

Infodrog



Rapport d'activités : zoom sur les jeunes

Contenu

3	Éditorial
4	À propos d'Infodrog
8	Consommation (mixte) de médicaments chez les jeunes
12	Interview d'experte
14	Quelques chiffres



Éditorial

Les jeunes ont soif d'expériences nouvelles. La curiosité, la propension à prendre des risques, la créativité, l'entretien de liens forts avec les pairs ou encore la recherche d'indépendance sont autant d'éléments caractéristiques de cet âge. Et lorsqu'il s'agit de faire une nouvelle expérience ou de tester leurs limites, les jeunes ne reculent pas devant la consommation de substances psychoactives ou l'adoption de modes de comportements susceptibles d'entraîner une addiction.

Dans ce nouveau rapport d'activités, nous avons choisi de nous concentrer sur les jeunes, tout en offrant un aperçu de notre travail en tant que centrale d'information et de coordination. Il est clair que la consommation mixte de médicaments et de substances visant à ressentir des effets psychoactifs est répandue chez les jeunes qui ont envie de « planer ». Infodrog a étudié cette thématique au sein d'une analyse de la situation, formulant des recommandations à destination des professionnel-le-s et cantons, et lors d'un congrès national qui a eu un grand écho.

Le fait d'accompagner les jeunes à l'adolescence en vue de prévenir un comportement de consommation problématique et de futures addictions va de pair non seulement avec la promotion des compétences psychosociales, mais aussi avec l'information sur les substances et l'apprentissage d'une consommation responsable. Melody Guillaume-Gentil, chargée de projet chez Infodrog, raconte dans une interview son expérience de collaboration avec les jeunes dans le cadre du développement d'un projet pilote portant sur la réduction des risques, l'intervention précoce et l'autogestion.

Infodrog est un service de l'Office fédéral de la santé publique. Nous abordons bien entendu notre mandat et livrons quelques chiffres sur nos activités et projets. Enfin, nous vous présentons l'équipe d'Infodrog, à laquelle vous pouvez vous adresser en cas de questions.

Je vous souhaite une bonne lecture!

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'F. Eckmann'. The signature is fluid and cursive.

Franziska Eckmann, Directrice

À propos d'Infodrog

Infodrog est la Centrale nationale de coordination des addictions, créée par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) sur la base de la loi sur les stupéfiants. Elle s'engage pour la mise en œuvre de la politique des quatre piliers, sur mandat de l'OFSP.



Rangée arrière (de gauche à droite): Walter Rohrbach, Anissa Habchi, Martin Reck, Franziska Eckmann, Marc Marthaler, Stephanie Stucki, Sandra Bärtschi

Rangée avant (de gauche à droite): Lucia Galgano, Alwin Bachmann, Nina Waldispühl, Melody Guillaume-Gentil

Infodrog a été créée en 2006, à la suite de la fusion de la Centrale de coordination nationale de l'offre de thérapies résidentielles pour les problèmes de drogues (COSTE), fondée en 1995, et du Bureau pour la réduction des risques liés aux drogues (BRR).

Nous disposons d'un vaste réseau dans toutes les régions de la Suisse. Grâce aux échanges et à la collaboration avec différents groupes d'intérêt, nous encourageons la diversité, l'accessibilité, la perméabilité, la coordination et la qualité des différentes offres de prévention, de conseil, de thérapie et de réduction des risques.

Nous apportons aux expert-e-s, services spécialisés dans les

addictions, services régionaux de consultation, autorités et institutions un soutien ciblé et adapté à leurs besoins dans le cadre de leurs activités avec les personnes touchées par l'addiction. À cet effet, nous leur offrons une documentation et des ressources étayées scientifiquement et de qualité. Infodrog est le premier point de contact à l'apparition de nouvelles questions et tendances en lien avec les addictions.

Nos collaborateur-ric-e-s participent à diverses commissions et plateformes d'échange et recueillent des informations sur les différents thèmes du domaine des addictions, comme la consommation mixte, le drug checking et la réduction des risques. Infodrog s'engage

également dans l'organisation d'événements, avec quelques neuf congrès et rencontres annuels. Pour nous, il est essentiel non seulement d'être impliqué-e-s dans les groupes de travail et de prendre part aux échanges, mais aussi d'offrir des informations sur toutes les régions du pays et de permettre un apprentissage mutuel, ce qui est très apprécié.

