

Ressources pédagogiques sur les addictions pour un public adulte

Catalogue des outils en ligne



Calvez Morgan, février 2026

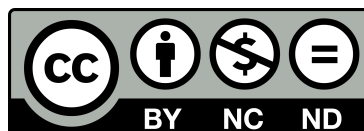


**Promotion
Santé**
Bretagne

4A, rue du Bignon 35000 Rennes
<https://promotion-sante-bretagne.org>

Sommaire

Vidéo	p. 2
Exposition	p.3
Jeu	p.5
Mallette pédagogique	p.13
Matériel de démonstration	p.16
Ouvrage	p.17
Index	p. 21
Nos centres de ressources	p.25



2026, Promotion santé Bretagne, 4A rue du Bignon 35000 Rennes

Vidéo



J'arrête de fumer. Série pour comprendre

Santé publique France, 2016

Public : Tout public | Thème : Tabac

4 vidéos animées simples à comprendre, elles sont conçues pour être accessibles à tous. Chaque vidéo aborde un sujet précis et explique de façon pédagogique : pourquoi arrêter de fumer, comment y arriver, les aides disponibles. Ces vidéos peuvent offrir aux professionnels un appui dans leur démarche de prévention du tabagisme. Ils pourront les utiliser pour s'informer ou informer quelqu'un lors d'une rencontre individuelle ou une animation en groupe, pour lancer une discussion, répondre à une question...



https://www.youtube.com/playlist?list=PLI00syIAMv7S0ADJPAJU5la7Rz7mW_9Ni



Les substituts nicotiques

Addictions France Pdl, 2025

Public : Tout public | Thème : Tabac

Réalisé dans le cadre du Mois sans tabac, ces 4 vidéos aborde un sujet précis et explique de façon pédagogique : le patch nicotinique, les gommes, les pastilles, le spray.



<https://vimeo.com/user125845360>

Exposition



La nicotine

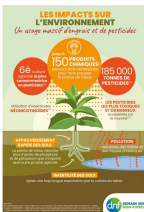
Addictions France Pdl, 2025

Public : Tout public | Thème : Tabac

Cette exposition a pour thématique la nicotine. Elle présente de façon ludique, sur 4 panneaux A3, le fonctionnement de la nicotine dans le corps, le détournement de la nicotine par les industriels du tabac ainsi que son utilisation dans le milieu de la santé comme outil de sevrage.



<https://www.mois-sans-tabac-paysdelaloire.fr/actu-191/journee-mondiale-sans-tabac-tout-savoir-sur-la-nicotine>



Tabac et environnement

Association demain sera non fumeur, s.d.

Public : Tout public | Thème : Tabac, Environnement, Addiction

Cette exposition est à destination de tous. Elle a pour thématique le tabac et son impact sur l'environnement ainsi que sur la santé, depuis sa chaîne d'approvisionnement jusqu'à sa consommation. Elle se compose de 3 affiches intitulées : "Les impacts sur l'environnement, sur l'ensemble de la chaîne d'approvisionnement", "Mégot, le 1er déchet mondial" et "Cerveau, nicotine et addiction".



<https://dnf.asso.fr/ressources/infographies/>



Les secrets des animaux

Coreadd, 2022

Public : Tout public | Thème : Tabac

Cette campagne d'affiches valorise les bénéfices de l'arrêt du tabac à travers des animaux ayant « arrêté de fumer ». Les visuels décalés, accompagnés d'un QR code, renvoient à des informations pratiques sur la santé, l'économie ou l'environnement.



<https://www.coreadd.com/les-animaux-sans-filtre>

Jeu



Jeu de l'oie sans tabac

Association Addictions France, 2025

Public : Adulte, Adolescent | Thème : Tabac

Ce jeu de l'oie a pour objectif de faire passer des messages clé de prévention sur le tabac. Il se compose de plusieurs types de cases : "chiffre clé" : des données informatives sur le tabac, "case action" : des bonus ou malus selon son comportement et "case chance" : des cartes surprises avec un quiz.



