joue derrière la consommation ? C'est au tour de Julie de sortir de son entretien thérapeutique. Elle a besoin de quelques minutes pour souffler et s'absorber, le temps d'un café, dans la vue des quais en contrebas. Mince et élégante, ex-députée pharmaceutique, elle essaie de sortir de l'alcool depuis plusieurs années. Relations toxiques, abus, tentative de suicide... son histoire l'a fait replonger après chacune de ses cures, mais elle sent qu'ici, elle avance : elle est sur le point de dénouer des nœuds, même si tout cela reste très douloureux. « Chaque jour compte », glisse-t-elle.

## En cas de coup dur, il y a toujours quelqu'un à qui parler

Changer sa vie en 6 semaines, ce n'est possible que parce que le lieu est très "contenant". « Infirmière, psychologue, éducatrices... Il y a toujours, en cas de coup dur, quelqu'un à l'écoute et à qui l'on peut parler. Même aux veilleurs de nuit, si l'on a une insomnie, une crise d'angoisse

ou de manque et que l'on craque », explique Dimitri, artiste-peintre, venu pour son addiction au sexe et aux amphétamines. « On sent que toute l'équipe est soudée et qu'elle est au courant de notre histoire. C'est très rassurant ».

Si tout le monde se connaît, c'est parce que Kairos n'accueille qu'une quinzaine de patients seulement, pour une dizaine de professionnels de santé: « C'est presque un cocon, sauf qu'on travaille ! », sourit Julie. Les nouveaux arrivants, qui entrent tous les quinze jours, suivent, par petit groupe de 5, un programme basé à la fois sur des entretiens individuels et sur des activités collectives sous forme d'ateliers ou de groupes de parole.





Autre exemple : la présence dans l'équipe de Robert, médiateur santé pair : « *Non seulement, quand on ne croise en cure que des personnes qui ont rechuté, c'est un véritable soulagement de rencontrer quelqu'un qui a réussi à arrêter... mais cela nourrit les échanges : qui peut, mieux qu'un ancien dépendant comprendre ma problématique ?* », sourit Julie.

Enfin, le programme de Kairos n'est pas figé mais peut évoluer à la demande des pensionnaires, qui une fois par semaine sont invités à exprimer leur ressenti et leurs besoins. « *On remet facilement tout à plat* », confirme Audrey Steinhauser, la chef de service et psychomotricienne.

« *On a le sentiment d'être véritablement partie prenante du processus* », explique Julie, qui doit organiser, avec son groupe, le programme du week-end : bowling, tour en bicyclette le long des quais, jardinage ? La semaine passée, ils sont allés au cinéma, ont fait les courses et le repas : « *poivrons marinés, on s'est régalé !* ». Objectif : commencer à réorganiser sa vie, en vue de leur sortie prochaine.

Dans le contrat que tous signent le premier jour de leur admission figurent seulement deux interdictions : sortir seul avant le 4<sup>e</sup> week-end et consommer dans l'enceinte du centre... « *sauf urgence : dans ce cas, il y a une armoire à disposition avec du matériel de réduction des risques* », explique le Docteur Alain Morel, qui « *préfère envoyer le message "protégez-vous" plutôt que de mettre fin au travail entamé ici* ».

Si pour quelques-uns, le séjour sera un peu mouvementé, la majorité des accueillis reprendra, à la suite de ces 6 semaines, un parcours de soins "classique", avec l'espoir de s'en sortir.

AM

\*le prénom a été changé à la demande de la personne.

Car, outre le travail sur soi, il s'agit ici d'apprendre ou réapprendre à créer du lien avec les autres. « *La notion de groupe est primordiale, dans la mesure où l'addiction a compliqué les relations avec son entourage et mené à l'isolement* » explique Émilie Prieur, l'éducatrice qui organise une fois par semaine, un atelier sur les interactions, en s'inspirant des techniques de communication non violente. Comment communiquer lorsqu'on ne sait plus que le faire sous produit ? Comment s'exprimer et écouter l'autre en gérant ses émotions ? Comment se positionner face à son entourage ?

L'équipe fait aussi travailler les pensionnaires sur leur connaissance d'eux-mêmes, via des ateliers d'expression et de création : percussions, improvisation, arts graphiques, etc. L'idée : permettre de verbaliser ce qui se passe en eux, mais également, montrer qu'ils peuvent s'appuyer sur des ressources personnelles pour reprendre estime et confiance en eux, des notions mises à mal par des

années de dépendance. « *Quand on boit tous les jours, on ne se sent pas doué pour grand chose d'autre* », confirme Julie, en lavant pensivement sa tasse à café dans la cuisine commune. Enfin, le centre propose des ateliers bien-être, permettant de « *redécouvrir son corps comme un allié* », avec des séances de running, yoga, sophrologie... pour se projeter dans une nouvelle routine dès la sortie.