Outre des publications sous la forme de fiches d'information, de documents thématiques et de matériel de campagnes, nous édisons le SuchtMagazin. Disponible uniquement en allemand, il paraît 5 fois par an et traite dans ses articles de l'ensemble du domaine et de la politique des addictions.

Notre équipe est composée de 12 collaborateur-ric-e-s. La plupart travaillent chez Infodrog depuis de nombreuses années. Tou-te-s disposent d'un titre universitaire, par exemple en psychologie ou travail social, et d'expérience professionnelle dans le domaine des addictions. Plurilingue, l'équipe travaille en français, allemand, italien et anglais. Elle s'engage largement dans le domaine et la politique des addictions.

Les collaborateur-ric-e-s d'Infodrog sont impliqué-e-s dans différents groupes et commissions, dirigent des projets et des recherches et produisent des documents informatifs sur diverses questions en lien avec les addictions.

Notre vision

Infodrog s'engage pour une société qui trouve le juste équilibre entre responsabilité personnelle et soutien aux personnes qui en ont besoin.

Notre mission

Créée par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) sur la base de la loi sur les stupéfiants, Infodrog est la Centrale nationale de coordination des addictions. Notre travail contribue largement à la Stratégie nationale Addictions. Nous encourageons à la fois la diversité, la qualité, l'accessibilité et la perméabilité des différentes offres de prévention, conseil, thérapie et réduction des risques dans le domaine des addictions.

Pour aider efficacement les personnes qui en ont besoin, il est nécessaire de mobiliser des forces issues de tous les pans de la société. Ainsi, nous soutenons tant les experte-s et services spécialisés que les autorités et institutions dans leurs activités avec les personnes rencontrant des problèmes d'addictions. Nous accompagnons nos partenaires de manière ciblée et adaptée à leurs besoins en adoptant des mesures efficaces, étayées scientifi-

quement, concernant la documentation, l'information ou la coordination de projets en matière d'addictions. Les sujets traités sont d'importance nationale.

Infodrog dispose d'un réseau national et international. Nos principaux domaines d'activités sont la coordination et la coopération, la transmission de connaissances, et la sensibilisation et l'information.

Principaux axes stratégiques

Les principaux axes stratégiques de notre travail se rapportent à la Stratégie nationale Addictions 2017 – 2024 :

Santé, prévention et repérage précoce

Dans le cadre de la stratégie Addictions, nos activités contribuent à la promotion de la santé en général ainsi qu'aux comportements de santé, à la réduction des comportements à risque et à l'intervention précoce.

Thérapie et conseil

Grâce à des conseils et des traitements pour les addictions, nous aidons, en collaboration avec d'autres services et professionnel-le-s, à améliorer la qualité de vie des personnes concernées.

Réduction des risques et des dommages

Nous concourons à stabiliser et à préserver la santé et la qualité de vie des personnes concernées, ce qui permet de réduire les risques et les dommages pour notre société.

Nos valeurs

Infodrog est une institution tournée vers l'avenir, engagée, compétente et fiable. Elle endosse à la fois le rôle d'experte, d'actrice, d'organisatrice et de partenaire. Nos valeurs sont :



Consommation (mixte) de médicaments chez les jeunes

À l'adolescence, les êtres humains traversent de nombreux changements profonds, à la fois sur le plan psychique, corporel et social. Ils abordent ces changements de manière très diverse et, pour la plupart, s'y adaptent avec succès. Certaines jeunes se renferment, tandis que d'autres, piqué-e-s de curiosité, décident d'expérimenter.