<https://www.mois-sans-tabac-paysdelaloire.fr/actu-225/le-jeu-de-l-oie-sans-tabac>



Opération sevrage : La quête du souffle pur

Association Addictions France, 2025

Public : Tout public | Thème : Tabac

Cet escape game coopératif d'environ une heure a pour objectif de sensibiliser au tabagisme et encourager le sevrage de manière ludique. Seul ou en groupe, les participants résolvent des énigmes pour progresser dans une quête dont l'objectif est de trouver l'antidote contre le tabac. Il favorise la réflexion individuelle ou collective et les échanges autour des mécanismes d'addiction et des bénéfices de l'arrêt.



<https://www.mois-sans-tabac-paysdelaloire.fr/actu-221/escape-game-operation-sevrage-la-quete-du-souffle-pur>

**Modérateur de
forum :
Les produits du tabac**

Île de France
prévention | santé | sida

Modérateur de forum : les produits du tabac

CRIPS Ile de France, 2023

Public : Adulte, Adolescent | Thème : Tabac

Cet outil propose aux adolescents et jeunes adultes de se mettre à la place d'un expert et de réfléchir aux réponses qu'ils apporteraient aux sollicitations concernant la consommation de tabac sur un forum. A l'aide d'un animateur, il permet d'identifier les lieux, sites et personnes ressources, d'élaborer des stratégies sur la thématique prévention des consommations de produits du tabac, de développer l'esprit critique par rapport aux fausses croyances véhiculées par les différents forums et de renforcer les connaissances sur la prévention et la réduction des risques liés à la consommation de tabac et produits du tabac. Il aborde les motivations à consommer, les risques et réduction des risques, l'effet de groupe, l'addiction, l'entourage, l'expérimentation, l'aide à l'arrêt, les interactions entre produits, la solitude et le mal-être, le sevrage, Mois sans tabac... L'outil peut être utilisé pour ouvrir une séance d'animation ou de débat, en groupe ou en individuel.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/moderateur-de-forum-tabac/>





Les animaux sans filtre

COREADD, 2022

Public : Adulte, Adolescent | Thème : Tabac, Addiction

Adapté de la campagne d'affichage "Les animaux sans filtre" à l'occasion de la journée mondiale sans tabac, cet outil permet de découvrir les bénéfices de l'arrêt du tabac ainsi que de repérer des solutions de soutien et d'accompagnement tout en favorisant l'échange et la discussion. La prise en main de cet outil, utilisable aussi bien en collectif qu'en individuel, ne nécessite pas de connaissances préalables en tabacologie ; toutefois son exploitation nécessite un lecteur de QR code.



<https://www.coreadd.com/les-animaux-sans-filtre>



Info intox Tabac. Version illustrée

CRIPS Ile de France, 2022

Public : Personne handicapée, Migrant

Thème : Tabac, Addiction

Ce jeu propose des affirmations illustrées, à destination d'un public en situation de handicap ou en difficulté avec l'écrit, sur les thématiques relatives au tabac, à la chicha, à l'industrie du tabac ainsi qu'à la « vape ». Le but est d'inviter les participants.es à se positionner sur ces affirmations (info ou intox) et à en expliquer leur.s raison.s.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/info-intox-tabac-version-illustree/>



Info / Intox : Tabac

CRIPS Ile de France, 2021

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Tabac

Ce jeu propose des affirmations sur les thématiques relatives au tabac, à la chicha, à l'industrie du tabac ainsi qu'à la « vape ». Le but est d'inviter les participants et participantes à se positionner sur ces affirmations (info ou intox) et à en expliquer leur(s) raison(s).