## Etre partie prenante du parcours de soins

Ce qui fait sans doute la différence avec d'autres centres plus classiques ? « *De se sentir écoutée et prise en compte* », répond Julie. Ici, il n'y a pas de place pour des cours théoriques : tous les ateliers portant sur l'addiction, les mécanismes des addictions, la gestion des addictions sont, par exemple, abordés en partant d'abord de l'expérience qu'ont vécue les patients et des échanges dans le groupe que cela génère.

## ➤ Kairos, une structure du groupe Oppelia

Oppelia est une association loi 1901 qui a pour objet d'apporter une aide aux enfants, adolescents et adultes, ainsi qu'à leur entourage, qui rencontrent des difficultés sur le plan social, médico-social ou sanitaire, liées notamment à l'usage de substances psychotropes ou engagés dans des conduites à risques. Elle a également pour objet la recherche et le développement, la prévention, l'information et la formation d'intervenants, en particulier dans le domaine de l'addictologie. Plus d'infos : Kairos - [www.oppelia.fr/structure/oppelia-78-kairos-ipt/](http://www.oppelia.fr/structure/oppelia-78-kairos-ipt/)

# ADIXIO étudie l'opportunité de s'implanter en Guyane, en Guadeloupe et en Martinique.

D'ici 2021, ADIXIO pourrait être présente dans 3 départements ultramarins : la Guadeloupe, la Martinique et la Guyane, qui regroupent aujourd'hui plus de 3500 postiers.

Un beau projet qui tient à coeur, autant à ADIXIO qu'à La Poste ...

## En quoi c'est important pour ADIXIO d'être présente en Outre mer ?

Nous avons reçu des demandes d'intervention à notre siège parisien. Or, après avoir eu longtemps des correspondants sur place, nous n'avions plus personne dans les DOM.

Maintenant que l'association s'est réorganisée, avec la nomination d'un nouveau directeur, la remise à plat de l'organisation et le changement de nom, cela nous a semblé opportun. Nous sommes présents partout en métropole et dans un souci d'équité, nous voulions l'être également en Outre-mer et y posséder la même couverture territoriale.

C'est pourquoi à l'automne dernier, nous avons proposé à La Poste d'étudier l'opportunité d'implanter une nouvelle antenne en Martinique, en Guadeloupe et en Guyane.

Notre objectif est double : il s'agit tout d'abord de mettre en place des actions de prévention et de sensibilisation aux addictions à destination de tous les agents de la Poste, afin d'améliorer la qualité de vie au travail. Puis, nous souhaitons proposer la possibilité d'intervenir auprès des personnes dépendantes, dès lors qu'elles nous sont signalées, afin de les accompagner vers une prise en charge médicale au sein d'un CSAPA\* ou d'un service d'addictologie hospitalier.

Dès que nous aurons l'accord de la Poste, nous nous mettrons en relation avec les acteurs locaux, en vue d'établir des partenariats. Le projet se fera en deux temps avec une première phase, en 2020, consacrée aux rencontres et à la réalisation d'un diagnostic, puis une seconde dédiée au recrutement d'un(e) coordinateur-trice et de trois délégué.e.s territoriaux ainsi qu'à la mise en place des premières actions.



**Christian TRÉMOYET**  
Président d'ADIXIO





**Odile  
CHEVALIER**  
La Poste

Responsable de l'Agence Territoriale des Activités Sociales en Outremer, à la Dexom (Direction exécutive de l'Outremer)

## Quelle est l'organisation de La Poste en Outremer ?

La Dexom, dirigée par Catherine GARNIER-AMOUROUX, existe depuis presque 20 ans et est basée à Paris. Elle supervise toutes les activités postales, qu'il s'agisse des centres de tri, des centres financiers ou du réseau des guichets qui concernent les 5 départements d'outre-mer : la Réunion, Mayotte, la Martinique, la Guadeloupe, la Guyane, sans oublier Saint Pierre et Miquelon. Au total : près de 5200 postiers, qui concourent à assurer, malgré la distance, le même service postal que dans les autres départements.

