



# 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](http://www.alcool-info-service.fr) ou en appelant le 0 980 980 930 (appel non surtaxé)
  - **Tabac Info Service**, [www.tabac-info-service.fr](http://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](http://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](http://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](http://www.orias.fr)

 ISO 9001, ISO 14001, OHSAS 18001