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/info-intox-tabac/>



Verres doseurs

CRIPS Ile de France, 2021

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Alcool

Ce jeu de simulation permet de connaître la quantité d'alcool dans un verre standard et d'évaluer et gérer sa consommation d'alcool. La mise en situation peut se faire individuellement ou en groupe accompagné d'un animateur.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/verres-doseurs/>



Info intox drogues. Version illustrée

CRIPS Ile de France, 2022

Public : Personne handicapée, Migrant | Thème : Addiction

Ce jeu est à destination d'un public en situation de handicap ou en difficulté avec l'écrit, incite à la participation en ouverture d'une séance d'animation ou de débat. Il permet de travailler sur les représentations en échangeant sur des idées reçues couramment répandues et en délivrant des informations complètes. Ouvrant sur de nombreuses préoccupations, la sélection des cartes permet de s'approcher au plus près des attentes des groupes rencontrés. Il permet d'acquérir des connaissances sur les thématiques de l'alcool, du cannabis, des écrans, des médicaments, du tabac, de la chicha, de la vape, du cannabis, de développer un esprit critique sur leurs consommations et la réduction des risques.



<https://www.lecrisp-idf.net/ressources/info-intox-sur-les-drogues-version-illustree/>



Info / Intox sur les drogues

CRIPS Ile de France, 2021

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Addiction

Le jeu incite à la participation et peut être utilisé pour ouvrir une séance d'animation ou de débat. Il permet de travailler sur les représentations en échangeant sur des idées reçues couramment répandues et en délivrant des informations complètes. Il permet d'acquérir des connaissances sur la thématique des drogues et dépendances (tabac, chicha, industrie du tabac, cigarette électronique, médicaments, alcool, jeux vidéo, etc.).



<https://www.lecrisp-idf.net/ressources/info-intox-sur-les-drogues/>



Raconte ta chicha

CRIPS Ile de France, 2020

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Tabac

Ce jeu propose aux participants de reconstituer un parcours de consommation de chicha, d'acquérir des connaissances et d'identifier des stratégies individuelles ou collectives pour évaluer les risques liés à sa consommation. Les thèmes abordés sont : contextes de consommation, niveaux d'usage et réduction des risques, motivations à consommer, effets recherchés - effets obtenus, représentations sur le tabac. Cet outil permet aux participants de mobiliser des compétences telles que : savoir prendre des décisions, avoir une pensée critique, savoir communiquer efficacement, avoir conscience de soi, savoir gérer son stress.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/raconte-ta-chicha/>

**HISTOIRE
DE CONSO**

Histoire de conso

CRIPS Ile de France, 2021

Public : Adolescent, Personne handicapée, Migrant

Thème : Alcool

Ce jeu propose aux participants d'imaginer un scénario lié aux consommations d'alcool à l'aide de cartes. il permet de travailler principalement la mise en oeuvre de stratégies de prévention liée à des consommations d'alcool.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/histoire-de-conso/>

**Le cannabis
en soirée**

Cartes cannabis

CRIPS Ile de France, 2015

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Addiction

Par les 3 cartes de mises en situation, ce jeu, conduit par un animateur, aborde avec un groupe ou individuellement, différents thèmes comme la consommation, les niveaux d'usage et réduction des risques, les motivations à consommer, les effets recherchés et obtenus et de les commenter.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/cartes-cannabis-2/>



Fausse croyances [alcool]

CRIPS Ile de France, 2014

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Alcool

Cet outil permet d'interroger les croyances associées à l'alcool. Il se compose de 8 questions portant sur les différentes boissons, les effets sur l'organisme et l'humeur... Il facilite l'échange et apporte ensuite une réponse claire à chacune des questions. Il peut s'utiliser en groupe comme en individuel, avec ou sans animateur.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/fausses-croyances-alcool/>



Tire ta clope

CRIPS Ile de France, 2020

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Tabac

Ce jeu de mise en situation, qui s'utilise en individuel, s'adresse prioritairement aux jeunes de 13 à 18 ans, mais convient aussi à un large public (adultes, personnes en situation de handicap...). Il vise à favoriser la discussion autour de la consommation de tabac. Il permet d'aborder les contextes de consommation, les niveaux d'usage et réduction des risques, les motivations à consommer, les effets recherchés, les effets obtenus. Le participant doit reconstituer son paquet avec les cigarettes qu'il fume en une journée. Il doit ensuite trier ses cigarettes entre celles qu'il fume par plaisir ou par besoin.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/tire-ta-clope/>

