Médecine du travail

Alcool et cannabis au travail

Service Médecine du travail

Votre satisfaction est notre métier.

CIG GRANDE COURONNE

Sommaire

L'alcool / p 4
- Les causes de la consommation
- Principe actif et temps d'action
- Critères de consommation*
- Différents types de consommation

Le cannabis / p 8
- Les causes de la consommation
- Principe actif et temps d'action
- La consommation

Conséquences au travail / p 10
- Les secteur d'activité à risques

Que dit la loi ? / p 11
- La co-addiction ou co-dépendance

Que dit le Code de la route ? / p 12
- Pour l'alcool
- Pour le cannabis

Sur le lieu de travail / p 13
- Des contrôles peuvent-ils etre effectués ?
- Sous quelles conditions ?
- Quelles sont les conséquences pour l'agent

Effets à court terme de l'alcool / p 14

Effets à long terme de l'alcool / p 15

Effets à court terme du cannabis / p 16

Effets à long terme du cannabis / p 17

Que faire face à un état anormal ? / p 18
- J'observe
- Je sécurise
- Je signale

Les aides / p 19
- Sur le lieu de travail
- En dehors de votre lieu de travail
- Les numeros et sites utiles

Testez vos connaissances / p 20

En conclusion / p 26

L'alcool

En France, la consommation d'alcool est l'une des pratiques addictives la plus répandue dans la population générale et chez les travailleurs. Avec le tabac, l'alcool est la substance psychoactive la plus consommée en France : plus de 43 millions de personnes* en consomment chaque année, et on estime que 2 millions de personnes souffrent d'un problème de dépendance à l'alcool.

• Les causes de la consommation

On consomme de l'alcool pour différentes raisons :

- pour le côté festif ;
- pour prendre de l'assurance ;
- à cause de conditions de travail stressantes ;
- pour ne plus penser ;
- pour mieux dormir…

Certaines de ces causes peuvent entraîner une surconsommation, qui est principalement dûe à l'environnement :

- social ;
- familial ;
- professionnel.

• Principe actif et temps d'action

Le principe actif contenu dans l'alcool est l'éthanol ou alcool éthylique. Sa diffusion est rapide dans le cerveau, les poumons et le foie. Son élimination est lente. Le pic d'alcoolémie est atteint au bout de 45 minutes.

