



Les données (transcription)

Épisode 3, saison 1

Sujet : Entrevue avec Rita Notarandrea, première dirigeante du CCDUS

[00:00]

[musique]

[00:05]

[ANNONCEUSE] Vous écoutez *Les données : des connaissances qui inspirent*.

[La musique s'estompe]

[ANNONCEUSE] *Les données* est un balado produit par le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances.

[LEE ARBON] Bienvenue à ce nouvel épisode de *Les données*, le balado canadien par excellence sur la consommation de substances.

[AMANDA DESEURE] Nous sommes vos animateurs, Lee Arbon et Amanda Deseure. Aujourd'hui, nous vous réservons un épisode formidable avec Rita Notarandrea, première dirigeante du CCDUS.

[LA] Oui! Elle va nous parler un peu de son parcours, des super projets réalisés par le Centre l'année dernière et de ceux que son équipe envisage pour la toute nouvelle année 2019.

[AD] Mais avant, Lee, je suis très curieuse : qu'est-ce que tu as fait durant le temps des Fêtes?

[LA] Oh, les filles ont eu beaucoup de plaisir à Noël et au Nouvel An! Elles ont bien profité des jouets reçus en cadeau et de leurs deux semaines de congé d'école. Et toi, qu'est-ce que tu as fait avec tes proches?

[AD] Hum, je me suis essentiellement empiffrée durant tout le temps des Fêtes. Je...

[LA] Un classique!

[AD] ... Je sais, je sais. Mais les œufs mimosa et la dinde font partie de mes spécialités, donc...

[LA] Nous n'avons pas mangé de dinde, chez nous. Ma femme fait du filet de bœuf à Noël. C'est devenu notre tradition familiale, en quelque sorte. Ça fait différent. On mange de la dinde à l'Action de grâce, mais à Noël, elle aime déroger un peu.

[AD] Oh, ça fait changement, c'est bien. C'est bien d'avoir des traditions familiales qui s'écartent un peu de la norme.

[LA] Et le Nouvel An? On est en 2019, là! Fais-tu partie des courageuses qui ont pris de bonnes vieilles résolutions?



[AD] Non. Je ne prends pas de résolutions parce que j'ai un peu peur de me décevoir moi-même en les abandonnant au bout de trois jours. Je n'ai jamais été capable d'en respecter une...

[LA] Trois jours? Tu bats probablement la moitié des personnes qui en prennent.

[2:04]

[AD] [rire] Peut-être... On dirait que je n'arrive juste jamais à les tenir. C'est très personnel, mais je pense que pour moi, c'est mieux de changer une toute petite chose sans nécessairement en faire une résolution. Ça a l'air moins gros, c'est plus facile à appréhender. C'est un point de départ.

[LA] [hésitation] Tu sais quoi? Je suis assez d'accord avec toi. Je pense que c'est lié à la pression associée à quelque chose qui est censé durer toute l'année. C'est pour ça que je ne prends pas vraiment de résolutions. Par contre, je pense à ce à quoi j'aimerais consacrer plus de temps. L'année dernière, par exemple, je voulais faire plus de mots croisés, ... Des choses qui égayent la vie, un peu. Essayer d'être moins stressé. C'est plutôt ça, mon genre de résolutions.

[AD] Oui, je comprends totalement. Si je me souviens bien, l'année passée j'en avais pris une petite : passer plus de temps à la maison, voir ma famille un peu plus. Celle-là, en fait, je pense que je l'ai tenue : depuis je rentre plus souvent pour voir ma famille, je fais un effort pour passer du temps à la maison après le travail. C'est impressionnant : je suis du genre à vouloir sortir tout le temps. [rire]

[LA] Avec trois filles à la maison, je ne dirais pas non à quelques sorties de plus!

[AD] [rire] Et vous, chers auditeurs? Parlez-nous de vos résolutions du Nouvel An ou de votre décision de ne pas en prendre! Écrivez-nous à l'adresse podcast@ccsa.ca.

[Musique]

[LA] Et vous savez quoi? Nous revenons dans un instant avec l'invitée du jour, Rita Notarandrea. Restez là!

