



COMPRENDRE LA STIGMATISATION ASSOCIÉE À LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES : GUIDE À L'INTENTION DES ÉDUCATEURS

Santé publique de la région de York

1-877-464-9675
TTY 1-866-512-6228
york.ca/opioids

Juillet 2025



Table des matières

Rôle des écoles et des éducateurs.....	3
Que sont les opioïdes?.....	3
Quelle est la prévalence de la consommation d’opioïdes chez les étudiants?.....	4
Qu’est-ce que la stigmatisation?.....	4
Points clés à retenir sur la consommation de substances chez les adolescents.....	5
Points clés à retenir sur la stigmatisation associée à la consommation de substances.....	6
Ressources supplémentaires.....	8
Références.....	9

Remerciements

Cette ressource a été compilée par le groupe de discussion sur la réduction de la stigmatisation du Collectif communautaire de lutte contre les opioïdes et les drogues de la région de York et adaptée à partir de Comprendre l’usage de substances : [Un guide pour les éducateurs](#) élaboré par le Centre canadien sur les dépendances et l’usage de substances avec le soutien et le financement du Conseil scolaire du district de Durham, du Conseil scolaire catholique du district de Durham et du Conseil scolaire du district de Kawartha Pine Ridge. Adapté avec l’autorisation du Centre canadien sur les dépendances et l’usage de substances.

Veuillez noter que certaines des données mentionnées dans ce document proviennent de l’Enquête sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l’Ontario menée par le Centre de toxicomanie et de santé mentale et administrée par l’Institut de recherche sociale de l’Université York. Son contenu et son interprétation relèvent de la seule responsabilité de l’auteur et ne reflètent pas nécessairement l’opinion officielle du Centre de toxicomanie et de santé mentale.

Rôle des écoles et des éducateurs

Les écoles jouent un rôle important dans la promotion du développement sain et du bien-être des jeunes. En plus de soutenir l'apprentissage scolaire, elles offrent également un environnement sûr où les jeunes peuvent s'épanouir tant sur le plan personnel que social. Il est important de noter qu'elles aident les jeunes à comprendre et à acquérir des connaissances sur l'usage de substances et les méfaits qui y sont associés, tout en développant des compétences leur permettant de faire des choix sains, de gérer leur stress et de développer leur conscience de soi, conformément au programme scolaire approprié à leur niveau.¹

Les éducateurs occupent une position unique pour influencer la santé et le bien-être des élèves et promouvoir des choix sains. En tant qu'éducateur, vous n'avez pas besoin d'être un expert en matière de consommation de substances, mais vous pouvez acquérir des connaissances et des compétences pour réduire la stigmatisation et soutenir les élèves et leurs aidants.¹

Les conversations sur l'usage de substances peuvent être difficiles et il est normal de ne pas savoir comment les aborder. Cette ressource a été conçue pour vous aider à approfondir vos connaissances, vous fournir des ressources pour vous préparer et vous sentir plus à l'aise pour discuter avec les jeunes de la consommation de substances et réduire la stigmatisation.¹

Que sont les opioïdes?

Les opioïdes sont des substances utilisées pour traiter la douleur, mais qui sont parfois consommées pour leurs effets euphorisants. Parmi les opioïdes, on trouve notamment le fentanyl, l'héroïne, la morphine, l'oxycodone, le Percocet, la codéine et l'hydromorphone.²

Le fentanyl est un opioïde environ 100 fois plus puissant que la morphine.³ Le fentanyl peut être prescrit par un médecin ou obtenu par le biais d'un approvisionnement toxique non réglementé. L'usage du fentanyl produit illégalement ou non réglementé peut entraîner un empoisonnement involontaire et la mort, car la puissance et la composition du médicament sont inconnues.

Les opioïdes affectent la façon dont votre cerveau contrôle la respiration. Si vous prenez des opioïdes que votre corps ne tolère pas, vous pouvez commencer à présenter des signes et des symptômes de surdose.