Le fait de tester les limites, voire de les dépasser, et de faire de nouvelles expériences est caractéristique de l'adolescence. À cet âge, la consommation de substances psychoactives peut être motivée par bien des raisons : curiosité, envie de s'amuser et de faire la fête, pression de groupe et raisons sociales, recherche d'expériences extrêmes ou régulation des émotions et du stress. Bien que la majorité

des jeunes ne consomment pas de substances psychoactives, à l'exception de l'alcool et de la caféine, les recherches ont montré qu'une part non négligeable de cette population cherche à vivre des expériences de consommation avec d'autres substances psychoactives. Parmi ces jeunes, on trouve celles et ceux qui mélangent les substances ou prennent des médicaments afin de ressentir des ef-

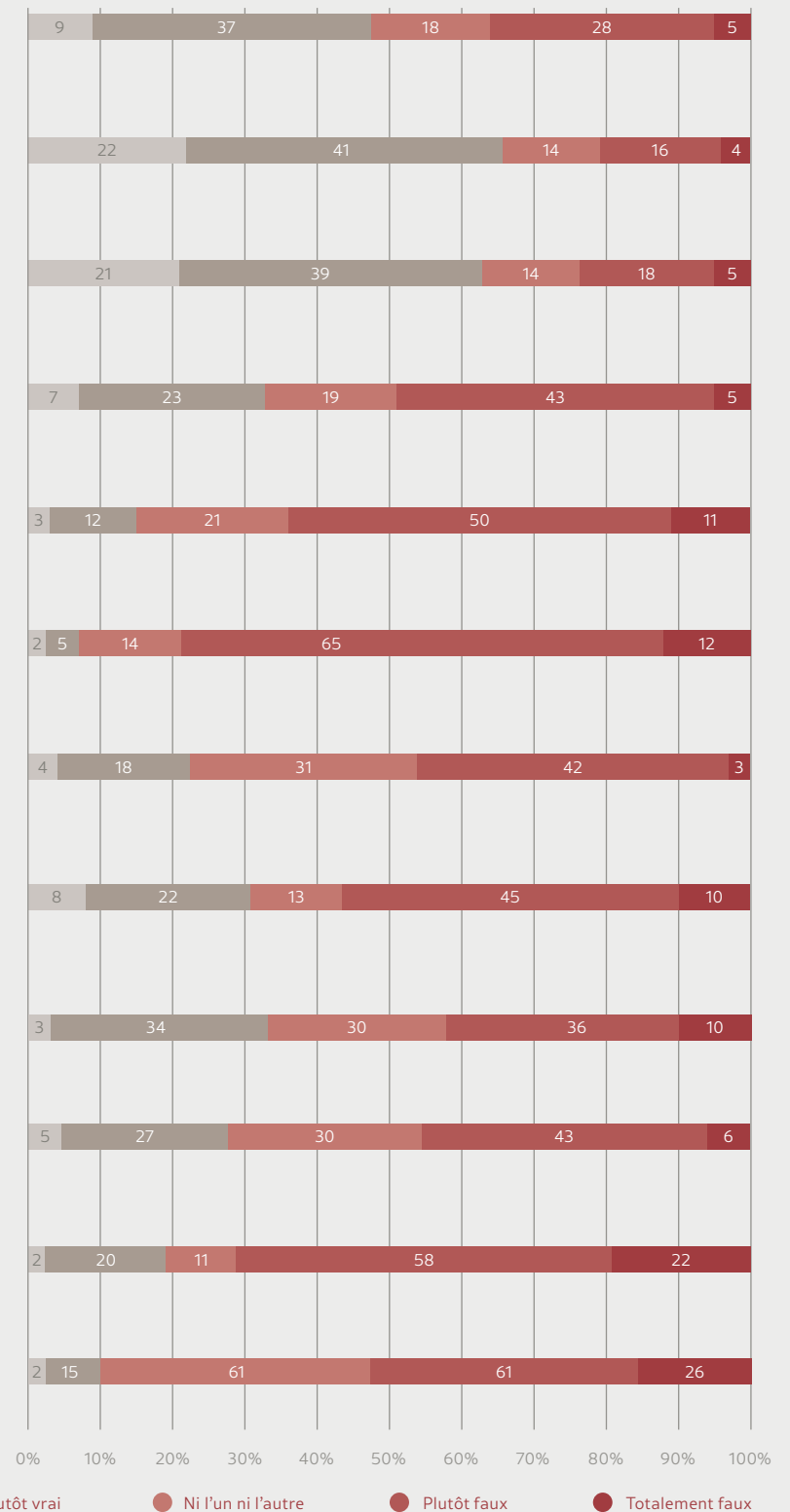
fets psychoactifs. Toutefois, selon l'étude HBSC, la majorité des jeunes de 15 ans ne s'essaie à ce type de consommation qu'une seule fois.