[ANNONCEUSE :] Vous aimez notre balado? Vous avez des commentaires ou des questions? Vous voulez proposer un invité? Écrivez-nous à l'adresse podcast@ccsa.ca pour nous en faire part. Nous voulons connaître votre avis sur *Les données*.

[La musique s'estompe]

[3:50]

[LA] Rebienvenue à *Les données*! Nous sommes avec notre invitée du jour, la première dirigeante du CCDUS, Rita Notarandrea. Merci d'être avec nous aujourd'hui.

[Rita Notarandrea] Je suis ravie d'être ici.

[LA] Alors, pour commencer : comment s'est passé votre temps des Fêtes?

[RN] Très bien, c'était relaxant. J'adore passer autant de temps avec mes filles, avec la famille. C'est nous qui recevions à Noël. C'était extraordinaire.

[LA] Laissez-moi vous poser une question. Tout le monde se lève le matin pour aller travailler, pour pouvoir payer ses factures... Mais vous, vous êtes véritablement passionnée par votre travail. Qu'est-ce qui vous motive? Qu'est-ce qui vous fait sortir du lit?

[RN] Je suis très contente que vous ayez remarqué, Lee. C'est vrai que ce que je fais me passionne et que j'adore ça. Je ne vois même pas ça comme du travail quand je commence ma journée. Ce qui me motive... J'ai toujours une personne en tête. Il faut que tout ce que nous faisons puisse aider quelqu'un. Je pense à une personne en particulier et je me demande toujours ce que je peux faire



pour sa famille et elle. C'est ce qui guide mes actions. En fait, je travaille avec une personne qui fait partie de ma vie depuis quelques années, et... Quand je pense aux activités du CCDUS, c'est elle qui m'inspire. Je me demande si telle ou telle chose pourrait vraiment améliorer sa vie. C'est là que je puise ma passion. Je pense que cette personne incarne vraiment la population qui doit composer avec et qui vit avec un trouble lié à l'usage de substances. Alors j'ai l'impression que si moi, j'ai pu améliorer les choses pour elle ou pour sa famille, le CCDUS dans son ensemble a aussi ce pouvoir. C'est ce que j'espère. Donc ma motivation, c'est une personne. Quand je dis que c'est un enjeu qui me touche et que ça me fait penser à quelqu'un, je suis sûre que je ne suis pas la seule. Je suis persuadée que les employés du CCDUS ont aussi en tête des gens de leur connaissance qui ont eu des problèmes liés aux drogues ou à l'alcool. Ce facteur explique peut-être ma passion, mais je pense qu'il explique aussi celle de beaucoup de gens au Centre, et sans doute de beaucoup d'autres qui œuvrent dans le même domaine ailleurs dans le système.

[LA] En vous écoutant parler, on voit très bien pourquoi c'est si facile pour vous de démarrer votre journée.

[RN] Ce sont vraiment mes motivations. Merci de m'avoir posé la question. Selon moi, tout le monde a un rôle important à jouer, et je crois fermement qu'au bout du compte, nous allons réussir à changer les choses. En fait, j'observe déjà de légers changements et je vois une grande ouverture. Ça me donne beaucoup d'espoir.

[LA] Et dans votre emploi actuel et votre bénévolat, quelles sont les plus grandes difficultés en ce qui a trait aux problèmes de drogues et d'alcool?

[RN] Hum... Avant d'arriver dans le domaine des troubles liés à l'usage de substances, de la consommation de substances et de la dépendance, j'étais dans celui de la santé mentale, et j'en ai tiré une manne de connaissances. J'ai vraiment beaucoup appris dans ce milieu-là, et ça fait partie du bagage qui m'a suivie dans mon travail actuel. Beaucoup des difficultés qu'on rencontre dans ces deux domaines se ressemblent : la stigmatisation, l'enjeu de la sensibilisation, celui du financement. Ce sont des problèmes qui existent depuis très longtemps, et le trouble lié à l'usage de substances n'attire certainement pas autant d'attention, d'efforts de sensibilisation et de financement que ce qu'on peut voir dans d'autres domaines de la santé ou pour d'autres maladies chroniques.

