



FICHE MÉMO



Les signaux faibles au travail

- ▶ Les substances psychoactives (alcool, cannabis, médicaments...) agissent sur le système nerveux central et modifient la vigilance, la prise de décision et les comportements. Les addictions comportementales (jeux d'argent et de hasard, paris sportifs, jeux vidéo, ...) peuvent également impacter la santé, la concentration et la vie professionnelle.
- ▶ Certains comportements peuvent indiquer une situation à risque :
 - Désinhibition, somnolence ;
 - Troubles de la concentration, de l'humeur, du comportement ;
 - Absences répétées, retards injustifiés ;
 - Diminution des réflexes et de la capacité à réagir ;
 - Comportements impulsifs ou inhabituels ;

Ces signaux, entre autres, ne signifient pas forcément une addiction mais doivent **interroger et inciter à la vigilance**.



La vigilance partagée

- ▶ La vigilance partagée consiste à observer et analyser l'environnement de travail afin de préserver la santé et la sécurité des salariés. Elle repose sur une responsabilité collective, où chacun a un rôle à jouer.
- ▶ Chaque salarié peut contribuer à la prévention en :
 - observant son environnement de travail
 - repérant les signaux inhabituels ou les situations à risque
 - échangeant ou alertant lorsque cela est nécessaire
- ▶ Elle vise à protéger la santé et la sécurité, prévenir les situations à risque liées aux conduites addictives et développer une culture de prévention au sein de l'équipe. Dans une équipe, chacun peut détenir une partie des informations, leur mise en commun permet d'éviter les situations à risque.

Cannabis



- ▶ Substance psychoactive dont l'effet principal est lié au THC.
- ▶ Les effets du cannabis peuvent apparaître rapidement (quelques minutes) et durent entre 2h et 4h. En revanche, les traces de THC dans l'organisme peuvent persister plusieurs jours voire semaines.
- ▶ Sa consommation est interdite et peut faire l'objet de dépistage selon le règlement intérieur et les postes à risque.

Médicaments psychotropes

- ▶ Certains médicaments peuvent altérer la vigilance et la capacité à conduire ou à travailler en sécurité. Les pictogrammes sur les boîtes (3 niveaux) indiquent le risque pour la conduite.
- ▶ L'automédication et le mésusage augmentent les risques.
- ▶ Les salariés doivent informer le prescripteur de leur poste, lire la notice et, pour les postes sensibles, informer la médecine du travail (Code de Santé Publique).



Alcool



- ▶ Le Code du travail autorise uniquement vin, bière, cidre et poiré dans l'entreprise. L'entreprise peut décider d'être plus restrictive et interdire totalement l'alcool via le règlement intérieur.
- ▶ Les pots ou événements doivent être encadrés et autorisés.
- ▶ Les recommandations de Santé Publique France pour une consommation à moindre risque : « Maximum deux verres par jour et pas tous les jours, que l'on soit un homme ou une femme ».

Jeux d'argent et de hasard (JAH)

- ▶ Jeu dans lequel le hasard prédomine sur l'habileté et l'intelligence pour l'obtention d'un gain financier (jeu de tirage, de grattage, paris sportifs et hippiques...)
- ▶ Ces jeux sont addictogènes car les résultats sont immédiats et procure une illusion de contrôle (choisir un numéro, une équipe, une machine...).
- ▶ Ils peuvent entraîner difficultés financières, stress, fatigue, troubles du sommeil et préoccupations constantes, pouvant impacter la concentration et la sécurité au travail.



Ressources d'aide



- ▶ Face à une situation présentant un risque lié à une conduite addictive, chacun peut jouer un rôle dans la mise en sécurité de la personne concernée.
- ▶ Au sein de l'entreprise, plusieurs ressources internes peuvent être mobilisées : la médecine du travail, le service social, les référents ou acteurs de prévention de l'entreprise.
- ▶ Des ressources externes existent aussi : structures spécialisées en addictologie (CSAPA, CJC), numéros d'écoute et d'orientation, gratuits et confidentiels, associations d'entraide entre pairs.
- ▶ L'objectif est d'orienter la personne vers des professionnels pour bénéficier d'un accompagnement adapté.