



Rel'ier
Informations Réseau Addictions

A propos d'addiction en région lausannoise et dans le canton de Vaud

parole à... | agenda | pour en savoir plus | infos réseau

Addiction Vaud Une porte d'entrée pour comprendre les addictions et trouver des services d'aide

Rel'ier se trouve à la croisée de différents chemins. D'abord, la densité du réseau addictologique vaudois et la difficulté de savoir à qui s'adresser représentent un défi considérable. Ensuite, l'évolution des pratiques, des consommations découlant des sociétés dites « addictogènes » en est un autre.

Enfin, l'évolution des moyens d'accès à l'information tout en cherchant des offres de proximité se présente de manière de plus en plus prégnante. En l'absence d'une association faîtière réunissant l'ensemble des acteurs et actrices concernées par les problématiques liées aux addictions, la nécessité d'orienter la population générale est indispensable. À ce titre, Rel'ier s'efforce depuis plus de 20 ans à réali-

ser son rôle de courroie de transmission au sein de l'agglomération lausannoise et du canton de Vaud. L'information et l'orientation tout public dans le domaine des addictions est l'un des principaux axes de travail de Rel'ier.

Ces dernières années, des sites internet de consultations se sont développés avec la possibilité de contacter des professionnels directement. À ce titre, le site Ciao.ch fait office de précurseur en la matière puisqu'il existe depuis 1997 déjà. Il propose différentes offres destinées aux jeunes. Plus récemment, des sites internet comme sois-prudent.ch ou SafeZone proposent des conseils pratiques. Ces

offres peuvent s'adresser aux personnes ayant une addiction ou une consommation à risque ainsi qu'à leur entourage qui cherche de l'aide. Selon la nouvelle stratégie nationale addictions¹, « il y a lieu d'accorder une attention particulière à l'accès-

sibilité de l'offre, qui doit atteindre toutes les personnes concernées, sans distinction de sexe, d'âge ou d'origine socio-culturelle ». La stratégie nationale addictions explique que « les traitements et les consultations doivent être adaptés aux besoins des personnes concernées et à leurs objectifs thérapeutiques individuels ». C'est à ce titre notamment, que le site internet [Addiction Vaud](http://AddictionVaud)² a vu le jour et qu'il a évolué.

Ce numéro de Zoom s'intéresse à la nouvelle version du site internet Addiction Vaud. Créé par Rel'ier en 2013 grâce au soutien de [Lausanne Région](http://LausanneRégion), le site Addiction Vaud a fait peau neuve en 2017. Ce site complète efficacement la mission

d'information et d'orientation de Rel'ier. La parole est donnée à Pascale Manzini, présidente de la [Commission Prévention et dépendances](http://CommissionPréventionetdépendances) de Lausanne Région dans laquelle est né le projet. Elle nous parlera des travaux de la Commission et du site internet Addiction Vaud.

¹ Stratégie nationale addictions 2017 - 2024 : www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/strategien-politik/nationale-gesundheitsstrategien/strategie-sucht.html

² Visitez le site internet à l'adresse www.addiction-vaud.ch

Un site internet tout neuf: de nouvelles fonctionnalités et un accès direct à des professionnel.le.s

Développé par Rel'ier pour la Commission Prévention et dépendances de Lausanne Région, Addiction Vaud offre aux citoyen.ne.s des informations tout public sur les drogues et comportements potentiellement addictifs. Il propose des tests d'auto-évaluation et oriente vers les différents centres d'aide.



Ce site méritait un renouvellement pour correspondre aux nouvelles utilisations d'internet qui se font très souvent sur les téléphones mobiles. Alors que le premier site était pensé par type d'addiction, la nouvelle mouture propose **trois onglets principaux**.

Le premier onglet présente **des informations** sur l'addiction, la politique suisse en la matière et les références institutionnelles nationales. Il propose également de brèves présentations des principales substances et des comportements addictogènes. Les personnes désireuses d'en savoir davantage sur une substance particulière, par exemple, pourront accéder à un lien vers une fiche de synthèse réalisée par Addiction Suisse.