On parle de « consommation mixte » lorsque plusieurs substances psychoactives sont consommées simultanément ou à intervalles rapprochés.

Quelles conditions sont nécessaires pour que vous (professionnel-le-s) puissiez traiter correctement de la thématique de la consommation de médicaments et de la consommation mixte avec les jeunes ?

- Dans mon réseau professionnel, il y a suffisamment d'offres de prévention pour les jeunes.
- Dans mon réseau professionnel, il y a suffisamment d'offres pour les jeunes dans le domaine de la réduction des risques.
- Dans mon réseau professionnel, il y a suffisamment d'offres pour prendre en charge sur le plan thérapeutique les jeunes concernés.
- Il m'est facile d'entrer en contact avec des jeunes qui consomment des médicaments / des mélanges.
- Je peux reconnaître lorsque la consommation de médicaments / mixte devient problématique chez les jeunes et réagir de manière précoce.
- Je suis en mesure de bien évaluer les dangers de la consommation de médicaments et mixte pour les jeunes.
- J'ai suffisamment de connaissances / accès à des formations pour m'occuper des jeunes qui consomment des médicaments et d'autres substances psychoactives de manière risquée.
- J'ai suffisamment de ressources (temps, personnel) pour m'occuper des jeunes qui consomment des médicaments et d'autres substances psychoactives de manière risquée.
- Je dispose d'informations de qualité au sujet de la consommation de médicaments / mixte chez les jeunes.
- Je dispose de suffisamment de connaissances et de matériel d'information sur les habitudes et les tendances de consommation chez les jeunes.
- Je dispose de suffisamment de connaissances et de matériel d'information sur les médicaments consommés et leurs risques.
- Je sais où demander de l'aide si j'ai des questions sur la consommation de médicaments / mixte chez les jeunes.

Nombre de réponses (en %)



(Analyse des réponses de professionnel-le-s du domaine des addictions, n = 165)



On parle de « consommation mixte » lorsque plusieurs substances psychoactives sont consommées simultanément ou à intervalles rapprochés, de sorte que les effets se chevauchent. Ces dernières années, ce sont principalement les mélanges de tranquillisants (comme les benzodiazépines ou les opioïdes) et d'alcool qui étaient au centre de l'attention. Appelés par exemple « Lean » ou « Purple Drank », il s'agit de boissons artisanales préparées à partir d'antitussif contenant de la (dihydro)codéine ou de la dextrométhorphan, accompagné de limonade, de bonbons et, souvent, d'alcool. Un mélange qui donne des ailes, décontracte et permet d'oublier la pression du quotidien pendant un instant. De telles boissons sont

néanmoins dangereuses : la combinaison d'alcool et de tranquillisants peut provoquer paralysie et insuffisance respiratoire et mener à la mort.

Plusieurs études ont montré que la santé psychique des jeunes s'est dégradée.

Pour les jeunes, consommer des médicaments ou les mélanger à d'autres substances peut être une stratégie pour supporter la pression et faire (plus ou moins) face au monde d'aujourd'hui, stressant et instable. Plusieurs études ont montré que la santé psychique des jeunes s'est dégradée (notamment en raison de la pandémie) et que la jeune génération souffre de stress

et d'une surcharge mentale. Ce constat s'accompagne d'une hausse des demandes de traitement et a mené à une grande sollicitation, voire à un engorgement, des offres de pédopsychiatrie. Certain-e-s jeunes utilisent la consommation de substances psychoactives comme stratégie de « coping » et sont, par conséquent, particulièrement susceptibles de développer une addiction.

Souvent, les médicaments consommés par les jeunes, mélangés à une autre substance ou non, sont des produits sur ordonnance. Par exemple, lors de la première consommation, il est courant que les jeunes se servent des analgésiques ou tranquillisants trouvés dans les armoires à pharmacie des

parents et des grands-parents. Mais, il existe, outre la pharmacie familiale, de nombreuses sources d'approvisionnement. D'une part, les jeunes peuvent acheter à de petite-s de leur-euse-s, dans leur cercle d'ami-e-s et dans la rue, qui proposent de plus en plus souvent des médicaments ayant des effets psychoactifs. D'autre part, le commerce de substances se déplace vers les espaces en ligne. On trouve des canaux de vente sur des services de messagerie instantanée ou les réseaux sociaux ainsi que de prétendues « pharmacies en ligne » sur Internet et le darknet. Par ailleurs, il arrive que les jeunes achètent des médicaments à l'aide d'ordonnances falsifiées ou que certains médicaments, comme le Makatussin®, leur soient vendus en pharmacie, en particulier lorsque le personnel n'est pas suffisamment sensibilisé.