Temps d'élimination de l'alcool

• Critères de consommation**

Pour une journée

2 maximum

En une fois

4 maximum

2 jours par semaine

Pour une semaine

10 maximum

Équivalence des verres d'alcool

1 ballon de vin
10 cl à 12°

=

1 coupe de champ'
10 cl à 12°

=

1 verre d'apéritif
7 cl à 18°

=

1 demi de bière
25 cl à 5°

=

1 verre de Pastis
2,5 cl à 45°
+ eau

=

1 verre de cognac
3 cl à 40°

=

1 baby de whisky
3 cl à 40°

=

1 shot de vodka
2 cl à 45°

=

1 verre de planteur
2 cl de rhum à 50°
+ jus de fruits

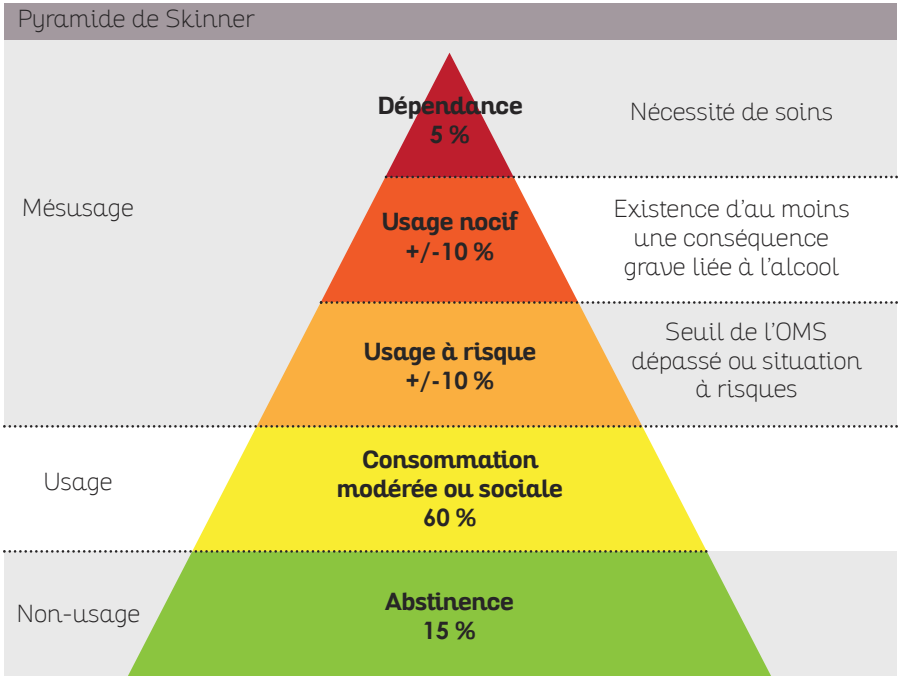
1 verre standard = 1 unité d'alcool / 1 unité d'alcool = 0,25 g/L d'alcool dans le sang**

** Source : l'Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives (OFDT) 2022*
*** selon l'OMS*
**** à différencier d'un verre « maison » !*

• Différents types de consommation

La consommation d'alcool est ancrée dans notre culture occidentale. Il joue un rôle dans la vie social et dans les rituels qui la rythment. Il fait partie de nos us et coutumes, il est de toutes les fêtes et il faut un rien pour lever un verre.

Pourtant, la dépendance à l'alcool s'installe souvent de manière insidieuse, pour passer d'une consommation « festive » à une addiction. La pyramide de Skinner, ci-dessous, répertorie les usagers en cinq catégories



• Comment évaluer sa consommation ?

Pour évaluer sa consommation, il existe différents questionnaires. Les 3 principaux sont :

- le questionnaire DETA (*Diminuer, Entourage, Trop, Alcool*),
- le questionnaire AUDIT (*Alcohol Use Disorders Identification Test*) et
- le questionnaire FACE (*Fast Alcohol Consumption Evaluation*).

Chaque questionnaire comporte une série de questions, qui après une notation, permet d'evaluer sa dépendance et sa consommation d'alcool.

• Exemple du questionnaire FACE

Ce questionnaire comporte 5 questions :

- A quelle fréquence vous arrive t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?
  - Jamais = 0 point
  - 1 fois par mois = 1 point
  - 2 à 4 fois par mois = 2 points
  - 2 à 3 fois par semaine = 3 points
  - Au moins 4 fois ou plus par semaine = 4 points

- Combien de verres standards buvez-vous au cours d'une journeé ordinaire où vous consommez de l'alcool ?
  - 1 ou 2 = 0 point
  - 3 ou 4 = 1 point
  - 5 ou 6 = 2 points
  - 7 à 9 = 3 points
  - 10 ou plus = 4 points

- Votre entourage vous a t-il fait des remarques au sujet de votre consommation d'alcool ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 4 points

- Avez-vous déjà eu besoin d'alcool le matin pour vous sentir en forme ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 4 points

- Vous arrive t-il de boire et de ne plus vous souvenir ensuite de ce que vous avez pu dire ou faire ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 4 points

Interprétation du test FACE
Score < 5 points = risque faible ou nul
Score de 5 à 8 points = consommation excessive probable
Score > 8 points = dépendance probable

Le cannabis

Le cannabis est le produit illicite le plus consommé en milieu professionnel. Inhalé ou ingéré, le THC, substance psychoactive de cette plante, peut mettre en danger la santé et la sécurité des salariés et être à l'origine d'accidents du travail. On estime à 1,3 million le nombre de consommateurs réguliers et à 18 millions celui d'expérimentateurs*.