Le deuxième onglet représente la porte d'accès vers les **ressources vaudoises**. Les ressources sont classées par types de comportements addictifs. Lorsqu'un choix est opéré, il est possible de trouver des adresses en fonction du type d'aide recherché. La structure de cet onglet se compose d'abord des partenaires qui offrent des informations et de la prévention, ensuite des centres d'aide ambulatoire et enfin des centres de traitement résidentiels. Tous les liens menant vers ces partenaires s'appuient sur les adresses du Répertoire des ressources

vaudoises en matière d'information, de prévention et de traitement des addictions que Rel'ier a réalisé. Il est indispensable de pouvoir se référer à ce répertoire exhaustif dont Rel'ier garantit une mise jour régulière.

Un des grands points forts du site représentant une nouveauté considérable se trouve sur le dernier onglet. En effet, il propose **des tests d'auto-évaluation** qui permettront aux

« Bonsoir, notre fils de 19 ans est dépendant à l'alcool et à l'ecstasy. On aimerait l'aider, mais nous sommes totalement démunis. À qui doit-on s'adresser? Que peut-on faire pour qu'il retrouve un chemin sans toutes ces substances? Je vous remercie pour votre aide. »

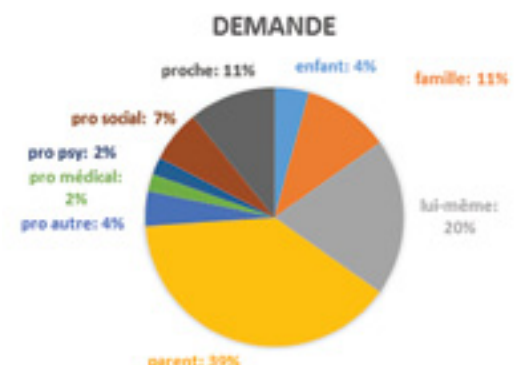
personnes intéressées de faire le point sur leur consommation de substances, leur pratique en matière de jeux d'argent ou d'utilisation d'écrans. Ces tests proposés par Rel'ier s'inspirent d'outils existants et reconnus. Ils ont la particularité de ne pas comporter un nombre trop conséquent de questions, une dizaine en moyenne, afin de se faire une idée rapidement de sa situation. La personne qui accède à cette page est avertie que les tests n'ont pas vocation à émettre un diagnostic. Ils

n'ont qu'une valeur indicative. À la fin de chaque questionnaire, un résultat est proposé en direct avec les réponses données. Trois types de résultats différents sont proposés accompagnés d'un message correspondant selon la distinction entre l'usage à risque faible, l'usage à risque modéré et l'usage à risque. Quelle que soit la réponse apportée, le site internet propose au visiteur de consulter les pages de ressources en lien avec la thématique choisie afin d'aller plus loin dans les démarches entreprises.

Parmi les nouveautés du site internet Addiction Vaud, il y a la possibilité de contacter directement Rel'ier par l'intermédiaire d'un numéro de téléphone ou par un formulaire en ligne. Rel'ier garantit une réponse dans les trois jours ouvrables en ce qui concerne les demandes formulées via le site internet. Comme il est évoqué en préambule, le réseau addictologique vaudois est dense. Il est facile de s'y perdre. De par ses différents mandats et grâce à ce formidable outil que représente le Répertoire des ressources vaudoises en matière d'information, de prévention et de traitement des addictions, Rel'ier occupe un rôle naturel de **centrale d'orientation**. Rel'ier était déjà contacté occasionnellement à des fins d'orientation. Depuis la mise en place de ce service, Rel'ier est plus régulièrement mis à contribution par des personnes ne sachant pas où s'adresser, que ce soit des proches, des personnes directement concernées ou des professionnel.le.s.

Voici un aperçu des demandes effectuées via Addiction Vaud.

Depuis 2017, l'équipe de Rel'ier recense les demandes qui lui sont adressées. Le profil des demandes et les problématiques concernées sont multiples. Les personnes qui contactent Rel'ier par l'intermédiaire du site internet Addiction Vaud le font majoritairement par téléphone (87%). Les autres demandes se réalisent par le formulaire de contact en ligne (13%). Ces personnes sont variées. La majorité (64%) des individus qui font appel aux services de Rel'ier font partie de la famille ou des proches de la personne directement concernée par la problématique en question. Parmi ceux-ci, il faut mentionner principalement les parents (39%), ensuite les membres de la famille au sens large ou non spécifiés (11%), des proches (11%) et enfin les enfants (4%). Dans 20% des situations, c'est la personne concernée par des problèmes d'addiction qui éta-



« Bonjour, je vous écris, car mon fiancé a un problème avec l'alcool. Nous en avons parlé et il aimerait faire quelque chose pour changer son comportement, mais nous pensions que les alcools anonymes ne seraient pas adéquats, car il ne boit pas tous les jours, il va boire une ou deux

Présidente de la Commission Prévention et dépendances de Lausanne Région

Le site internet Addiction Vaud est un projet issu de la Commission Prévention et dépendances. M^{me} Manzini nous présente ici tant les travaux de la Commission que ce qui a permis l'émergence du site internet Addiction Vaud.