Quant à moi je suis la "correspondante" pour l'offre sociale. Mon unité, l'Agence territoriale des activités sociales en Outremer, propose aux postiers la même offre que celle qui est proposée, par la DNAS, en métropole. Il faut savoir jongler entre les différents fuseaux horaires : depuis Paris, je travaille le matin avec l'Océan indien et l'après-midi avec les Antilles ! Mais la principale difficulté est de maintenir une équité territoriale, car il existe des écarts d'accès ou d'information aux activités sociales que je m'efforce de rectifier.

## Comment accueillez-vous l'arrivée d'ADIXIO ?

Toutes les associations ne sont pas présentes dans tous les départements et nous accueillerons avec plaisir ADIXIO en Guyane et dans les Antilles. C'est un si beau projet que les départements de l'Océan Indien n'hésiteront pas à demander quand l'association s'implantera aussi chez eux ?

En Outre-mer, les besoins sont semblables à la métropole : il y a autant d'addictions ! Cela peut concerner le collaborateur lui-même, mais également son conjoint, ses enfants, ses amis, ses collègues... je suis convaincue que nous sommes tous concernés.e.s !

## En quoi est-ce bénéfique ?

A cause de leur éloignement, les ultramarins sont habitués à communiquer à distance. Mais le champ des addictions est particulier car lorsque l'on réussit enfin à en parler, c'est que les difficultés sont déjà très avancées. Un obstacle que pourrait lever ADIXIO si elle est sur place, en intervenant en amont. Dans ce domaine, tout le monde s'interroge : est ce que mon enfant est dépendant ? Vers qui puis-je me tourner ? Cela permettra de trouver de l'aide, avant que la situation ne s'aggrave.

## Où en est-on du projet ?

C'est tout neuf, le projet a été communiqué à tous début décembre et c'est une bonne nouvelle. Si la volonté est là, ce n'est pas sûr encore, car l'année 2020 sera consacrée à la réalisation de l'étude de faisabilité : y-a-t-il un local, du personnel que l'on peut recruter ? Il faut encore y travailler, mais nous espérons tous voir ce projet aboutir car il y a un réel manque !

## Comment accueillez vous ce projet ?

J'ai été informée récemment de ce projet et bien sûr, je m'en félicite, car jusque-là, ADIXIO n'était pas présente dans les DOM. Or, ces derniers n'échappent pas aux addictions et notamment à celle de l'alcool.

Il y a quelques années, lorsque j'étais Directrice de l'établissement postal de Macouria, en Guyane, j'ai eu connaissance du cas d'un postier qui avait un grave problème d'alcool: il a accepté de me rencontrer, puis d'être accompagné par l'assistante sociale de La Poste, par celle du département et par un médecin de ville. Cela a été douloureux, mais il a finalement réussi à reprendre le dessus et à s'en sortir. La chance qu'il a eue, c'est d'avoir été entouré et accompagné assez rapidement, mais ce n'est pas le cas pour tout le monde malheureusement.

Quand on est en difficulté, on est souvent dans le déni et incapable de chercher soi-même de l'aide. C'est souvent grâce à l'intermédiaire des collègues qui sonnent l'alerte que l'assistante sociale est informée et peut entamer des démarches.

C'est pour cette raison qu'ADIXIO peut, à mes yeux, avoir toute sa place ici. Bien sûr, il y a localement des ressources qui existent : des hôpitaux qui ont des services d'addictologie, des associations qui travaillent sur les addictions, des assistantes sociales... mais il y a toujours de la place pour la prévention, d'autant qu'ADIXIO est une association issue des œuvres sociales des PTT et cela sera certainement plus facile pour les personnes en difficulté d'aller mobiliser des ressources en interne.



**Roselyne  
LÉON**  
La Poste

Chargée de développement RH, en charge des activités sociales dans ces trois départements, rattachée à la Direction des ressources humaines.

## PACA / Languedoc - Roussillon

### Première formation du pôle médical à la PDC de Perpignan

Le 29 octobre dernier, la première formation d'un pôle médical en région, s'est déroulée à la Plate-forme de distribution du courrier (PDC) de La Poste à Perpignan. Retour sur une action qui a débuté en avril 2019...



En avril dernier, lors de sa première rencontre avec le pôle médical de la Plate-forme de distribution du courrier, Coralie MEUNIER, coordinatrice régionale d'ADIXIO en PACA / Languedoc-Roussillon a relevé le principal besoin de ce service: *comment aider des agents qui auraient des problématiques de consommation ?*

Les infirmiers santé au travail (IST) du secteur avaient des demandes précises :

- développer et mettre en place des actions de sensibilisation et de prévention,
- pouvoir se positionner et monter en compétence en tant qu'IST,
- échanger avec les managers / les guider.