[silence]

[7:53]

[LA] Oui, je trouve que vous soulevez un excellent point. J'ai assisté à un événement sur la stigmatisation il n'y a pas si longtemps, et je sais que nous en avons déjà parlé avec Gord, mais on y expliquait un concept très important : quand une personne mange beaucoup trop, on ne la traite pas de « bouffomane »; on dit qu'elle a un trouble alimentaire. Je pense qu'on a beaucoup d'idées erronées du genre sur les problèmes liés aux substances.

[RN] Il y a beaucoup d'idées fausses, de mythes et de croyances qui circulent, et je ne pense pas que ce soit forcément intentionnel. On grandit tous avec une certaine compréhension des choses. Mais dans le cas du trouble lié à l'usage de substances, comprend-on vraiment de quoi il en retourne et comment on se rend là? Sait-on vraiment quels sont les facteurs en cause? Je n'en suis pas si sûre. Je préfère penser que certains comportements, certaines attitudes et le vocabulaire qu'on utilise parfois pour en parler découlent d'une mauvaise compréhension et qu'on n'est pas toujours conscient de nos mentalités, de nos préjugés et de la manière avec laquelle on agit, qui est parfois très discriminatoire. Mais c'est important d'en prendre conscience. J'aimerais que la société soit plus sensibilisée à la réalité des personnes aux prises avec un trouble lié à l'usage de



substances. C'est important parce qu'avec une plus grande sensibilisation et une meilleure compréhension vient une plus grande compassion.

[9:37]

[AD] Croyez-vous que la légalisation du cannabis au Canada en 2018 va changer quelque chose à la stigmatisation associée à cette drogue? Avez-vous déjà observé des changements?

[RN] Pas en ce qui a trait à la légalisation du cannabis. Les changements que j'observe dans l'ouverture des gens face au trouble lié à l'usage de substances découlent plus de la crise des opioïdes, selon moi... Je pense qu'elle a ébranlé tout le monde. Ce trouble et la surdose frappent sans discrimination : ils touchent tout le monde. Tout le monde connaît une personne touchée, au travail, dans sa ville, dans ses loisirs... Ce qui fait en sorte que, tout à coup, on réalise clairement que la consommation est un enjeu qui n'épargne personne. Je pense que ce constat a beaucoup changé le regard sur le trouble lié à l'usage de substances, a donné envie aux gens de mieux le comprendre, que ce soit dans les bureaux des professionnels de la santé, à l'urgence ou tout simplement à la maison. Vous savez, quand on cherche vraiment à comprendre le fond du problème? Je pense que la légalisation du cannabis a contribué à élargir la discussion au Canada, mais, selon moi, la stigmatisation concerne toutes les substances. C'est la manière dont on perçoit les personnes souffrant d'un trouble lié à l'usage de substances. Qu'on parle d'alcool, de cannabis ou d'opioïdes, je pense que les conditions sont réunies : avec cet intérêt accru à comprendre ce qui se passe réellement, il est temps d'avoir une bonne conversation sur le sujet.

[11:27]

[AD] Vous avez évoqué la crise des opioïdes. Pouvez-vous nous parler un peu du travail du CCDUS à cet égard, et en ce qui a trait aux opioïdes de manière plus générale?

[LA] Donc en gros, le CCDUS travaille sur plusieurs volets en lien avec la consommation de substances. Certaines activités concernent des substances en particulier, comme les opioïdes, le cannabis, ou l'alcool, mais d'autres s'attaquent à des enjeux fondamentaux qu'elles ont toutes en commun, comme la question de la stigmatisation. Pour certaines choses relatives aux opioïdes... La mission du CCDUS est vraiment de fournir des données probantes pour favoriser la prise de décisions éclairées. Comment fait-on pour mettre ces données de l'avant, que ce soit auprès du grand public, des professionnels de la santé ou des décideurs? Prenons les opioïdes, par exemple. Le gouvernement a mandaté le Centre de définir les meilleures pratiques en ce qui a trait au trouble lié à l'usage d'opioïdes. Quelles sont les meilleures choses à faire en matière de traitement? Et en matière de prévention et de réduction des méfaits? D'aide communautaire au rétablissement? Nous avons défini ces pratiques et produit des ressources pour toutes les administrations et pour les professionnels de la santé. Ces ressources indiquent, à la lumière des toutes dernières données probantes, ce qu'il faut faire avec les opioïdes et comment traiter le trouble lié à son usage. Notre travail avec les données ne s'est pas arrêté là. Nous avons aussi organisé un symposium sur les opioïdes de concert avec Santé Canada et la ministre fédérale de la Santé, Ginette Petitpas Taylor. C'était extraordinaire. Je dirais qu'environ le tiers des personnes présentes avaient une expérience vécue avec les opioïdes, passée ou non. Leur perspective sur la question enrichit vraiment le dialogue. On comprend beaucoup mieux quand à l'occasion d'entendre ce qu'elles ont vécu dans le système, dans leur famille, dans leur communauté, dans la société... Je crois que ce genre de sommet a quelque chose de particulièrement enrichissant. Celui-là a connu beaucoup de succès à tous les points de vue. Les participants ont tous appris quelque chose et posé un regard franc sur ce qu'ils peuvent faire individuellement pour améliorer la situation au travail, dans sa famille et dans la communauté.



