

Alain LAGNEAU (des Chênes) nous communique

Le Balise, association ressources sur les addictions (alcool, cannabis, tabac, drogues, médicaments, réseaux sociaux, achats compulsifs et paris en ligne) vous accueille de façon anonyme et gratuite à la Ferté Gaucher, sur simple appel téléphonique au **06 35 34 24 34**. Site www.drogues.gouv.fr

Raisonné ?

Début d'année, période des bonnes résolutions. Mais qu'est-ce que c'est, « être raisonné », quand on parle d'alcool ? L'organisation Mondiale de la Santé Nous a donné un « repère ».

Selon eux, on rentre dans une consommation à risques pour la santé à partir de :

- 3 verres par jour pour les hommes, 2 verres par jour pour les femmes
- Si l'on consomme plus de 4 verres par occasion
- Si l'on n'a pas un jour sans pas semaine.

En alcoologie, on parle en « verres standards ». Il y a la même quantité d'alcool pur (10g) dans un demi, un anis à la boule, un baby, un verre de vin ou un apéritif servis en format café (pas le Ricard barbecue ou le whisky maison, qui en vaut souvent 3 !);

Entendons-nous bien, c'est comme la limite de vitesse, ce n'est pas parce qu'on est au dessus de 130 Km/h que l'on se plante forcément. Il y a juste plus de risques au niveau statistique. Et puis soyons clair : il y a des fois où c'est bon de prendre un peu de risques : que serait le saut à l'élastique à 30 cm du sol ? Le tout, c'est peut-être d'être conscient de ses prises de risques...

Jeunesse et Cannabis

Au fait, est-ce vraiment un problème réservé aux jeunes ?

A force de dire que c'est « l'alcool des gamins », ceux-ci n'auraient-ils pas un peu grandi ? Rappelez-moi l'âge des Rolling Stones ?

Le Cannabis c'est quoi ? Un produit que se fume ou se consomme en infusion ou dans des gâteaux, issu d'une plante « cannabis indica » ou chanvre indien. Deux présentations en France : le Haschich (ou shit, chichon...), résine qu'on chauffe pour l'effriter et la mélanger au tabac, et la marijuana (ou harbe, beuh, ganja...), feuilles séchées (normalement sans tiges ni graines...)

Ca touche qui ? Avec 3,8 millions d'utilisateurs actuels, dont 1,2 millions d'utilisateurs réguliers, la France est un des pays européens où la consommation de cannabis est la plus importante (quatre adolescents de 17 ans sur dix en 2011 contre deux sur dix en 1993). De plus en plus de consommateurs adultes, et qui trouvent cela aussi banal que de prendre l'apéritif.

Quels effets ? On parle d'ivresse cannabique, comme on parle d'ivresse avec l'alcool. Dans les deux cas, cela dépend de la personne. Cela peut aller de « ça ne m'a rien fait » au « Bad Trip » ou mauvais voyage...

Des effets nocifs ? Oui, atteinte aux réflexes, mauvaise coordination, temps de réaction allongé (au volant, en plus, c'est 6 points !), mais aussi troubles de la mémoire, de l'apprentissage, de la concentration. Pas de dépendance physique certes, mais psychologique parfois lourde et difficile à

Association des accidentés de la Vie (FNATH)

Tiendra des permanences de 10h à 11h30, les samedis 23 mars, 27 avril, 25 mai, 22 juin, 27 juillet et 28 septembre 2013, au centre de la Rochefoucauld - Bureau N°4 (rez de chaussée).

Les personnes souhaitant obtenir des conseils et des renseignements est bienvenue lors de cette permanence (accidentés du travail, handicapés, assurés sociaux et accidentés de la route)



La Gazette du Vézier

31 mars 2013

N° 132

A vos agendas

Du samedi 6 au dimanche 14 avril Exposition

Exposition

Samedi 26 avril 2013, Vernissage de l'exposition

LIBERTÉ ÉGALITÉ FRATERNITÉ

À partir de 15h00, salle municipale.

L'exposition sera également ouverte

Le dimanche 7, le samedi 13 avril de 15h à 18h

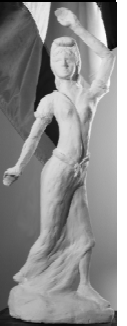
Le lundi 8 avril de 14h à 19h30

Le dimanche 14 avril de 15h à 17h

Et du mardi 9 au vendredi 12 avril sur rendez-vous au 03 26 81 94 13

Venez nombreux...

Coupon à compléter ou recopier



Coupon réponse



Nom :

Prénom :

participera

ne participera pas ⁽¹⁾

au vernissage de l'exposition le 6 avril 2013.

et sera accompagné(e) de ... personnes

(1) Cocher la bonne case

A renvoyer : Mairie 14 rue du village 51210 LE VEZIER

Ou par mel mairie.vezier@orange.fr

Nettoyage des chemins

Si vous voyez des chemins défectueux (végétation encombrante), venez le signaler rapidement en mairie afin d'y remédier prochainement.

Mairie du Vézier : permanence tous les lundis de 14h00 à 19h30 (élu de 18h00 à 19h30)

tél. : 09 60 00 20 44 - fax : 03 26 81 94 26

Maire : 03 26 81 94 13 ou 06 88 83 18 11

adresse électronique : mairie.vezier@orange.fr

Site : <http://vezier.jimdo.com>

Liste de diffusion : vezier@yahoogroupes.fr

