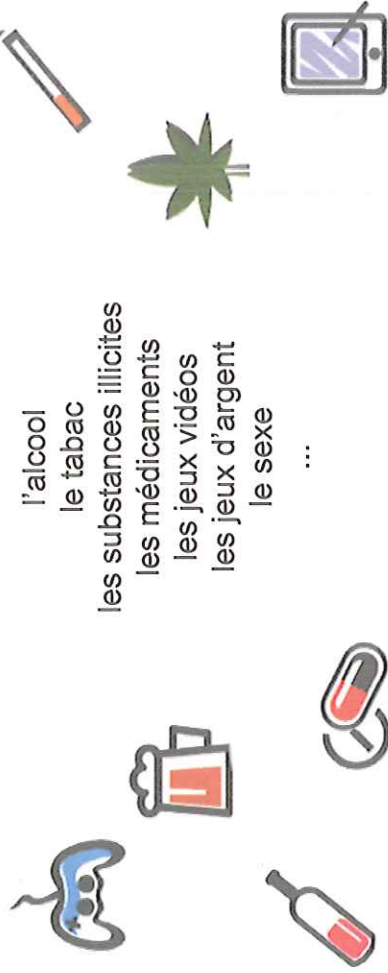


Une addiction, qu'est-ce-que c'est ?

L'addiction se définit comme la **dépendance** d'une personne à une substance ou une activité dont elle ne peut plus se passer en dépit de sa propre volonté.

Vous vous sentez en difficulté avec :



l'alcool
le tabac
les substances illicites
les médicaments
les jeux vidéos
les jeux d'argent
le sexe
...

Suis-je concerné(e) ? Quand dois-je consulter ?

Certains signes peuvent m'alerter :

Mon comportement ou ma consommation me questionne et/ou perturbe ma vie professionnelle, scolaire, familiale, relationnelle...

Mon comportement ou ma consommation a des répercussions sur ma santé (troubles du sommeil, anxiété, fatigue...)

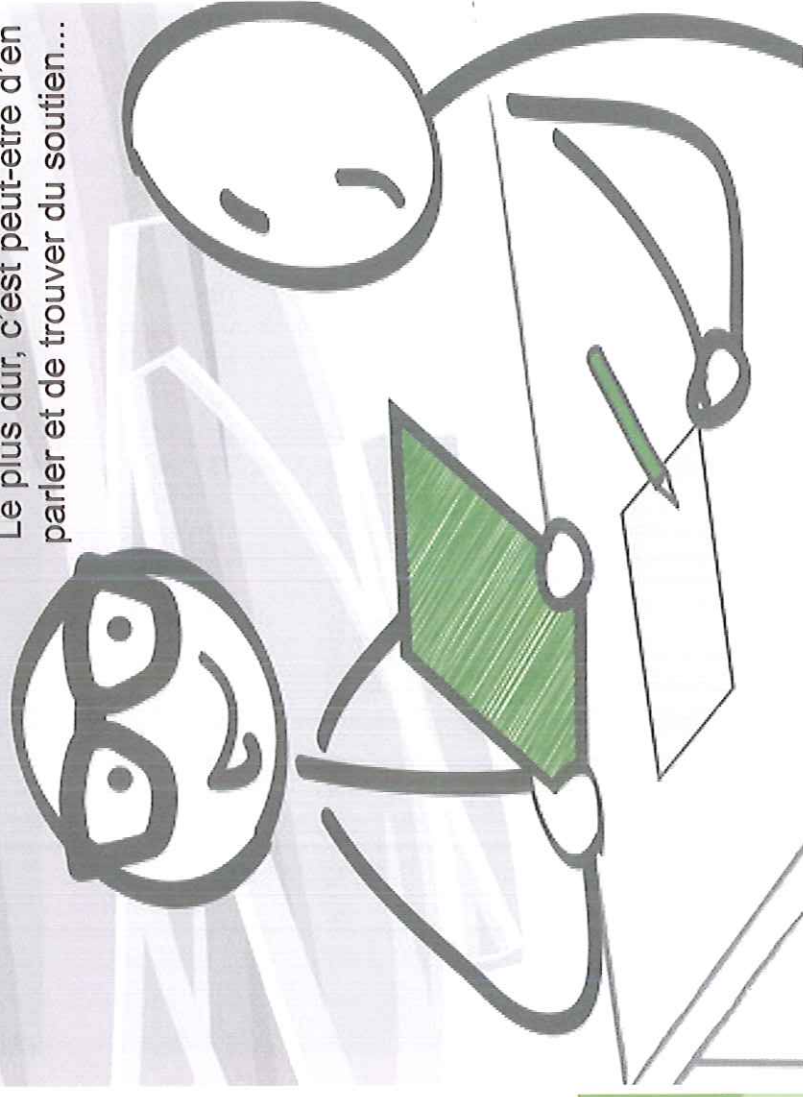
Mes proches s'inquiètent de mon comportement ou de ma consommation...

J'ai perdu le contrôle...

Je souffre et mon entourage souffre...

L'importance d'en parler...

Le plus dur, c'est peut-être d'en parler et de trouver du soutien...



Sans avoir peur d'être jugé(e)...

Une première consultation auprès d'un spécialiste en addictologie (médecin, psychologue, infirmier) va permettre d'évaluer vos besoins et de vous proposer une prise en charge personnalisée.