[13:49]

[LA] Là-dessus, je crois que nous allons prendre une petite pause. Restez avec nous, nous revenons dans un instant pour poursuivre la discussion avec Rita Notarandrea, première dirigeante du CCDUS.

[Musique]

[ANNONCEUSE :] Vous écoutez *Les données*. Si le sujet de cet épisode vous intéresse, rendez-vous à l'adresse ccdus.ca pour en savoir plus.

[La musique s'estompe]

[AD] Nous sommes de retour, toujours avec la première dirigeante du CCDUS, Rita Notarandrea. Maintenant nous allons parler un peu de l'étude sur les coûts que le CCDUS a publié cette année. Cette étude révèle que la consommation de substances coûte 38,4 milliards de dollars par année au Canada. Est-ce que ça vous semble alarmant, comme chiffre?

[RN] Oui, sans aucun doute. Mais ce qui l'est encore plus, c'est que 70 % de ce montant est lié à des substances légales, comme l'alcool et le tabac...

[AD] Wow.

[RN] ... Je pense... Exactement, c'est tout à fait alarmant de constater que 70 % de ce montant est lié à deux substances. C'est une étude importante, mais je tiens aussi à souligner que bien que ce chiffre-là, aussi préoccupant soit-il, ne dresse pas un portrait complet de la situation. Il y a tellement d'autres choses... C'est limité, jusqu'à un certain point, parce que ça ne tient pas compte de tous les services de santé. Donc quand on dit que c'est une somme alarmante, je pense qu'il faut garder en tête qu'elle n'est pas globale. Certains coûts ne sont pas inclus : ceux des centres de traitement communautaire en établissement non associés à un hôpital, par exemple. Beaucoup de données relatives aux soins de santé sont en fait généralement liées au milieu hospitalier.

[15:53]

[AD] Wow. Si on décompose ce chiffre, ça donne environ 1 100 dollars par personne au Canada. Ça me semble très élevé. Est-ce que ça vous surprend, vous? Pensiez-vous que ça allait être plus bas?

[RN] Hum, ça ne m'a pas surpris tant que ça. Ça fait un montant par personne élevé. C'est un montant élevé, tout court. Mais ce chiffre-là, je l'ai toujours regardé en me disant... Ça n'inclut pas tout. Imaginez, quand on regarde ça sous cet angle! Et puis, comme je l'ai mentionné plus tôt, pensez-y : 70 % de ces coûts sont associés au tabac et à l'alcool. Moi, c'est ce qui me semble le plus alarmant. Et puis on est en pleine crise des opioïdes, les gens doivent bien se demander ce qu'il en est pour ces drogues. Tellement de personnes sont mortes : 8 000 depuis 2016. Je tiens à souligner que les données de l'étude allaient jusqu'à 2014. Si on la refaisait en incluant les données de 2016 et de 2017, selon moi, le résultat serait sans doute extrêmement inquiétant. Qu'est-ce que ça dit de ce qu'on vit en tant que société, quand on ajoute le nombre de décès associés aux opioïdes?

[AD] Tout à fait. Et c'est choquant de constater que les substances légales sont en cause. J'ai l'impression qu'on tend à supposer le contraire puisque c'est légal. Vous attendez-vous à ce que les coûts associés au cannabis augmentent avec la légalisation?