Mallette pédagogique



ECoH : échange collaboratif sur les habitudes de vie

AFDET, 2025

Public : Tout public | Thème : Addiction

Ce projet de quatre ans vise à soutenir le dialogue sur les habitudes de vie, notamment les consommations de substances psychoactives, entre les personnes qui vivent avec une ou plusieurs maladie(s) chronique(s) et les intervenants et intervenantes qui les accompagnent. L'objectif est de mettre à leur disposition un outil d'aide au dialogue et à la décision partagée pour accompagner le cheminement sur les habitudes de vie.



<https://view.genially.com/667e5ca55ff6c50014d6ea0f>



Jeux et paris sportifs. Opportunités ou bluff ?

CIDJ, 2023

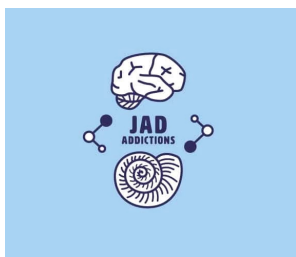
Public : Tout public | Thème : Addiction

C'est un outil de sensibilisation et prévention à la pratique des jeux de hasard et d'argent. Il propose une série de quiz permettant le débat et la réflexion autour des risques liés aux jeux d'argent. Il présente les différents types de jeux, la place de l'"expertise" et du "hasard", de présenter les stratégies mises en places par les lobbies. Enfin, il explique le fonctionnement du "circuit de récompense".



Livret : <https://www.calameo.com/cidj/read/0002126934b12ce4a76d7?page=1> |

Brochure : <https://www.calameo.com/cidj/read/00021269331db016106b3?page=1>



JAD addictions

L'arbre des connaissances, 2021

Public : Tout public | Thème : Addiction

Ce support permet d'aborder la question des addictions et de la prise de risques à travers le débat. Projeté dans un contexte fictif les participants, répartis en cinq groupes, incarnent une unité d'explorateurs dont la mission est de rapporter un maximum de fossiles tout en préservant leur santé. Ce jeu est adapté pour des groupes de 15 à 30 joueurs, à partir de 13 ans. La durée conseillée est de 2h00.



<https://jeudebat.com/jeux/addictions/>



SantéBD.org

CoActis Santé, s.d.

Public : Tout public | Thème : Addiction, Tabac, Alcool

SantéBD.org propose des fiches qui expliquent comment se passent un soin, une consultation, ainsi que des éléments de prévention en santé (cancer, contraception, alcool, etc.). Les dessins sont clairs, rassurants, non-stigmatisants et l'ensemble des textes sont courts et en facile à lire et à comprendre. De nombreuses fiches sont personnalisables en fonction de l'âge, du sexe et du handicap. Une application mobile est également proposée pour permettre d'avoir les fiches accessibles partout. Le site est incrémenté régulièrement.



<https://santebd.org>



Le proto, c'est trop risqué d'en rire

ARS Hauts de France, 2023

Public : Adolescent, Adulte | Thème : Addiction

Ce site dédié a été créé dans le cadre de la campagne "Le proto, c'est trop risqué d'en rire", menée en direction des jeunes de 15 à 25 ans. L'objectif de cette campagne est de sensibiliser aux risques liés à la consommation de protoxyde d'azote, face à un phénomène de consommation qui s'est amplifié ces dernières années. Le site propose une vidéo pédagogique sur les risques liés à la consommation de protoxyde d'azote, réalisée par le journaliste, animateur de télévision et vulgarisateur scientifique Jamy Gourmaud. Il contient également des informations sur les principaux risques liés à la consommation de protoxyde d'azote, un vrai/faux sur les idées reçues concernant l'usage détourné de ce gaz et des ressources pour être accompagné, notamment la liste et les coordonnées des lieux où les consommateurs et/ou leur entourage peuvent se rendre pour une écoute ou une prise en charge.