• Les causes de la consommation

On consomme du cannabis pour différentes raisons, elles-mêmes similaires à l'alcool :

- pour le côté festif ;
- pour prendre de l'assurance ;
- à cause de conditions de travail stressantes ;
- pour ne plus penser ;
- pour mieux dormir…

• Principe actif et temps d'action

Le cannabis est une plante renfermant une substance psychoactive : le delta-9-tétrahydrocannabinol, souvent appelé « THC ». Plus sa concentration est élevée, plus les effets sont importants. Différentes formes de produits sont utilisées pour la consommation inhalée ou ingérée (*l'herbe, la résine et l'huile*).

Le temps d'action du THC varie en fonction de son mode d'utilisation (*ingestion ou inhalation)* et de la concentration du produits. À titre d'exemple, les effets psychoactifs d'un « joint » peuvent être ressenti au bout d'une dizaine de minutes et durer jusqu'à 10 heures.

De même, le temps de détection varie en fonction des individus, de leur corpulence et de leur consommation (*occasionnelle ou régulière*). Sous sa forme inhalé, le THC est détecté au bout de quelques minutes. Son élimination étant très lente, il peut rester présent dans les urines durant 3 jours, et jusqu'à plus d'un mois pour une consommation importante.

Plus on commence à consommer jeune, plus on augmente le risque de développer une addiction.

• Ne pas confondre « Cannabis » et CBD (*CannaBiDiol*)

Le CBD est un plant de cannabis très faiblement concentrée en THC (< 0,2%). Il ne possède aucun effet psychotrope, et par conséquent est légale en Europe.

• La consommation

On estime à 46 % le nombre d'adulte, entre 18 et 64 ans, ayant consommé une fois dans leur vie du cannabis, et à 11 %, de la même tranche d'âge, ceux en ayant consommé dans les 12 derniers mois. Le nombre d'usager quotidien est estimé à 850 000 personnes*.

Par ailleurs, il peut exister des consommations associées à celle du cannabis. En effet, ce dernier est souvent utilisé avec de l'alcool et/ou du tabac.

• Comment évaluer sa consommation ?

Pour évaluer sa consommation, il existe le questionnaire CAST (*Cannabis Abuse Screening Test*), dont les 6 questions décrivent des comportements d'usage ou des problèmes rencontrés.

• Exemple du questionnaire CAST

Au cours des 12 derniers mois…

- Avez-vous fumé du cannabis avant midi ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point

- Avez-vous fumé du cannabis lorsque vous étiez seul(e) ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point
- Avez-vous eu des problèmes de mémoire quand vous fumiez du cannabis ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point
- Des amis ou des membres de votre famille vous ont-ils dit que vous devriez réduire votre consommation de cannabis ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point

- Avez-vous essayé de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis sans y arriver ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point

- Avez-vous eu des problèmes à cause de votre consommation de cannabis (*dispute, bagarre, accident, mauvais résultats à l'école…*) ?
  - Non = 0 point
  - Oui = 1 point

Interprétation du test CAST
Score < 1 point = risque faible ou nul
Score de 2 à 3 points = risque élevé d'usage problématique
Score > 4 points = risque très élevé d'usage problématique

** Source : l'Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives (OFDT) 2022*

Conséquences au travail

Un salarié mettant sa sécurité ou celle d'autres personnes (collègues, clients, usagers ou tiers) en cause parce qu'il a consommé de l'alcool ou une drogue est fautif car il ne respecte pas son obligation de sécurité (art. L4122-1 du Code du travail)

Tous les secteurs d'activités peuvent être concernés par les pratiques addictives. La consommation de substances psychoactives au travail concernent en premier lieu l'alcool, puis les médicaments psychotropes (*somnifères, anxiolytioques ou antidépresseurs*), suivis du cannabis. Elle a aussi de nombreuses conséquence sur le travail et peut mettre le consommateur, ainsi que ses collègues en danger.

La consommation de substances psychoactives diminue la vigilance et les reflexes. Elle modifie le champ de vision et la perception du risque. Par conséquent, elle engendre une augmentation du risque d'accident du travail et de trajet de 10 à 20 %.