#### La proposition d'ADIXIO

A la suite du diagnostic de l'existant et de la synthèse des demandes de l'ensemble du territoire Languedoc-Roussillon, ADIXIO a proposé des actions concrètes et globales auprès des différents publics cibles.

D'abord, former les équipes du pôle médical mais aussi les équipes mana-

gériales afin de pouvoir repérer, agir, orienter et refaire le lien avec le pôle médico-social.

Puis, une campagne globale de prévention et de sensibilisation a été lancée auprès des agents sur la santé, les risques de consommation et la sphère professionnelle.

Une action de prévention a également été menée lors d'une journée "Qualité de vie au travail", afin de rencontrer les équipes managériales et d'apporter écoute et soutien aux agents sur des questions pratico-pratique de consommation (notamment du tabac).

#### La formation du pôle médical

Initialement prévue pour les infirmiers, cette formation s'est déroulée en présence de médecins du travail et d'assistants des services médicaux.

Coralie MEUNIER nous en donne plus de détails : "Nous avons eu 10 participants à la formation : 3 médecins du travail, 3 infir-

mères et 4 assistantes du service médical, sur une journée conviviale dont la priorité était de pouvoir échanger au sein d'un territoire sur les aspects suivants :

- parler des freins et limites avec les autres représentants du territoire,
- avancer sur les préconisations internes à l'entreprise,
- favoriser une démarche pluridisciplinaire et être force de conseils auprès des équipes managériales."

Les échanges ont mis en lumière les postures, actes et compétences de chacun sur la question des addictions en milieu professionnel.

#### Une suite déjà souhaitée

Face à ce succès, une formation dédiée aux assistantes sociales a d'ores et déjà été sollicitée, avec pour plus-value les mêmes informations délivrées par la même interlocutrice, renforçant ainsi la pluridisciplinarité dans la gestion du risque addictif sur ce site.

## RETOUR SUR ...

# La journée des pros du BTP

C'est avec un grand enthousiasme qu'ADIXIO avait répondu à l'invitation de l'ASE BTP (Animateurs Sécurité des Entreprises de Bâtiment et des Travaux Publics) qui organisait une journée technique dédiée à la problématique des addictions, le 7 novembre dernier, à Rennes.

Nous avons eu le privilège d'introduire le sujet par une présentation sur le thème de la "Prévention et gestion des conduites addictives en milieu professionnel". Nous avons notamment évoqué notre nouveau partenariat dans le domaine du BTP avec l'entreprise Legendre, qui est implantée dans la région Rennaise.

Notre intervention s'inscrivait en complémentarité de celle de Maître Ledoux, qui a traité plus particulièrement de la responsabilité pénale de l'entreprise et de ses dirigeants.

Une journée très enrichissante, qui a permis d'aborder les différentes composantes de la thématique, de la prévention primaire avec la présentation d'un "serious game"\* dédié au risque routier, jusqu'à la prise en charge des salariés en difficulté par l'intervention en coopération avec la médecine du travail.

Pour ADIXIO, la journée fut particulièrement utile car suite à notre présentation, un nouveau partenariat est en train de se nouer...

\* jeu qui combine une intention "sérieuse" - de type pédagogique, informative, communicationnelle, marketing, idéologique ou d'entraînement - avec des ressorts ludiques.

## PACA / Languedoc - Roussillon

# Orange Apollo : mission prévention-santé

Basé à Montpellier, le site Apollo d'Orange est un important centre "pluri-unités" qui compte plus de 600 agents. Déjà présente en 2016 lors d'une semaine de prévention santé, organisée avec le Service de Santé au Travail, ADIXIO a repris contact en 2019 avec les infirmier.e.s pour relancer le partenariat.

« En 2019 nous souhaitons réaliser de nouveau ce projet, afin de sensibiliser les agents sur leurs consommations, et les possibles impacts sur leur santé et le milieu professionnel. Dans un esprit de collaboration, ADIXIO a pu informer l'équipe médicale des thèmes choisis et donc coanimer avec eux les ateliers », explique Coralie MEUNIER.