[silence]

[RN] Je m'attends à ce que les coûts augmentent en général. Par contre, on entend aussi que, pour ce qui est du cannabis, une bonne partie des coûts était associée à l'application de son interdiction légale. Bien entendu, beaucoup de groupes ont donc affirmé que la légalisation du cannabis ferait baisser ces coûts. Ça, je m'y attends. Mais il y a aussi d'autres groupes qui disent oui, bien sûr, mais



d'un autre côté le nombre de cas de trouble lié à la consommation de cette drogue risque d'augmenter. Peut-être que s'il y a un changement, ce sera plutôt une augmentation du côté des services de santé, car il y a certainement un nombre croissant de visites à l'hôpital liées à la consommation de cannabis. Toujours est-il qu'entre cette augmentation et la baisse des coûts d'application associée à la légalisation, il est très difficile de faire des prédictions en ce qui a trait au cannabis.

[AD] Et selon vous, qu'est-ce qu'on peut faire au pays, en tant que société, pour faire baisser ces coûts?

[RN] Je pense vraiment que ce qu'il faut faire, c'est travailler en amont. Si notre but est de réduire les dépenses associées au trouble lié à l'usage de substances, il faut en comprendre les facteurs contributifs. Or, certains de ces facteurs remontent aux expériences négatives vécues durant l'enfance. Il faut donc se demander ce qu'on peut faire en tant que société pour, d'une part, accroître les facteurs de protection susceptibles de réduire le risque, et, d'autre part, comment on peut atténuer les facteurs de risque. Je pense qu'il y a beaucoup de potentiel dans la prévention et dans le travail qu'on peut faire en amont pour réduire le nombre total de personnes aux prises avec un trouble lié à l'usage de substances.

[19:25]

[LA] Excellent point! Mais je vais dévier un petit peu... Nous avons parlé de certaines des activités récentes du CCDUS, mais avec l'année qui commence, vous savez, je me demandais ce qui se profile à l'horizon pour le Centre et ce que... Quel est notre mandat principal en 2019, et quel est notre point de mire?

[RN] Nous avons beaucoup de priorités. La crise des opioïdes est encore d'actualité et nous devons y réagir en nous demandant quelles données il nous faut encore aller chercher : ce qui a fonctionné ailleurs, par exemple, ou encore quelles sont les autres mesures qu'on doit adopter pour réduire le nombre de morts. C'est certainement une de nos priorités. Pour le cannabis, le sujet de l'heure, je crois, ce sont les produits comestibles et les concentrés. Selon moi, c'est une question de sensibilisation du public; il reste beaucoup de travail d'information à faire sur les produits comestibles et de discussions à avoir sur les produits concentrés. Et s'il y a bien une chose que nous pouvons faire en ce qui a trait à cet enjeu de taille, c'est de répondre aux questions; il y en a beaucoup! Comme pour beaucoup de choses, il y a des consommateurs de cannabis qui ne savent pas trop ce qu'ils font et, selon moi, c'est très important de leur fournir de l'information sur les produits comestibles. Il faut aussi diffuser de l'information sur le cannabis au volant, toujours dans une perspective de réduction des risques. Et c'est exactement ce que nous essayons de faire au CCDUS : nous utilisons des données pour réduire les risques tout en veillant à ce que les gens prennent des décisions éclairées. Parlant de production de données et de mobilisation des connaissances... Nous organisons un immense congrès nommé Questions de substance tous les deux ans. La prochaine édition tombe à la fin du prochain mois de novembre. Encore une fois, nous profitons de cette occasion pour transmettre de l'information, mais aussi, et c'est encore plus important, nous encourageons nos partenaires qui sont sur le terrain à y assister pour transmettre des données qu'ils ont eux-mêmes recueillies et raconter certaines de leurs propres expériences afin que nous apprenions les uns des autres.

[21:35]

[LA] Excellent. Merci d'avoir été des nôtres aujourd'hui. J'aimerais terminer en posant une question plus axée sur votre réflexion personnelle. À la lumière de votre grande expérience, quelle est selon



vous la plus grande réalisation ou la plus grande tendance des dernières années dans le domaine des troubles liés à l'usage de substances?