Il est ressorti de l'analyse de la situation effectuée par Infodrog que les offres de prévention et de consultation n'atteignent pas les jeunes, c'est-à-dire que les offres

ne sont pas connues des jeunes ou ne leur sont pas accessibles. De plus, il existe de grandes lacunes et un besoin d'agir en matière de réduction des risques et de prise en charge thérapeutique. Dans une enquête en ligne réalisée par Infodrog en 2023, deux tiers des professionnel-le-s interrogé-e-s ont indiqué que la prévalence de la consommation de médicaments psychoactifs chez les jeunes avait évolué et estimaient qu'elle était en hausse.

Les professionnel-le-s ont par ailleurs souvent indiqué observer qu'il n'existe pas suffisamment d'offres dans leur réseau professionnel.

De même, les professionnel-le-s considèrent souvent que le nombre d'offres dans leur réseau professionnel était insuffisant (prévention, réduction des risques, thérapie). Cette enquête a également mis en lumière la nécessité d'un matériel d'information sur la consommation mixte et de médi-

caments ainsi que sur les tendances de consommation chez les jeunes. Infodrog soutient et sensibilise les services spécialisés et les cantons en mettant à disposition des ressources contenant des informations actuelles (fiches d'information, rapports et présentations) sur la consommation (mixte) de médicaments ainsi que des recommandations pour une meilleure prise en charge.



Alwin Bachmann

Sur l'auteur : Alwin Bachmann

Alwin Bachmann travaille chez Infodrog depuis 13 ans. Il a d'abord occupé le poste de collaborateur scientifique, avant de devenir directeur adjoint en 2017. Depuis 2012, il est responsable de la plateforme nationale en ligne SafeZone.ch. Il est également chargé d'autres questions, comme l'addiction en lien avec le vieillissement et le concept d'intervention précoce. Depuis 2021, il travaille sur la consommation mixte et la consommation de médicaments chez les jeunes.

Interview d'experte

Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), Infodrog promeut les compétences d'autogestion chez les jeunes de 15 à 20 ans en matière de substances ou de comportements à risque d'addiction, dans un but de prévention et de réduction des risques. Le projet pilote a été développé en Suisse romande avec des jeunes inscrit·e·s dans des mesures d'insertion.



Sur l'autrice : Melody Guillaume-Gentil

Melody Guillaume-Gentil travaille depuis 3 ans chez Infodrog comme collaboratrice scientifique et rédactrice pour le site web infodrog.ch. Elle est entre autres responsable du projet « Réduction des risques et soutien à l'autogestion auprès des jeunes » depuis deux ans.

Quels sont le point de départ et l'objectif du projet ?

En 2021, un groupe de travail de professionnels de l'insertion et des addictions a identifié un besoin de soutien spécifique pour les jeunes de 15 à 20 ans en matière de consommation de substances et de comportements à risque d'addiction.

Informer les jeunes sur la réduction des risques et former les professionnels pour accompagner les jeunes consommateurs.

Concomitamment, il a été relevé que les professionnels de l'insertion manquent de connaissances sur la consommation de substances chez les jeunes et ont exprimé le besoin d'intervenir précocement et d'accompagner les jeunes au sein du réseau local d'aide en matière d'addictions. En parallèle, il a été constaté que les jeunes mi-

neurs ont un accès limité aux offres de réduction des risques et qu'elles ne sont pas adaptées à leur âge et leur spécificité.

Mais aussi que le concept de soutien à l'autogestion doit être renforcé pour leur permettre d'améliorer leur santé. Les objectifs sont multiples : d'une part, informer les jeunes sur les mesures de réduction des risques pour limiter les risques liés à la consommation et promouvoir le concept de soutien à l'autogestion, afin qu'ils puissent améliorer leur santé.

D'autre part, offrir aux professionnels de l'insertion une formation sur la spécificité de la consommation de substances chez les jeunes et sur le concept d'intervention précoce pour les outiller à accompagner des situations spécifiques.