Elle modifie également les capacités de raisonnement qui peut être à l'origine de retards, de l'absentéisme, d'une baisse de la productivité et des difficultés d'apprentissage.

Enfin, cette consommation, y compris lorsqu'elle est occasionnelle, peut amener à des difficultés relationnelles, une dégradation de l'ambiance de travail, une désinsertion professionnelle, voire une perte de l'emploi.

• Les secteur d'activité à risques

Certaines activités doivent faire l'objet d'une surveillance particulière. Il faut donc être particulièrement vigilants aux postes nécessitant :

- Un travail en hauteur ;
- La conduite de véhicules ou d'engins de chantier ;
- L'utilisation d'outils ou de machines dangereuses ;
- Les emplois nécessitant attention, vigilance et postes de sécurité.

Ces activités concernent notamment des emplois :

- De policiers municipaux ;
- D'assistantes maternelles, d'éducateurs de jeunes enfants et d'animateurs ;
- De chauffeurs véhicules lourds ou de poids lourds ;
- De caristes ;
- D'agents de voirie ;
- De jardiniers, paysagistes, élagueurs…

Que dit la loi ?

Art. R4228-20 du Code du travail
Aucune boisson alcoolisée autre que le vin (y compris le champagne), la bière, le cidre et le poiré n'est autorisée sur le lieu de travail [...].

Art. R4228-21 du Code du travail
L'employeur a l'interdiction de laisser entrer ou séjourner dans les lieux de travail des personnes en état d'ébriété ou sous l'emprise de stupéfiant.

Art. L4121-1 du Code du travail
L'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. En cas de manquement, il peut être poursuivi pour faute inexcusable.

Décret n° 2014-754 du 1er juillet 2014 - art. 1 (*modifiant l'art. R4228-20*)
L'employeur a le droit d'interdire toute consommation d'alcool sur le lieu de travail à condition de l'inscrire au règlement intérieur.

Code de la route - art. L235 / Code pénal - art. 222-37
Le cannabis étant un stupéfiant, sa consommation est donc interdite.

• La co-addiction ou co-dépendance

Tout comme l'employeur, un agent est également soumis à certaines obligations comme celle de prendre soin, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail au titre de l'article L4122-1 du Code du travail.

Il n'est pas rare qu'un collègue puisse être touché par les problèmes rencontrés par un autre collègue, et qu'afin de le soulager ou pour le protéger des conséquences négatives suite à son comportement inadapté, il soit enclin à effectuer certaines tâches à sa place. On parle alors de co-addiction ou co-dépendance.

Ce comportement repousse le traitement de la situation, sans y apporter de solution, renforce le déni du problème d'addiction de l'agent concerné, et aboutit, à plus long terme, à un épuisement de l'équipe ainsi qu'à un rejet de l'agent dépendant qui encourt des sanctions disciplinaires.

Il est donc conseillé soit d'aborder directement le sujet avec le collègue, soit d'alerter votre supérieur hiérarchique. D'une part, contrairement à ce que vous pouvez penser, cela apportera une aide réelle à votre collègue puisqu'une prise en charge précoce pourra lui être proposée et d'autre part, cela aura pour but de vous protéger pénalement en cas d'accident puisque vous aurez effectué votre devoir de sécurité, au titre de l'article L4122-1 du Code du travail.

Que dit le Code de la route ?

Pour tous conducteurs, le Code de la route s'applique aussi au travail.