[RN] Je crois que le plus gros changement que j'ai observé dans la société, c'est l'ouverture. Je constate qu'il y a une plus grande volonté de parler de ces troubles et une véritable soif de connaissances sur le sujet. Je pense que c'est parce qu'on y est confronté tous les jours dans le journal et qu'on essaie de mieux comprendre ce qui se passe et pourquoi, évidemment, il y a autant de morts! Personne n'est insensible à ça; ça touche tout le monde. Je pense que les gens sont avides d'information et désirent vraiment mieux comprendre ce problème pour mieux l'appréhender. Ce que je veux dire, c'est que... Il y a les décideurs et politiciens qui veulent en savoir plus pour trouver la bonne façon, ou plutôt les bonnes façons de procéder. Mais il y a aussi le grand public qui veut en savoir plus. Les gens veulent en apprendre plus pour être de meilleurs parents et en parler à leurs enfants, par exemple. Je pense donc que toutes les couches de la société sont confrontées à ce problème. Qu'on parle de légalisation du cannabis ou de la crise des opioïdes dans tout le pays, il y a une grande soif de connaissances et un réel désir de compréhension quant au fond de ces enjeux. C'est une excellente occasion et un superbe défi à relever pour le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances.

[23:38]

[LA] Je pense qu'on n'aurait pas pu finir sur une note plus positive! L'entrevue tire à sa fin. J'aimerais vous remercier d'avoir été parmi nous et d'avoir pris le temps de nous parler aujourd'hui.

[RN] Merci beaucoup de m'avoir invitée.

[AD] Ça a été un réel plaisir, vous nous avez fait comprendre toutes sortes de liens. C'est bien d'avoir une vue d'ensemble.

[RN] Merci. Merci beaucoup.

[Musique]

[LA] Restez à l'écoute, de retour dans un instant au balado *Les données*. Ce n'est pas fini!

[AD] *Dépendances au quotidien* vous envoie par courriel une liste d'articles, de ressources et de renseignements sur les événements en lien avec les problèmes liés aux substances. Joignez-vous à nos près de 3 000 abonnés et recevez, en semaine, des nouvelles pertinentes et intéressantes. Pour vous abonner, rendez-vous à l'adresse www.ccdus.ca.

[La musique s'estompe]

[AD] Nous sommes de retour! L'entrevue avec Rita Notarandrea a très éclairante et touchante. Je n'ai pas pu m'empêcher de penser à ma famille, à mes amis et à mon entourage quand elle parlait de ce qui la motive à se lever le matin et dans son travail. Je pense que ça rejoint beaucoup de monde, particulièrement en ce qui a trait à la consommation de substances.

[LA] Je pense que tu as tout à fait raison. Quand on a une cause, un but dans la vie, ça nous donne l'énergie de faire plus, d'aller un peu plus loin, de faire le petit effort supplémentaire nécessaire pour atteindre son objectif.

[AD] Exactement.

[LA] Nous voilà maintenant à la fin de l'épisode. En espérant que vous avez aimé! Nous serons de retour le mois prochain pour parler... de pot! Un rendez-vous à ne pas manquer lors du prochain épisode de *Les données*.



[Musique]

[ANNONCEUSE :] Vous écoutez *Les données*. Si le sujet de cet épisode vous intéresse, rendez-vous à l'adresse ccdus.ca pour en savoir plus. Le soutien technique et le montage du balado ont été assurés par Christopher Austin. *Les données* est produit par le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, qui en est également le propriétaire. Droit d'auteur 2019.

[La musique s'estompe]

[FIN DE LA TRANSCRIPTION 25:56]



Centre canadien sur
les dépendances et
l'usage de substances

Le CCDUS a été créé par le Parlement afin de fournir un leadership national pour aborder la consommation de substances au Canada. À titre d'organisme digne de confiance, il offre des conseils aux décideurs partout au pays en profitant du pouvoir des recherches, en cultivant les connaissances et en rassemblant divers points de vue.

Les activités et les produits du CCDUS sont réalisés grâce à la contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées par le CCDUS ne reflètent pas nécessairement celles du gouvernement du Canada.