<https://parlons-proto.fr>

Matériel de démonstration



Alcoomètre

Alcool info service, s.d.

Public : Tout public | Thème : Alcool

Cet outil en ligne permet d'évaluer sa consommation d'alcool et de connaître les risques associés.



<https://www.alcool-info-service.fr/alcoometre>

Ouvrage



Cahier engagé. Jeu d'argent et de hasard

CRIPS Ile de France, 2024

Public : Tout public | Thème : Addiction

Ce cahier de jeux est destiné aux jeunes de 16 à 30 ans. Il comprend une série d'exercices ayant pour objectif de leur faire comprendre les stratégies d'influence des distributeurs de jeux d'argent et de hasard et les risques liés à la pratique. Il vise également de s'inscrire la lutte contre les addictions comportementales.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/cahier-engage-jeux-dargent-et-de-hasard-guide-danimation/>



Cahier engagé. Addictions et santé mentale

CRIPS Ile de France, 2022

Public : Tout public | Thème : Addiction

A l'occasion de la journée mondiale de la santé mentale, le Crips Ile-de-France a sorti un cahier engagé sur les addictions et la santé mentale. Outil pédagogique destiné aux jeunes de 16 à 25 ans, ce cahier de jeux et d'exercices, permet d'apprendre à déconstruire les représentations, de s'instruire et de s'engager dans la lutte contre les addictions.



<https://www.lecrips-idf.net/ressources/cahier-engage-addictions-et-sante-mentale/>



Nico'Time. Pas à pas vers l'arrêt du tabac

Promotion santé Nouvelle Aquitaine, 2022

Public : Adulte | Thème : Tabac

Ce guide s'adresse aux professionnels de santé et autres animateurs en prévention pour les outiller dans leurs interventions de groupe dans le cadre de l'accompagnement au sevrage tabagique. Il propose un déroulé méthodologique de 6 séances de 2h à 2h30. En amont de ce guide, une première partie revient sur les repères méthodologiques reprenant des conseils et techniques à la mise en place de ce type d'action (préparation, animation et évaluation). En fin de guide sont fournies les annexes avec les modèles de convention, le tableau de suivi, les évaluations...



<https://promotion-sante-na.org/wp-content/uploads/2024/11/Nicotime-Def-1.pdf>



Accompagner la réduction de la consommation d'alcool

RESPADD, 2020

Public : Tout public | Thème : Alcool

Ce guide pratique destiné à tout public, permet d'évaluer les habitudes de consommation d'alcool et de connaître le niveau de risque des consommateurs. A l'issue du questionnaire, lorsque le risque est avéré, le guide propose également des étapes à suivre, des conseils et des informations spécifiques afin de réduire ce risque.



<https://www.respadd.org/wp-content/uploads/2020/07/livret-alcool-GP-BAT.pdf>



Mise pas ta vie !

Centre option-prévention T.V.D.S., s.d.

Public : Adulte | Thème : Addiction

Ce programme canadien a pour objectif de prévenir la dépendance aux jeux de hasard et d'argent auprès d'un public toxicomane tout en renforçant la détermination des joueurs excessifs à renoncer définitivement au jeu. Ce programme se divise en six parties : "Je me sensibilise" ; "Je me questionne" ; "Je me prends en main" ; "Je change" ; "Je me contrôle" et "Je me libère". Chaque partie comprend plusieurs ateliers interactifs. Outil téléchargeable sur le site du Centre option-prévention T.V.D.S.