• Pour l'alcool

De 0 à 0,50 g/L dans le sang (soit de 0 à 0,25 mg/L d'air expiré)

=

- Hors sanction
- Sous réserve des dispositions définies au règlement intérieur

De 0,50 g/L à 0,80 g/L dans le sang (soit de 0,25 mg/L à 0,40 mg/L d'air expiré)

=

- Retrait de points 6
- Suspension de permis 3 ans

+

- Véhicule immobilisé
- 135 € d'amende

Au delà de 0,80 g/L dans le sang (soit > 0,40 mg/L d'air expiré)

=

- Véhicule immobilisé
- Retrait de points 6
- Suspension de permis 3 ans

+

- Prison 2 ans
- 4 500 € d'amende

• Pour le cannabis

Aucun seuil

=

- Véhicule immobilisé
- Retrait de points 6
- Suspension de permis 3 ans

+

- Prison 2 ans
- 4 500 € d'amende

+

- Usage de stupéfiant
- 200 € d'amende

Sur le lieu de travail

• Des contrôles peuvent-ils etre effectués ?

Dans la mesure où il se doit d'assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs, l'employeur à le droit de procéder au contrôle d'un agent s'il a un doute sur le fait qu'il soit sous l'emprise de substances psychoactives. Cette procédure n'a pour but que de retirer l'agent d'une situation dangereuse.

• Sous quelles conditions ?

- Doit être inscrit dans le règlement intérieur ou indiqué dans une note de service ;
- Ne pas être systématique ;
- Avoir pour but de prévenir ou de faire cesser une situation dangereuse ;
- Ne doit pas être généralisé à tous les salariés de l'entreprise ;
- Doit se limiter aux salariés dont la fonction expose directement des personnes ou des biens à un danger (*par exemple pour un salarié utilisant des engins ou outils dangereux, un salarié effectuant son travail en hauteur*) ;
- Être accompagné de garanties pour le salarié : présence d'un tiers, possibilité de demander une contre-expertise ou un second test.

• Quelles sont conséquences pour l'agent

Le recours aux tests de dépistage de substances psychoactives ne peut permettre à l'employeur de faire constater une éventuelle faute disciplinaire, l'ivresse en tant que telle ne constituant pas un motif de sanction. Seules ses conséquences sur le comportement de l'agent peuvent faire l'objet d'une procédure disciplinaire (*manœuvres dangereuses avec un engin ayant occasionnées des dégâts, hurlements ou injures en présences d'usagers ou de fournisseurs, travail non réalisé de façon répétée…*)

Dans la Fonction Publique Territoriale les sanctions sont différentes que vous soyez titulaire, stagiaire ou contractuel (CDD/CDI). Elles sont de différents degrés et certaines sont inscrites à votre dossier et peuvent être soumises à un Conseil de discipline.

Ces santions peuvent aller de l'avertissement au blâme jusqu'à l'exclusion temporaire (*pouvant aller de 3 jours à 2 ans selon le degré*), la rétrogradation, la mise à la retraite d'office, la révocation ou le licenciement sans préavis ni indemnité.

En cas de faute grave, et uniquement dans ce cas, il est possible de mettre en œuvre une mesure de suspension afin d'éloigner temporairement l'agent du service. Cette mesure conservatoire est prise sous la forme d'un arrêté qui doit être notifié à l'agent pour entrer en vigueur.

Effets à court terme de l'alcool

Somnolence
Endormissement
Céphalées
Trouble de l'attention et de la concentration
Perte de la mémoire immédiate

Détente
Sentiment de bien-être
Euphorie

Trouble de la vision
Etourdissements
Nausée
Vomissements

Trouble de l'humeur
Irritabilité, peur, colère…
Altération de la capacité de jugement

Coma éthylique avec risque
d'arrêt respiratoire et décès

Trouble et perte de l'équilibre
Trouble de la coordination
Réflexes ralentis

Effets à long terme de l'alcool

Accident Ischémique Cérébral (AIT)
Accident Vasculaire Cérébral (AVC)
Maladie neurologique
(*neuropathie, myopathie, dégénérescence cérébelleuse…*)
Démence précoce
Décès

Anxiété
Dépression
Trouble du comportement

Cancer ORL : bouche, gorge, œsophage
Cancer du sein chez la femme

Troubles cardiovasculaires
(*troubles de la circulation sanguine, infarctus, anévrisme de l'aorte abdominale…*)
Hypertension artérielle

Maladie chronique du **foie** et du **pancréas**
pouvant aller jusqu'au cancer
Diabète
Cancer colorectal