Pourquoi Lausanne Région et la Commission Prévention et dépendances s'investit sur les questions d'addiction ?

Il est important de préciser que la Commission Prévention et dépendances de Lausanne Région est unique dans le canton. En effet, Lausanne Région est le seul organisme de développement économique régional au sens de la LADE (Loi sur l'appui et le développement économique) doté d'une telle commission. Son postulat de départ est que la prévention des dépendances passe par le renforcement des liens sociaux. La question d'intégrer un sujet sociétal dans une association de régions qui s'engage en faveur de la promotion économique n'est pas banale. Il y avait une volonté de prendre en compte ces problématiques, car les villes de la région lausannoise n'ont pas de frontières. Les problématiques d'addiction concernent toutes les communes de l'agglomération. Un historique concernant cette question, que je vous invite à découvrir, a été réalisé dans le cadre des 50 ans de Lausanne Région ([retrouvez le lien sur la rubrique : pour en savoir plus](#)).

Quelles sont les thématiques abordées dans cette Commission qui vous tient à cœur ?

Ce qui me tient le plus à cœur c'est l'aide aux personnes plus faibles ou en désinsertion sociale ainsi qu'à ceux qui souhaiteraient les aider. Dans toute société, il y a l'envers du décor. La Commission Prévention et dépendances aborde des sujets qui, à l'inverse de la rentabilité économique et bruyante, s'inscrivent dans une démarche longue et silencieuse. Les personnes politiques qui composent cette commission ont à cœur d'aider au mieux leurs citoyens afin qu'ils puissent prendre en main une situation qui peut s'avérer douloureuse et dévastatrice si elle n'est pas prise à temps. Cela passe par l'information, le partage et l'échange.

Quels autres projets soutenus ou développés par la Commission vous ont particulièrement marqués ? Et pourquoi ?

Les journées de réflexion sont toujours des espaces de réflexion qui nous obligent, en tant que politiques ou professionnels, à prendre le temps d'aborder des sujets de manière exhaustive tout en faisant émerger des solutions pragmatiques qui peuvent être mises en œuvre rapidement. Comment partager l'espace public avec la clé des fiches pratiques pour les communes ? Comment aider les femmes marginalisées, peu visibles dans l'espace public, résultat d'une étude commandée par la Commission, etc. Mais le projet que je trouve le plus abouti et dont le résultat est visible est la réalisation de la brochure « Être parents d'un adolescent », traduite en 10 langues, qui connaît un succès toujours présent. Elle répond aux nombreux questionnements que les parents peuvent rencontrer pendant l'accompagnement de leur enfant vers la vie d'adulte. Cette brochure s'inscrit comme un véritable outil de prévention. En plus de subventions à des institutions agissant dans le cadre de la politique de prévention des dépendances, la Commission dispose d'un fond pour financer des actions de prévention organisées par les communes membres.

Quels sont les nouveaux projets de la Commission Prévention dépendances ?

À l'heure actuelle, la commission prépare avec l'aide de son partenaire Rel'ier, une journée de réflexion sur le thème du harcèlement qui aura lieu le 15 novembre prochain. Elle réalise une mise à jour de la brochure « Être Parents d'un adolescent » et prépare des café-contacts qui seront déployés sur le territoire des communes membres de Lausanne Région très prochainement.

blit le contact elle-même. Enfin, 15% des demandes sont effectuées par des professionnels de différents domaines et plus particulièrement des domaines du social, du médical ou du psychiatrique.

