

**FLASH INFO PSY**

Les addictions

Tabac, alcool, cannabis, cocaïne, nouveaux produits de synthèse mais aussi jeux vidéos, jeux d’argent, sexualité….

Les addictions peuvent concerner des produits mais aussi des comportements !



L’addiction c'est l'interaction de symptômes comportementaux, de répercussions sociales et médicales et de symptômes pharmacologiques.

**Les « 5 C », un moyen mnémotechnique pour reconnaître une addiction :**

* le premier C c'est la **perte de contrôle**,
* le deuxième C c'est le **craving** ( = avoir terriblement besoin ),
* le troisième C c'est l'activité **compulsive**,
* le quatrième C c'est un usage **continu**,
* et le cinquième C **malgré les conséquences** sur la santé physique, psychologique et sociale.

L'addiction est une maladie chronique qui évolue par rechute.

Un accompagnement thérapeutique adapté à chacun permet d’en sortir.

Ne restez pas seul.

**Madame …,** **psychologue intervenant pour votre entreprise,** est à votre disposition pour vous conseiller et vous informer sur les moyens d’action.

Tél ACIST - Secrétariat : **02.76.01.51.51** ou par mail : **...@acist.asso.fr**