Effets à court terme du cannabis

Trouble de l'humeur
Trouble de l'équilibre
Altération de la capacité de jugement

Yeux rouges
Pupilles dilatées
Vomissements
Tremblements

Somnolence et endormissement
Trouble de l'attention et de la concentration
Trouble de la mémoire
Hallucinations / Délires

Détente
Sentiment de bien-être
Euphorie
Logorrhée
Augmentation de l'appétit

Bad Trip : tachycardie, tachypnée, sensation d'étouffement
Angoisse
Malaise

Distorsion de temps et de l'espace
Trouble de la coordination
Réflexes ralentis

Effets à long terme du cannabis

Troubles et perte de la mémoire
Difficultés d'apprentissage
Difficulté à réguler ses émotions
Difficulté de concentration
Diminution du QI

Psychose (schizophrénie)
Paranoïa
Délires
Hallucinations
Dépression
Anxiété

Cancer ORL et pulmonaire

Tachycardie / Arythmie
Hypotension
Risque élevé d'infarctus
Accident Vasculaire Cérébral (AVC)

Difficulté à coordonner ses mouvements
Diminution des réflexes
Désorientation temporo-spatiale
Troubles de l'équilibre

Que faire face à un état anormal ?

• J'observe

Il faut dans un premier temps définir l'état anormal de l'agent. Plusieurs signes permettent de repérer cet état. Ces signes ne sont pas forcément synonymes de conduites addictives, mais ils doivent tout de même alerter car ils peuvent aussi relever d'une autre pathologie nécessitant un avis médical.

- **Au niveau du physique :**
  - Troubles de l'équilibre ;
  - Légères difficultés motrices ;
  - Rougeur des yeux ;
  - Dilatation des pupilles ;
  - Blessures à la bouche ;
  - Tremblements ;
  - Respiration rapide ;
  - Transpiration excessive ;
  - Saignements de nez.
- **Au niveau du comportement :**
  - Troubles du comportement (*excitation anormale, agressivité, somnolence, humeur changeante…*) ;
  - Eclats de rire spontanés / Euphorie ;
  - Temps de réaction supérieur ou inférieur à la normale ;
  - Tics nerveux ;
  - Anxiété ;
  - Difficulté d'élocution, propos incohérents ou injurieux ;
  - Hallucination.

• Je sécurise

Un signalement de l'état anormal doit être sécurisé en le retirant de son poste et en veillant à la présence d'une tierce personne. En cas d'urgence vitale, un appel au service de secours est obligatoirement necessaire (*15 ou 18*) et en cas d'agressivité un appel à Police-Secours (*17*) est possible (*ne pas oublier le numéro d'appel d'urgence sur mobile, le 112 ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes*)

• Je signale

Un signalement doit être fait auprès du responsable hiérarchique l'état anormal

Les aides

• Sur le lieu de travail

Vous pouvez demander de l'aide :

- À un collègue ;
- À votre encadrant ;
- Aux Ressources Humaines ;
- À la médecine du travail ;
- À l'assistante sociale ;
- À la psychologue du travail.

• En dehors de votre lieu de travail

Vous pouvez vous adresser à :

- Votre médecin traitant ;
- Un Centre de Soins, d'Accompagnement et Prévention en Addictologie (CSAPA) ;
- Un Centre Médico-Psychologique (CMP) ;
- Un service hospitalier.

• Les numeros et sites utiles

ALCOOL-INFO-SERVICE.FR

7j/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et non surtaxé 0 980 980 930

DROGUES-INFO-SERVICE.FR

7j/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et gratuit 0 800 23 13 13

Association Addictions France

www.addictions-france.org

ÉCOUTE CANNABIS

0 980 980 940

DROGUES INFO SERVICE.FR

7 JOURS SUR 7. DE 8 À 2 HEURES. APPEL ANONYME ET NON SURTAXÉ.

Testez vos connaissances

Question n° 1

Les alcools autorisés sur un lieu de travail, sauf consigne spécifique, sont :

