

Brisons les fausses croyances sur la consommation de substances psychoactives

Qu'est-ce qu'une substance psychoactive?

Les substances psychoactives sont des produits qui modifient l'état de conscience. Elles ont un effet sur la perception, la pensée, les sentiments et les actions.

Les 3 grandes classes :

- Perturbateurs/hallucinogènes (cannabis, champignons magiques, ecstasy)
- Dépresseurs (opioïdes, alcool, GHB, héroïne)
- Stimulants (amphétamines, cocaïne, méthamphétamines)

Déconstruire les fausses croyances

Mythe #1

La dépendance est un manque de volonté

↓

Réalité

La dépendance est une condition médicale complexe influencée par des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.



Mythe #2

Les médicaments d'ordonnance ne sont pas des drogues

↓

Réalité

Certains médicaments prescrits peuvent entraîner une dépendance et nécessitent une sensibilisation quant à leur usage.



Mythe #3

Les personnes autochtones ont une vulnérabilité génétique face aux drogues et à l'alcool

↓

Réalité

Ce n'est pas une question de génétique mais de contexte sociohistorique et de traumatismes intergénérationnels.



Impact de la stigmatisation

La stigmatisation est l'une des principales barrières qui empêchent les personnes consommatrices de substances de demander de l'aide. Elle peut entraîner un isolement social, un sentiment de honte et rendre difficile l'accès aux ressources de soutien.



Où trouver du soutien

- Centres d'amitié autochtones: <https://www.rcaa.qc.ca/nous-joindre/>
- Ligne d'écoute: 1-855-242-3310 (24h/24, 7j/7)
- Info-Santé/Info-Social: 811

Demander de l'aide est un essentiel. Chacun mérite un accompagnement respectueux et bienveillant, sans jugement.



REGROUPEMENT
DES CENTRES D'AMITIÉ
AUTOCHTONES DU QUÉBEC