Les problématiques pour lesquelles les personnes contactent Rel'ier sont diverses. Près de deux tiers des demandes (63%) concernent des substances psychoactives illégales. En premier lieu, il faut mentionner les drogues (24%) au sens large et dont les personnes n'ont pas spécifié la nature. Ensuite, la présence de consommations multiples (11%), qu'il s'agisse de subs-

sollicitations. La majorité des personnes sont orientées vers les structures ambulatoires spécialisées de leur région que ce soit notamment pour des questions d'alcool, de drogues illégales ou plus ciblées sur les jeunes. Lorsqu'il s'agit d'un premier contact avec le réseau addictologique, les personnes sont orientées vers les structures les mieux adaptées pour entreprendre les démarches préliminaires d'accompagnement.

Il se peut également que plusieurs pistes soient envisagées. Auquel cas, Rel'ier propose d'explorer une première voie et reste à disposition si celle-ci ne devrait pas correspondre aux besoins de la personne concernée.

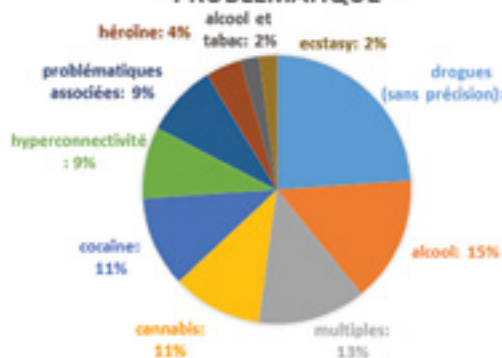
L'équipe reste à l'écoute des différentes demandes et cherche à orienter au mieux les personnes en fonction de leur situation.

Vous retrouvez en encadré des messages types que Rel'ier reçoit habituellement. Ils montrent bien la pertinence de cette

offre qui permet à des individus démunis et parfois perdus face aux différents types d'accompagnement disponibles de trouver vers quel chemin poursuivre les démarches entreprises. Le plus difficile reste souvent de faire le premier pas et de contacter des professionnels. Rel'ier espère continuer de recevoir toutes ces demandes en y apportant une écoute bienveillante et motivationnelle.

Depuis le début de l'année 2017, le nombre de contacts et les visites du site internet Addiction Vaud ont sensiblement augmenté. Ces contacts permettent à Rel'ier d'observer les situations, de se rendre compte des problématiques émergentes et des changements significatifs dans le domaine des addictions.

PROBLÉMATIQUE*



tances illégales liées à de l'alcool, ou parfois à une utilisation intensive des jeux vidéo. Les problèmes liés au cannabis et à la cocaïne représentent tous deux 11% des demandes. Finalement, l'héroïne (4%) et l'ecstasy (2%) ont été énoncées comme problématiques principales dans une moindre mesure. Près d'un cinquième des demandes concernent l'alcool, seul (16%) ou en lien avec le tabac (2%). En outre, l'hyperconnectivité représente (9%) des requêtes. Celles-ci se focalisent principalement autour de l'utilisation des jeux vidéo, d'internet et des téléphones « intelligents ». Il est intéressant de noter que les problématiques associées, telles que les demandes de participer à des groupes de proches ou de parole représentent 9% des

tères qu'il n'a pas du tout quand il est sobre. Je vous écris donc, car nous ne savons pas à qui nous adresser, un psychiatre ? Un addictologue ? Qui pourrait l'aider à comprendre son comportement pour pouvoir essayer de le changer ? J'attends de vos nouvelles et/ou conseils. Merci ! »

fois par mois, mais n'arrivera pas à se raisonner du tout. Il dit qu'il ressent le besoin de boire même s'il essaiera de se raisonner et de se forcer, l'envie est plus forte. La quantité est un problème surtout qu'il développe un comportement agressif et paranoïaque quand il a beaucoup bu. Des traits de carac-

Parmi les différents projets réalisés grâce au soutien de cette Commission, il y a le site internet Addiction Vaud. Selon vous, pourquoi est-ce important de proposer un site internet sur les addictions à la population?

Les membres de la Commission ont fait le constat qu'il manquait un endroit regroupant toutes les informations nécessaires concernant les addictions et leur prise en charge dans le canton. Ce site a le mérite d'être reconnu comme complet et bien fait par les professionnels et il est appelé à devenir une véritable référence en matière d'information sur le sujet des addictions pour tous les acteurs et les actrices qui auraient besoin d'être orienté.e.s et/ou informé.e.s à ce sujet.

En quoi est-ce que ce site internet est un plus pour la population?