Signes d'une surdose ou d'un empoisonnement aux opioïdes :^{1,4}

- Respiration lente, faible ou inexistante.
- Lèvres ou ongles bleus.
- Vertiges ou confusion.
- Somnolence ou difficulté à rester éveillé.
- Impossible de réveiller la personne.
- Bâillements, ronflements ou gargouillements.

Voir également: [Comment reconnaître une surdose d'opioïdes.](#)⁴

La naloxone est un médicament qui peut temporairement inverser les effets d'une surdose ou d'un empoisonnement aux opioïdes, ce qui laisse le temps d'appeler le 911 pour obtenir des soins médicaux d'urgence.

La naloxone n'agit que sur les opioïdes. Cependant, la naloxone doit être administrée à une personne victime d'une surdose afin d'inverser les effets de tout opioïde présent dans la substance consommée.⁵

Si vous souhaitez en savoir plus sur la prévention ou la prise en charge d'une surdose d'opioïdes et sur la naloxone, veuillez consulter le site york.ca/opioids⁶ ou contacter substance@york.ca.

Quelle est la fréquence de la consommation d'opioïdes chez les étudiants?

En 2023, l'usage non médical d'analgésiques opioïdes sur ordonnance chez les élèves de l'Ontario et de la région de York était plus élevé qu'en 2019.⁸

En 2023, environ un élève sur cinq (22 %) de la 9e à la 12e année en Ontario a déclaré avoir consommé un analgésique opioïde sur ordonnance (p. ex. Percocet, Percodan, Tylenol #3, Demerol, Dilaudid, OxyNEO, codéine) à des fins non médicales.⁷

D'après l'analyse des données de la région de York, 19 % des élèves de la 9e à la 12e année ont déclaré avoir consommé des analgésiques opioïdes sur ordonnance à des fins non médicales, ce qui représente une augmentation par rapport à 2019 (9 %). Les femmes (23,6 %) sont plus susceptibles que les hommes (15 %) de déclarer consommer ces médicaments à des fins non médicales.⁸

Qu'est-ce que la stigmatisation?

La stigmatisation consiste à percevoir une personne ou un groupe de personnes de manière négative en raison d'une caractéristique perçue ou d'un attribut commun.¹ La discrimination consiste à traiter une personne ou un groupe de personnes de manière négative ou préjudiciable en raison d'une caractéristique perçue ou d'un attribut commun. La discrimination est le comportement qui résulte d'un stéréotype négatif.¹

Les personnes peuvent être victimes de stigmatisation et de discrimination en raison de leur âge, de leur handicap, de leur religion, de leur identité sexuelle, de leur orientation sexuelle, de leur race, de leur identité autochtone, de leur précarité en matière de logement ou parce qu'elles consomment des substances. Ces stéréotypes peuvent être aggravés si une personne présente plusieurs de ces identités et expériences.¹

Les personnes qui consomment activement des substances et celles qui sont en phase de rétablissement peuvent toutes deux être victimes de stigmatisation liée à la consommation de substances. La stigmatisation empêche les personnes qui consomment des substances de demander et de recevoir de l'aide, affecte leur capacité à accéder aux services et peut influencer la qualité des soins et du soutien qu'elles reçoivent.¹

Lien vidéo : [Au-delà de la stigmatisation – traiter la douleur dans les troubles liés à l'usage d'opioïdes](#)⁹

Guide de discussion vidéo : [Guide de discussion](#) et fiches de travail : [Version imprimable](#) et [compatible PDF](#)

