



NOS CONSEILS EN MANAGEMENT DES RISQUES

ADDICTIONS PENDANT LE CONFINEMENT

On parle d'addictions lorsqu'une personne est dans l'impossibilité de se passer d'une consommation d'un produit ou d'un comportement qui vise à procurer du plaisir ou écarter une sensation de malaise interne, cela en dépit des conséquences négatives.

En période de confinement

Notre cadre, nos repères, nos habitudes changent

Télétravail, surmenage pour les personnels impliqués en première ligne, manque d'activités physiques et de loisirs, stress, angoisse liée à la situation, ennui, absence de lien social..., accroissent le risque de développer un comportement addictif.

- Même les personnes a priori non addict pourraient être impactées
- Les personnes souffrant d'addiction sont d'autant plus fragiles dans cette période de confinement que les protocoles d'accompagnement mis en place peuvent se trouver bouleversés
- Attention également à l'addiction aux écrans : nos interactions personnelles et professionnelles se font avec les outils numériques (réseaux sociaux, outil de visioconférence...)

Penser prévention

Le télétravail : légitimité de l'employeur pour intervenir

Rester au contact des collaborateurs, apporter des réponses individuelles (accompagnement à distance, soutien psychologique, sensibilisation...) mais aussi collectives (règles et conseils pour le télétravail, rôle du management et de l'accompagnement RH...).

Quelques points de repères

- **Chacun doit être attentif à l'autre**
Veiller, par exemple, à ce que les connexions aux outils professionnels ne se fassent pas à des horaires inhabituels, mais également aux signaux qui doivent alerter (changement d'apparence physique, négligence, changement de comportement agressif, démotivation, apathie...)
- **Ne pas perdre les points de repères de consommation d'alcool**
Les repères de consommation conseillés par Santé Publique France pendant la période sont toujours d'actualité :
 - maximum 10 verres standard par semaine
 - maximum 2 verres standard par jour
 - des jours dans la semaine sans alcool
- **Attention à la tentation des apéritifs visio**
Ils peuvent contribuer à l'installation d'une consommation à risque, accentuée par les images et vidéo d'humour centrées sur la notion de consommation d'alcool ou autre comportement, qui tendent à banaliser le risque autour de ces usages.
- **N'oubliez pas l'aide proposée par les sites existants :**
 - **Alcool Info Service**, www.alcool-info-service.fr ou en appelant le 0 980 980 930 (appel non surtaxé)
 - **Tabac Info Service**, www.tabac-info-service.fr ou en appelant le 39 89 (service gratuit + coût de l'appel)
 - **Drogues Info Service**, www.drogues-info-service.fr ou en appelant le 0 800 23 13 13 (appel gratuit)

Tél. : 02 48 48 15 15 - Fax : 02 48 48 15 16
relations.clients@sofaxis.com - www.sofaxis.com

Adresse postale : CS 80006 - 18020 Bourges Cedex
Siège social : Route de Creton - 18110 Vasselay

SNC au capital de 47 355 € - 335 171 096 RCS Bourges
N° ORIAS 07 000814 - www.orias.fr

 ISO 9001, ISO 14001, OHSAS 18001