Je trouve très intéressante l'idée de pouvoir regrouper sur une seule plateforme toutes les questions qui touchent le domaine des addictions. Les offres dans la région sont complexes à comprendre et très touffues. Le site internet permet ainsi à n'importe quel citoyen.ne de la région lausannoise de s'informer dans l'anonymat. Ces questions touchent des sphères éminemment privées. C'est pourquoi permettre de faire une première approche, prendre des informations, savoir vers qui on peut s'adresser tout en respectant la sphère individuelle est primordial. Addiction Vaud fonctionne comme un guichet virtuel qui garantit l'anonymat. En ce sens, ce site représente une offre nécessaire.

Quel est l'atout principal de ce site internet?

Le site internet Addiction Vaud est très positif et apporte un véritable service à la population de l'agglomération lausannoise. Ce site donne des informations sur tout l'éventail des addictions, mais son atout est le fait de pouvoir aller plus loin et de faire la démarche de contacter les professionnels en la matière en toute confidentialité.

Agenda

→ **15 novembre 2017**

« Harceleur, harcelé: ne restons pas témoin! ».

Journée de réflexion organisée par la Commission Prévention et dépendances de Lausanne Région et Rel'ier
Mont-sur-Lausanne, 12 h - 17h30

→ **14 décembre 2017**

Journée CoRoMA: No(s) limit(es)!

La Journée CoRoMA 2017, en association avec la 20^{ème} Journée genevoise d'addictologie des Hôpitaux Universitaires de Genève, se déroulera autour de la question des limites en addictologie.
HETS-VS HES-so Valais Wallis, Sierre

→ **25 janvier 2018**

Réseau en question. La confidentialité: entre respect du secret et besoin d'informer

Journée de réflexion organisée par Rel'ier
Salle de spectacle de Renens, 13h - 17h30

→ **25 janvier 2018**

Addiction et violence domestique

Journée organisée par La commission cantonale de lutte contre la violence domestique - bureau de l'égalité et le SPAS
EESP

→ **8 mars 2018**

« Quand les jeunes se trouvent en situation de vulnérabilité »

Journée nationale: travail interdisciplinaire en réseau dans le repérage et la prise en charge des situations de vulnérabilité chez les jeunes
Le Fachverband Sucht, le GREA, Infodrog et l'OFSP

Formation

► **16 novembre 2017**

Être enfant dans une famille vulnérable

Palais des Congrès, Bienne

► **21 et 28 novembre 2017**

Alcool, drogues et psychotropes au travail

Addiction Suisse, Hôtel Mirabeau, Av. de la Gare 31, Lausanne

► **30 novembre 2017**

« Prévention du tabagisme: Notions de base »

Ligues de la santé, Avenue de Provence 12, Lausanne

► **17 au 18 janvier 2018**

Entraînement à l'instruction du programme de prévention de la rechute basé sur la pleine conscience (MBRP niveau 2)
GREa, Lausanne

Et encore ...

Rapport européen sur les drogues 2017

www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/4541/TDAT17001FRN.pdf

Pourquoi et comment engager un travailleur social de proximité?

Un guide à l'intention des communes

Rel'ier a élaboré un guide pratique pour les communes ayant l'intention de mettre en place un dispositif de travail social de proximité.
relier.relais.ch/wp-content/uploads/2017/06/Guide-TSP-pour-les-communes.pdf

Consommation de substances chez les adolescents en foyer

Quelle collaboration entre police et milieux éducatifs?

La Journée Nationale « Nouvelles voies de collaboration entre le domaine des addictions et la police » a eu lieu le 20 septembre 2017. Rel'ier a contribué à la publication du GREa qui a fait suite à cette journée et qui propose des recommandations en faveur d'une meilleure collaboration interprofessionnelle.
relier.relais.ch/wp-content/uploads/2017/03/gt-police-version_finale.pdf

Pour en savoir plus

- Site internet Addiction Vaud: www.addiction-vaud.ch/
- Site internet: Commission Prévention et dépendances: www.lausanneregion.ch/prevention
- Historique de la Commission Prévention et dépendances: www.lausanneregion.ch/organisation/historique/la-commission-toxicomanie
- Stratégie nationale addictions 2017-2024: www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/strategien-politik/nationale-gesundheitsstrategien/strategie-sucht.html

Infos Relais

Nous vous invitons à visiter le nouveau site de Rel'ier à l'adresse suivante:

relier.relais.ch