Points clés à retenir sur la consommation de substances chez les adolescents

1. L'usage de substances varie d'une personne à l'autre et se situe sur une échelle.
 - De nombreux facteurs peuvent augmenter le risque de développer des complications liées à l'usage de substances ou un trouble lié à la consommation de substances. Il s'agit notamment des gènes d'une personne, des antécédents familiaux de troubles liés à l'usage de substances, des influences socio-économiques et des expériences traumatisantes antérieures.¹
 - Les adolescents qui commencent à consommer des drogues à un jeune âge et qui en font une consommation régulière courent le risque de devenir dépendants à l'âge adulte.¹
 - Certains peuvent consommer des substances sans jamais rencontrer de problèmes ni développer de trouble lié à la consommation de substances.
2. Un petit pourcentage de personnes qui consomment des substances développent et subissent les effets de ces substances, tels que:¹
 - la dépendance ou l'addiction;
 - des répercussions sur la santé mentale;
 - une détérioration de l'état de santé;
 - une interférence avec les loisirs, les centres d'intérêt, le temps passé avec les amis, le sommeil, le travail, l'école et les routines quotidiennes;
 - une altération de la prise de décision en matière de sexualité ou des infections sexuellement transmissibles;
 - un cycle d'automédication qui peut entraîner davantage de difficultés, exacerber les difficultés émotionnelles et physiques et les troubles concomitants.
3. Les jeunes sont plus susceptibles de consommer des substances de manière nocive, par exemple en mélangeant des drogues ou en conduisant sous l'emprise de substances.¹
4. L'offre de drogues non réglementées devient de plus en plus toxique et présente un risque grave pour les personnes qui consomment des substances.¹⁰
 - Le fentanyl et d'autres substances dangereuses sont mélangés à d'autres drogues telles que l'héroïne, l'oxycodone, la cocaïne et l'ecstasy/MDMA, ou dissimulés dans celles-ci, ce qui les rend plus puissants et augmente le risque de surdose.
 - Ces drogues peuvent également être contaminées involontairement (par exemple, par contamination croisée due à des balances mal nettoyées) par du fentanyl et d'autres substances dangereuses.
5. Les éducateurs doivent être attentifs aux signes indiquant une consommation de substances, notamment les changements de personnalité ou d'humeur, tels qu'un élève qui devient peu communicatif, renfermé, colérique ou agressif, qui perd ses inhibitions ou qui manque de motivation.
 - Si des problèmes sont constatés, une attention immédiate, une intervention et le soutien nécessaire doivent être offerts aux jeunes concernés dans le cadre d'une [approche tenant compte des traumatismes](#).¹¹

6. Rappelez à vos élèves qu'il est normal de demander de l'aide s'ils sont aux prises avec des problèmes de consommation de substances et que leurs difficultés ne les définissent pas.
 - Il est important que les adolescents confrontés à des problèmes de consommation de substances reconnaissent qu'ils ne sont pas seuls; ils peuvent demander de l'aide et des conseils à des membres de leur famille, à des amis ou à des professionnels en qui ils ont confiance.

Points clés à retenir sur la stigmatisation associée à la consommation de substances

1. Il est important de lutter contre la stigmatisation liée à la consommation de substances, en commençant par avoir des conversations ouvertes et en apportant son soutien. En encourageant une communication ouverte et en aidant les élèves à faire de même, les éducateurs peuvent jouer un rôle important dans la réduction de la stigmatisation associée à l'usage de substances.
2. Soyez attentif au langage que vous et les autres utilisez lorsque vous discutez de l'usage de substances — utiliser [un langage respectueux et précis](#) est valorisant et contribue à réduire la stigmatisation.
 - Utilisez une terminologie respectueuse, sans jugement et centrée sur la personne lorsque vous discutez de l'usage de substances.
 - Choisissez vos mots avec soin, en reconnaissant leur pouvoir de perpétuer la stigmatisation ou de favoriser la compréhension.
 - Évitez d'utiliser des étiquettes ou des termes péjoratifs qui pourraient stigmatiser les individus, et concentrez-vous plutôt sur la description des comportements ou des expériences sans leur attribuer d'étiquettes préjudiciables.