Avez-vous impliqué des jeunes dans l'élaboration du projet ? Comment cela s'est-il déroulé exactement ?

Notre objectif était de co-créer ce projet avec des jeunes. En partenariat avec trois mesures d'insertion, nous avons organisé deux sessions de focus groups (en 2022 et 2023) avec des jeunes impliqués dans ces mesures.

Co-création du projet avec des jeunes, recueillant leurs besoins pour des outils digitaux adaptés.

L'objectif était de recueillir leurs besoins en matière d'outils digitaux thématiques sur les substances psychoactives. Les jeunes ont apprécié les outils existants, mais ont souligné la nécessité d'un accès via les réseaux sociaux et de contenus simplifiés et adaptés à leur langage. Lors des seconds focus groups, nous prévoyons de

soumettre à leur expertise les nouveaux outils digitaux développés dans le cadre de ce projet pour recueillir leur vision critique et améliorer l'offre.

Qu'avez-vous appris en ce qui concerne la participation des jeunes ? Quels ont été les éléments clés importants pour la réussite ?

Les jeunes ont apprécié de pouvoir exprimer leurs opinions et de participer activement au développement d'offres qui leur sont destinées. Les professionnels sur place ont été surpris par la motivation et l'engagement des jeunes dans le projet, en particulier le nombre de jeunes intéressés à participer et les retours positifs suite aux focus groups. Les jeunes ont grandement apprécié d'être écoutés par des adultes au sujet des offres qui les concernent et d'être impliqués dans le développement de celles-ci. Les clés du succès des focus groups ont été l'écoute attentive de leurs points de

vue et de leurs besoins, l'ouverture au dialogue et l'absence de jugement. La liberté de participation aux focus groups a été cruciale. La collaboration et la participation des directions des mesures d'insertion ont été essentielles pour le bon déroulement du projet et sa mise en œuvre. Leur implication a également mis en évidence les domaines spécifiques nécessitant un renforcement des compétences des professionnels de l'insertion.

Écoute attentive, dialogue ouvert et participation libre sont cruciaux pour le succès des focus groups.

Ce que nous retenons de cette expérience, c'est que, lors de l'élaboration de projets, il est essentiel d'intégrer activement le public cible que l'on souhaite atteindre dans le processus de création et de développement.

Quelles sont les prochaines étapes du projet ?

Le projet pilote se poursuivra jusqu'en 2025, avec plusieurs mesures de communication prévues à partir de 2024. Cela comprend la poursuite du développement du site web, une campagne de sensibilisation sur les réseaux sociaux, la création d'affiches et de flyers à distribuer au sein des mesures d'insertion, ainsi que la mise en place d'une formation destinée aux professionnels travaillant dans ces mesures. Enfin, une évaluation du projet sera menée pour identifier d'éventuelles améliorations et déterminer l'avenir de ce projet.

Quelques chiffres

À propos d'Infodrog



12

collaborateur-ric-e-s

4

langues

Gestion de la qualité – QuaTheDA



78

organisations

175

modules individuels

Visites de l'outil d'alerte sur les substances

197 000

utilisateur-ric-e-s

Abonnements à la newsletter



3500

DE

1500

FR

Réduction des risques

982 500

consommations en toute sécurité grâce à la distribution de blocs de *safer sniffing*

Index des offres d'aide dans les addictions en Suisse – Indexaddictions



992

offres d'aide dans les addictions

Addictions et vieillissement

108 500

utilisateur-ric-e-s du site
addictions-et-vieillessement.ch



1672

brochures
« La Retraite » expédiées

Coordination et coopération



Nombre de participant-e-s 2023 :

130

Congrès sur la consommation mixte

50

Addictions et vieillissement, ateliers pour la KDS

90

Formations et événements en lien avec SafeZone.ch

SafeZone – consultation en ligne

311 000

utilisateur-ric-e-s de SafeZone.ch

51

expert-e-s ont offert des consultations

2166

personnes ayant eu recours à une consultation en ligne

Infodrog

Centrale nationale de coordination
des addictions

Eigerplatz 5 • CH-3007 Berne • 031 376 04 01
office@infodrog.ch • infodrog.ch

Publié en avril 2024