

# Avec le cannabis, je suis plus cool au boulot.

## Vrai ou faux ?

En consommant du haschich ou de la marijuana, certaines personnes se sentent plus relax et ont l'impression d'être plus créatives. D'autres deviennent plus extraverties car leurs inhibitions (timidité, réserve...) tombent.

Toutefois, le cannabis provoque aussi des pertes temporaires de mémoire et une diminution de la concentration. La détente induite peut devenir de la somnolence. Cela ne favorise normalement pas de bonnes prestations de travail. Outre qu'il s'agit d'un produit toujours illégal, le cannabis est fortement déconseillé en cas de manipulation de machines dangereuses ou dans la circulation routière.

Vouloir être détendu, cool ou moins stressé grâce au cannabis est tentant, mais cela peut aussi être cause d'accident. Dans le cas de consommation prolongée, il peut devenir difficile de s'en passer.

### Besoin d'aide ou d'information ?

Aide et conseils individuels  
[www.infordrogues.be](http://www.infordrogues.be)  
02 227 52 52

**Mon collègue boit trop.  
Je vais faire son travail,  
ça va l'aider.**

**Vrai ou faux ?**

Etre solidaire avec son collègue est une attitude honorable. Toutefois, faire son travail pourrait, à la longue, empêcher une prise de conscience, ou en tout cas, ne pas résoudre son problème d'alcool. Avec le temps, votre charge de travail supplémentaire risque de devenir ingérable, ce qui inévitablement détériorera l'ambiance de travail... et votre attitude de protection pourrait donc faire progressivement place au rejet voire à l'agressivité.

Pour éviter ce scénario et aider au plus tôt la personne à prendre conscience de sa consommation problématique, faites-lui part de votre inquiétude pour sa santé, son travail et son entourage. En fonction de ses tâches, il existe peut-être aussi des risques d'accidents, il est important de lui en parler. Si une politique de prévention existe dans votre entreprise cela pourrait vous aider en vous donnant des repères (médecin du travail, personne de référence, centre de consultation...). Faire le travail de son collègue qui est en difficulté avec l'alcool est donc une attitude généreuse et honorable mais elle peut parfois s'avérer contre-productive.

**Besoin d'aide ou d'information ?**

Aide et conseils individuels  
[www.infordrogues.be](http://www.infordrogues.be)

**02 227 52 52**

# L'alcool et les drogues, cela concerne la vie privée.

## Vrai ou faux ?

**Ce que vous faites dans votre vie privée ne concerne normalement pas votre chef ou vos collègues.**

Mais si vous consommez de l'alcool ou une autre drogue chez vous, en fonction de l'heure et des quantités consommées, il est possible que certains effets existent encore quand vous irez travailler. Par exemple pour l'alcool, il faut compter en moyenne une heure pour que l'organisme élimine un verre de bière ou de vin.

Quelques soient les raisons (privées ou professionnelles) de la consommation d'alcool ou de drogues, elle peut avoir des conséquences importantes sur votre travail.

### Besoin d'aide ou d'information ?

Aide et conseils individuels  
[www.infordrogues.be](http://www.infordrogues.be)  
02 227 52 52