Au lieu de :	Utilisez :
<ul style="list-style-type: none"> • Toxomanes • Junkies • Consommateurs • Abus de drogues/substances • Consommateurs récréatifs de drogues 	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes qui consomment des drogues/substances • Personnes souffrant d'une addiction ou d'un trouble lié à l'usage de substances • Personnes ayant vécu/vivant cette expérience • Personnes qui consomment occasionnellement des drogues
<ul style="list-style-type: none"> • Abus de drogues/substances • Usage abusif de drogues/substances • Usage problématique de drogues/substances 	<ul style="list-style-type: none"> • Usage de drogues/substances • Dépendance/trouble lié à l'usage de substances • Dépendance aux drogues • Usage de drogues/substances à haut risque • Effets nocifs de l'usage de substances

3. Si vous remarquez des politiques ou des pratiques qui vous semblent stigmatisantes ou injustes, n'hésitez pas à vous exprimer — votre voix compte pour créer un environnement plus favorable à tous.
 - Remettez en question vos propres préjugés et stigmatisations concernant l'usage de substances.
 - Votre opinion compte et peut influencer les autres, concentrez-vous sur les points forts des gens.
 - En travaillant tous ensemble, nous pouvons construire une communauté plus accueillante et plus encourageante pour tous.
4. Les messages basés sur la peur ont été une stratégie infructueuse utilisée dans les programmes scolaires de prévention de la consommation de substances.
 - Les programmes qui intègrent la réduction des risques, les modèles de soutien par les pairs, les modèles de traitement et d'autres possibilités de réduire la stigmatisation peuvent mieux soutenir les élèves, notamment ceux qui consomment des substances.
 - Les programmes qui favorisent la planification, la prise de décision, la communication et la résistance à la pression des pairs peuvent aider les élèves à développer des compétences socio-émotionnelles et exécutives essentielles pour évoluer de manière positive et mieux gérer le stress.
 - Il n'existe pas d'approche unique en matière de prévention de la consommation de substances psychoactives.
5. La stigmatisation systémique désigne les politiques mises en œuvre dans les domaines de l'éducation, de la santé et des services sociaux qui renforcent la stigmatisation et les obstacles à l'obtention d'aide. Ce type de stigmatisation peut être présent dans les procédures, la culture institutionnelle et les politiques du système éducatif.
 - La stigmatisation systémique peut être involontairement renforcée par les décideurs, les éducateurs et les autres membres du personnel du système éducatif, car elle est souvent cachée.
6. La stigmatisation intériorisée ou l'auto-stigmatisation et la honte peuvent entraîner des sentiments de culpabilité, une faible estime de soi, un retrait social et une réticence à discuter ou à demander de l'aide en cas de consommation de substances.
 - Des environnements scolaires sûrs et favorables, qui respectent la confidentialité et la vie privée et offrent au personnel une formation sur une [approche tenant compte des traumatismes](#), peuvent réduire la stigmatisation et la honte intériorisées.¹¹
7. Parfois, même involontairement, les personnes en position d'autorité peuvent renforcer la stigmatisation, ce qui rend plus difficile pour les personnes dans le besoin de demander de l'aide.
 - Même si les figures d'autorité n'ont pas l'intention de renforcer la stigmatisation, il est important de reconnaître l'impact de leurs actions. Cherchez à créer des environnements qui favorisent une communication ouverte et l'accès aux ressources pour les personnes aux prises avec une consommation de substances.

Exercice d'auto-réflexion¹

Avec le recul, avez-vous déjà traité une personne qui consomme des substances de manière négative? Que s'est-il passé? Selon vous, quel a été l'effet de cette interaction sur l'autre personne?

Exemples :

- *Utilisation d'un langage stigmatisant, manque de compassion, jugement.*

Compte tenu de ce que vous savez maintenant sur l'usage de substances et la stigmatisation, avez-vous eu des idées fausses sur les personnes qui consomment des substances?