<https://centretvds.org/toxicomanie/professionnels/>



Accompagner l'arrêt du tabac avec succès

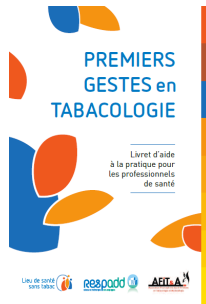
RESPADD, 2020

Public : Adulte | Thème : Tabac

Ce livret destiné au grand public vise à accompagner les personnes dans l'arrêt du tabac. Il présente une information générale sur le tabac (substances, nocivité), puis décrit les mécanismes des trois formes de dépendance, physique, psychologique et comportementale. Il précise les actions des traitements nicotiniques de substitution et les bénéfices de l'arrêt. Le guide contient également des outils pratiques pour aider la personne dans sa démarche : questionnaire d'autoévaluation de la dépendance, journal des consommations et adresses utiles.



<https://www.respadd.org/wp-content/uploads/2020/05/Livret-accompagner-larret-BAT2.pdf>



Premiers gestes en tabacologie. Livret d'aide à la pratique pour les professionnels de santé

RESPADD, 2018

Public : Professionnels | Thème : Tabac

Ce livret est destiné à donner à tous les professionnels la possibilité de contribuer à la promotion de la santé en favorisant la sortie du tabagisme pour tous. Pratique et didactique, il vise à démocratiser la prise en charge du tabagisme et rendre son repérage systématique par tous les professionnels de santé. L'objectif est de permettre à ces derniers d'informer et d'aider rapidement les patients fumeurs et de leur donner les moyens d'agir en première intention. Le livret contient également l'affiche "Repérer la consommation de tabac et adapter son intervention », créée pour mettre à disposition des professionnels de santé différents outils et permettre une prise en charge systématique pour tous les fumeurs.



<https://www.respadd.org/hopital-sans-tabac-lieu-de-sante-sans-tabac/publications-et-outils/>

Index

par titre

Accompagner l'arrêt du tabac avec succès	p.19
Accompagner la réduction de la consommation d'alcool	p.18
Cahier engagé. Addictions et santé mentale	p.17
Cahier engagé. Jeu d'argent et de hasard	p.17
Cartes cannabis	p.11
ECoH : échange collaboratif sur les habitudes de vie	p.13
Fausse croyances [alcool]	p.11
Histoire de conso	p.10
Info / Intox sur les drogues	p.9
Info intox drogues. Version illustrée	p.9
Info / Intox : Tabac	p.8
Info intox Tabac. Version illustrée	p.7
JAD addictions	p.14
J'arrête de fumer. Série pour comprendre	p.2
Jeu de l'oie sans tabac	p.5
Jeux et paris sportifs. Opportunités ou bluff ?	p.13
La nicotine	p.3

Le proto, c'est trop risqué d'en rire	p.15
Les animaux sans filtre	p.7
Les secrets des animaux	p.4
Les substituts nicotiniques	p.2
Mise pas ta vie !	p.20
Modérateur de forum : les produits du tabac	p.6
Nico'Time. Pas à pas vers l'arrêt du tabac	p.18
Opération sevrage : La quête du souffle pur	p.5
Premiers gestes en tabacologie. Livret d'aide à la pratique pour les professionnels de santé	p.20
Raconte ta chicha	p.10
SantéBD.org	p.14
Tabac et environnement	p.3
Tire ta clope	p.12
Verres doseurs	p.8

par thèmes

Addiction

Cahier engagé. Addictions et santé mentale	p.17
Cahier engagé. Jeu d'argent et de hasard	p.17
Cartes cannabis	p.11
ECoH : échange collaboratif sur les habitudes de vie	p.13

Info / Intox sur les drogues	p.9
Info intox drogues. Version illustrée	p.9
Info intox Tabac. Version illustrée	p.7
JAD addictions	p.14
Jeux et paris sportifs. Opportunités ou bluff ?	p.13
Le proto, c'est trop risqué d'en rire	p.15
Les animaux sans filtre	p.7
Mise pas ta vie !	p.20
SantéBD.org	p.14
Tabac et environnement	p.3

Alcool

Accompagner la réduction de la consommation d'alcool	p.18
Alcoomètre	p.16
Fausse croyances [alcool]	p.11
Histoire de conso	p.10
SantéBD.org	p.14
Verres doseurs	p.8

