



## Semaine manitobaine de sensibilisation aux dépendances

### Messages d'intérêt public à la radio pour les besoins de la collectivité

#### Thème SMSD de 2008-2009 – *À mon meilleur!*

##### 10 secondes

Les enfants de parents qui fument souffrent plus souvent d'asthme, de bronchite, d'otite et de pneumonie que les enfants de parents qui ne fument pas. Informez-vous et parlez-en à d'autres parents!

«**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

✱

C'est la Semaine de la sensibilisation aux dépendances au Manitoba. Même si la consommation d'ecstasy est souvent associée au plaisir et à une conscience accrue, le fait de combiner l'ecstasy avec une activité physique vigoureuse comme la danse peut aussi entraîner la déshydratation, des coups de chaleur, des crises épileptiques ou une insuffisance du foie. La consommation d'ecstasy peut mettre votre vie en danger; **pour votre propre sécurité, informez-vous et parlez-en à vos amis!**

«**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

✱

La cuite d'un soir peut augmenter le risque de surdose ou d'intoxication alcoolique. Le premier épisode se produit souvent avec des amis. Pour votre propre sécurité et pour celle de vos amis, informez-vous et parlez-en!

«**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

##### 15 secondes

L'usage de **Drogues de club** (Ecstasy, LSD et Rohypnol) peut réduire les inhibitions et entraîner un comportement sexuel à risque élevé, ce qui augmente le risque de contracter l'hépatite C, le VIH/SIDA et d'autres maladies transmissibles sexuellement. L'usage de **Drogues de club** peut mettre votre vie en danger. Informez-vous sur ces drogues et parlez-en à vos amis – «**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

✱

Consommés pendant la grossesse, la cocaïne, la marijuana, l'alcool, le tabac et d'autres drogues peuvent nuire au fœtus. Pour la sécurité de votre enfant à naître, informez-vous sur la consommation de certaines substances pendant la grossesse.

«**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

✱

Une seule dose importante de cocaïne peut être à l'origine de crises épileptiques mais elle peut aussi entraîner la mort à la suite d'une attaque cérébrovasculaire ou d'une défaillance cardiaque ou respiratoire. Protégez-vous et protégez les autres en vous informant et parlez-en!

«**À mon meilleur – Faisons des choix sains!**» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.

**30 secondes**

Est-ce que vous dépensez plus d'argent au jeu que vous ne pensiez? Est-ce que vous vous disputez avec les membres de votre famille, vos amis ou collègues au sujet de vos habitudes de jeu? Est-ce que vous vous sentez coupable, critiqué? Est-ce que vous manquez d'argent et en empruntez à vos amis? Ces problèmes indiquent peut-être que vous êtes devenu obsédé par le jeu. Pour en parler à quelqu'un, il suffit d'appeler la ligne d'assistance téléphonique de l'AFM au 1 800 463-1554.

«À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.



Les champignons magiques peuvent être additionnés de LSD ou de PCP et provoquer des épisodes psychotiques. Il est difficile de les reconnaître et donc facile de les confondre avec des champignons vénéneux. La consommation de champignons magiques peut mettre votre vie en danger. Informez-vous et parlez-en!

«À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.



Quatre-vingt pour cent des jeunes ont consommé de l'alcool au moins une fois au cours de l'année passée. L'alcool est la drogue de choix parmi les adolescents. Comme d'autres drogues, il a des effets à la fois sur le cerveau et sur le corps, et il peut pousser à prendre des risques. La cuite d'un soir est particulièrement dangereuse. Elle peut augmenter le risque de surdose ou d'intoxication alcoolique. Pour votre propre sécurité et pour celle de vos amis, informez-vous et parlez-en!

«À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.



Des expériences ont montré que la marijuana avait des effets sur les capacités de conduire en toute sécurité et notamment sur la coordination motrice, la perception de la distance, le jugement et la concentration. **On ne laisse pas ses amis « givrés » prendre le volant.** Pour votre sécurité et pour celle des autres, informez-vous! «À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.



Crystal Meth – une substance qui fait peur! Les effets à long terme sont notamment la dépression, l'insomnie, la psychose, la paranoïa et l'endommagement du cœur, des poumons, du foie, des reins et des cellules nerveuses. Selon la loi, c'est une infraction criminelle d'être en possession de cette substance. Pour votre propre sécurité, informez-vous sur Crystal Meth et parlez-en.

«À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.



Savez-vous qu'au Manitoba, trois accidents automobiles mortels sur dix sont dus à l'alcool? Pendant la Semaine de sensibilisation aux dépendances, du 16 au 23 novembre, nous vous encourageons à aimer la vie, pas l'alcool, ni les drogues! Par vos choix, vous pouvez changer ces statistiques. **Si vous buvez, ne prenez pas le volant!** «À mon meilleur – Faisons des choix sains!» C'était un message de votre station de radio locale et du Comité de la Semaine de sensibilisation aux dépendances.