Exemples :

- *C'est leur choix, c'est un défaut moral, elles pourraient s'en sortir si elles le voulaient.*

Ressources supplémentaires

Thème	Ressources
Ressources pour les éducateurs	Comprendre l'usage de substances : un guide pour les éducateurs Usage de substances psychoactives en milieu scolaire : occasions de soutenir les élèves Usage de substances psychoactives en milieu scolaire : ce que les jeunes veulent que les éducateurs sachent Engager les clients qui consomment des substances e-learn Centre de ressources du Plan d'action
Stigmatisation et jeunesse (santé mentale)	Éliminer la stigmatisation
La science des troubles liés à l'usage de substances	Aperçu de l'usage de substances : comprendre la science des troubles liés à l'usage de substances
Stigmatisation et langage	Se servir des mots pour surmonter la stigmatisation : Un guide d'introduction Changer le langage de la dépendance
Soutien aux personnes qui	Services communautaires pour la consommation d'alcool et de drogues dans la région de York

consomment des drogues et à leurs proches	
---	--

Références

1. Centre canadien sur les dépendances et l'usage des substances (CCDUS). Comprendre l'usage de substances : un guide pour les éducateurs [Internet]. Ottawa (Ontario) : CCDUS; 2022 [consulté le 6 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2022-09/Understanding-Substance-Use-Educators-Guide-fr.pdf>
2. Santé Canada. À propos des opioïdes [Internet]. Ottawa (Ontario) : Gouvernement du Canada; 2024 [mis à jour le 3 juin 2024; consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/opioides/a-propos-de-opioides.html>
3. Santé Canada. Fentanyl [Internet]. Ottawa (Ontario) : Gouvernement du Canada. 2024 [mis à jour le 22 avril 2024; consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : [https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-droques/droques-illicites-et-reglementees/fentanyl.html](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/droques-illicites-et-reglementees/fentanyl.html)
4. Santé Canada. Comment reconnaître une overdose d'opioïdes [Internet]. Ottawa (Ontario) : Gouvernement du Canada; [date inconnue] [consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/publications/healthy-living/problematic-substance-use/festival-poster-fra.pdf>
5. Santé Canada. Naloxone [Internet]. Ottawa (ON) : Gouvernement du Canada; 2024 [mis à jour le 10 octobre 2024; consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/opioides/naloxone.html>
6. Municipalité régionale de York. Région de York. Opioïdes [Internet]. Newmarket (Ontario) : Municipalité régionale de York; c2022-2025 [consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.york.ca/health/substance-use/opioids>
7. Boak A, Hamilton HA. Drug use among Ontario students, 1977–2023 : findings from the Ontario student drug use and health survey (OSDUHS) [Consommation de drogues chez les élèves de l'Ontario, 1977-2023 : résultats de l'enquête sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario (OSDUHS) [Internet]. Toronto (Ontario) : Centre de toxicomanie et de santé mentale. 2024 [consulté le 9 mai 2025]. Disponible à l'adresse : https://www.camh.ca/-/media/research-files/osduhs-french-summary-drug-use-report_2023_fr.pdf
8. Enquête sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario (OSDUHS) [2019, 2023], fichier de données, Centre de toxicomanie et de santé mentale.
9. Au-delà de la stigmatisation. Traiter la douleur dans les troubles liés à l'usage d'opioïdes [Internet]. Laboratoire de recherche sur la santé thématique; 2022 [consulté le 13 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://subjectmatter.ca/work/beyond-stigma/>

10. Centre canadien sur les dépendances et l'usage des substances (CCDUS). Adulterants, contaminants et substances cooccurrentes dans les drogues obtenues illégalement au Canada [Internet]. Ottawa (Ontario) : CCDUS; 2020 [consulté le 13 mai]. Disponible à l'adresse : <https://ccsa.ca/sites/default/files/2020-05/CCSA-CCENDU-Adulterants-Contaminants-Co-occurring-Substances-in-Drugs-Canada-2020-Bulletin-fr.pdf>

11. Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants. Enseignement et apprentissage tenant compte des traumatismes [Internet]. Ottawa (Ontario) : CTF/FCE; 2022 [consulté le 13 mai 2025]. Disponible à l'adresse : <https://www.ctf-fce.ca/wp-content/uploads/2022/07/Lenseignement-et-lapprentissage-tenant-compte-des-traumatismes-FR.pdf>