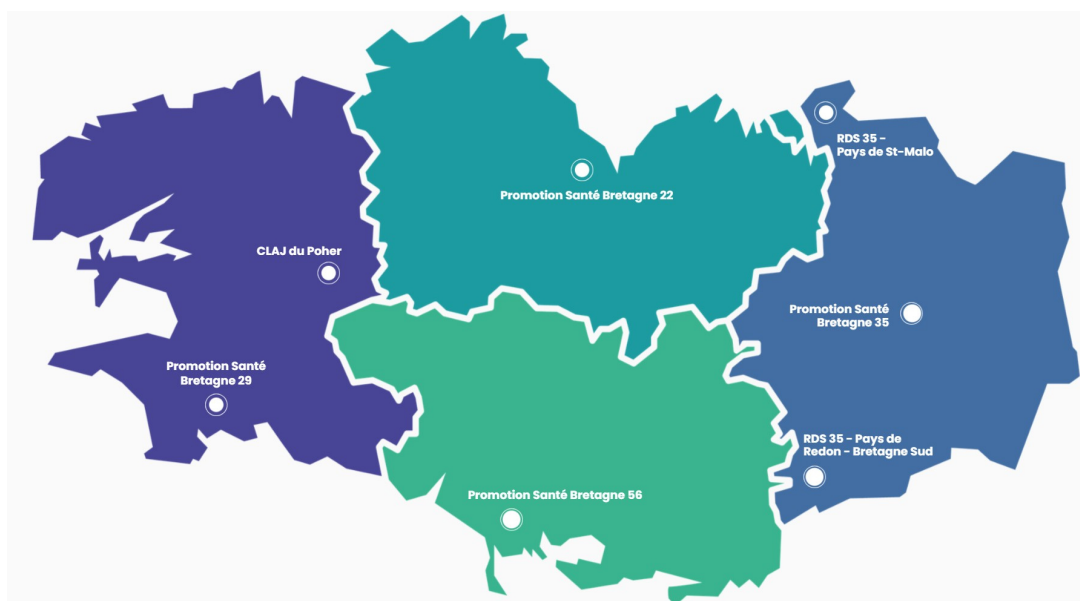
Tabac

Accompagner l'arrêt du tabac avec succès	p.19
Info / Intox : Tabac	p.8
Info intox Tabac. Version illustrée	p.7

J'arrête de fumer. Série pour comprendre	p.2
Jeu de l'oie sans tabac	p.5
La nicotine	p.3
Les animaux sans filtre	p.7
Les secrets des animaux	p.4
Les substituts nicotiniques	p.2
Opération sevrage : La quête du souffle pur	p.5
Modérateur de forum : les produits du tabac	p.6
Nico'Time. Pas à pas vers l'arrêt du tabac	p.18
Premiers gestes en tabacologie. Livret d'aide à la pratique pour les professionnels de santé	p.20
Raconte ta chicha	p.10
SantéBD.org	p.14
Tabac et environnement	p.3
Tire ta clope	p.12

Nos centres de ressources

Que vous soyez à la recherche de documents de prévention, de conseils pour structurer vos recherches, ou d'outils pour animer vos projets, nos centres de ressources sont à votre disposition. Contactez nous pour en savoir plus ou **venir découvrir nos espaces**. Nous serons ravis de vous accueillir !



<https://view.genially.com/691455602e3571d0a8f120b5/presentation-carte-interactive-centres-de-ressources-psb>

Besoin de ressources en éducation et promotion de la santé ? Accédez maintenant à notre **fonds documentaire en ligne sur Bib Bop** ! Alimentée par les centres de ressources de six régions (Bretagne, Bourgogne-Franche-Comté, Normandie, Occitanie, Nouvelle-Aquitaine et Provence-Alpes-Côte d'Azur) et le CREA-ORS Occitanie, cette **base de données offre un accès élargi à de nombreuses ressources documentaires**.



<https://www.bib-bop.org>