En cohérence avec les stands de l'APCLD, ADIXIO a mis en place :

- le Mois sans tabac : "être soutenu pour arrêter"
- les cocktails sans alcool : "la convivialité"
- les produits psychoactifs et la somnolence : "pouvoir parler à son médecin"

Cohérence dans les thèmes abordés, pluralité d'intervenants experts, animation dynamique, tout cela a pu être apprécié par les 102 participants (techniciens, cadres, directions, équipes médico-sociales).



## Centre Val-de-Loire / Poitou Charente

# Sensibilisation au numérique chez Orange

Le 28 novembre 2019 se tenait une journée orientée prévention sécurité et santé sur le site Orange de Blois.

Éric CLAIRET coordinateur régional d'ADIXIO, invité par Nicolas MIHOUBI, préventeur chez Orange, a proposé un atelier photolangage sur le thème des addictions aux écrans.

Martine GIRAULT de l'APCLD a animé un atelier sur le thème de l'équilibre alimentaire pour bien choisir ses repas au restaurant.

Ce forum, soutenu par la direction, était également composé d'ateliers métiers. Des salariés de l'entreprise présentés la gestion des risques propres de leurs activités : le travail en hauteur depuis une nacelle, la manutention de charge lourde lors d'ouverture de plaque de chambre ou encore la position à adopter au travail pour limiter les troubles musculo-squelettiques.

C'est autour d'un repas convivial que s'est terminée cette journée de sensibilisation qui sera reconduite sur d'autres sites.



ZOOM SUR ...

# TRAACT : mieux connaître les conduites addictives en milieu professionnel



**Gladys LUTZ**

Présidente  
d'Additra

Le projet TRAACT est issu d'un appel à projets, lancé par l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact) fin 2018. Remporté par la Fédération Addiction, il est mis en œuvre depuis 2019 par 4 psychosociologues et ergonomes de l'association Additra. Gladys Lutz, sa Présidente nous en dit plus.

## Pouvez-vous nous présenter ce projet ?

Tous les deux ans, l'Anact lance un appel d'offres, mais c'est la première fois qu'elle s'intéresse aux addictions : le projet Traact, vise, sur 24 mois, à améliorer la prévention des conduites addictives, en interrogeant l'organisation et les conditions du travail chez 9 établissements partenaires, situés dans différents secteurs d'activité (assurance, transport, agroalimentaire, finance, santé...).

Il a également un autre objectif : élaborer de nouvelles modalités d'accompagnement des personnes fragilisées par les addictions, et ainsi, contribuer à les maintenir en emploi.

## Comment travaille l'association Additra ?

Le travail d'Additra consiste à se rendre chez ces établissements partenaires, pour observer et analyser les pratiques en matière d'organisation du travail... Nous essayons de comprendre qui fait quoi et comment le fait-on ?

Ce qui est nouveau, c'est de partir de la réalité, car nous avons tous tendance à raisonner en partant de ce qui devrait avoir lieu.

Or, il y a souvent un décalage entre ce que nous disons et le terrain : nous venons donc analyser ce qu'il se passe vraiment et mettre en lumière ce que tout le monde s'attache à rendre invisible... c'est à dire les interactions entre le monde du travail et les conduites addictives.

## Sur quelles interactions vous travaillez ?

Si le comportement addictif d'un salarié est signalé, par exemple, il est important de s'interroger. Pourquoi signale-t-on ce salarié maintenant ? Est-ce une problématique individuelle ? Souvent, on caractérise une personne, en oubliant la réalité de son quotidien : en quoi consiste son activité ? Quelle est son organisation ? Quelles sont ses interactions avec ses collègues ? Y a-t-il quelque chose qui pose problème dans ses conditions de travail ? Et enfin, pourrait-on penser son travail autrement ? Par exemple, lorsqu'on fixe des objectifs à des salarié.e.s sans leur donner sans leur dire comment y parvenir ni leur donner les moyens nécessaires, cela peut générer une situation favorable à la prise de produits psychotropes : alcool, cannabis, médicaments... utilisés alors comme des antalgiques.

## A quoi aboutissent vos observations ?

A l'issue de cette phase exploratoire, nous rédigeons un diagnostic et proposons des pistes d'amélioration : de quoi la personne repérée est-elle le symptôme ? Est-ce quelque chose qui affecte le service entier ? Pourrait-on penser la performance autrement, sans nuire à la qualité ou à la productivité ? Notre objectif est de trouver des leviers pour faire baisser le recours aux produits psychotropes et permettre aux salariés de continuer à travailler, quelque soit son travail ainsi que le secteur d'activité et la culture de son entreprise.