A -La bière et le vin

B - Le poiré et le cidre

C - Le pastis et le whisky

D - L'eau de vie

Question n° 2

Qui peut voir sa responsabilité engagée en cas d'accident grave lié à l'alcool/drogue :

A - L'autorité territoriale

B - L'agent consommateur

C - L'encadrement

D - Les collègues de l'agent

Question n° 3

Le recours à l'éthylotest sur le lieu de travail est :

A - Autorisé quelque soit la situation

B - Possible uniquement par le médecin de prévention

C - Interdit

D - Autorisé uniquement si 3 paramètres sont présents

Question n° 4

En combien de temps élimine-t-on un verre d'alcool standard ?

A - 30 min

B - 1 heure

C - 2 heures

D - 3 heures

Question n° 5

Le seuil autorisé d'alcool
par litre de sang est de :

A - 0,25 g/L

B - 0,50 g/L

C - 0,35 g/L

D - 0,75 g/L

Question n° 6

Les accidents de travail
liés à l'alcool représentent :

A - Entre 0 et 5 %

B - Entre 5 et 10 %

C - Entre 10 et 20 %

D - Entre 20 et 30 %

Question n° 7

Le recours au test salivaire
sur le lieu de travail est :

A – Autorisé quelque soit
la situation

B – Possible uniquement
par le médecin de prévention

C – Interdit

D – Possible
sous certaines conditions

Question n° 8

J'encoure une sanction disciplinaire
si j'ai fumé un joint chez moi et que je suis encore
sous ses effets psychoactifs à ma prise de poste ?

A – Oui

B – Non

C – Oui,
sous certaines conditions

D – Seulement
sur certains postes

Question n° 9

Jusqu'à combien de temps un joint de cannabis peut-il avoir des effets psychoactifs ?

A - 2 heures

B - 6 heures

C - 4 heures

D - 10 heures

Question n° 10

Le rôle du médecin de prévention est de :

A - Informer les RH des pathologies des agents

B - Respecter le secret médical

C- Forcer l'agent à suivre des soins

D- Prévoir des examens complémentaires

• Réponses

Question n° 1
- Réponse A et B

Question n° 2
- Réponse A, B, C, D

Question n° 3
- Réponse D

Question n° 4
- Réponse D

Question n° 5
- Réponse B

Question n° 6
- Réponse C

Question n° 7
- Réponse D

Question n° 8
- Réponse C

Question n° 9
- Réponse D

Question n° 10
- Réponse B et D

En conclusion

- On évite de consommer de l'alcool sur son temps de travail, notamment sur la pause déjeuner ;
- On privilégie les petits-déjeuners quand on veut fêter un évènement ;
- La recommandation pour la consommation d'alcool est de 2 verres maximum par jour, pas plus de 4 verres pour une même occasion et pas plus de 10 verres standard par semaine ;
- Il est également recommandé d'observer 2 jours sans alcool dans une semaine ;
- Il faut 2 heures pour éliminer une verre d'alcool, 3 heures pour 2 verres, 4 heures pour 3 verres ;
- Quand on conduit un véhicule on est soumis au code de la route et on encourt des sanctions disciplinaires ;
- Le cannabis est interdit à la consommation ;
- Seul le CBD n'a pas d'effet psychoactif ;
- Les contrôles de dépistage peuvent être autorisés ;
- Des sanctions sont possibles ;
- Les effets psychoactifs d'un « joint » peuvent être ressenti au bout d'une dizaine de minutes et durer jusqu'à 10 heures ;
- La substance psychoactive du cannabis peut rester présent dans les urines durant 3 jours, et jusqu'à plus d'un mois pour une consommation importante ;
- On n'oublie pas son devoir de sécurité.

Service de Médecine du Travail

Le service de Médecine du Travail est à votre disposition.
Pour obtenir des renseignements supplémentaires,
n'hésitez pas à nous contacter par mail : **medical@cigversailles.fr**

www.cigversailles.fr

01 39 49 63 52