

NUMÉRO 6 - MARS 2024

# L'ARBRE À PALABRES

LE JOURNAL PAR ET POUR LES PERSONNES USAGÈRES  
ET EX USAGÈRES DE DROGUES, LEURS PROCHES,  
ET LES PARTIES PRENANTES D'AFRIQUE FRANCOPHONE



**DANS CE NUMÉRO :**

**DOSSIER**

**CANNABIS EN AFRIQUE,  
LE POINT SUR LA SITUATION**

**FOCUS : LE CENTRE EMPOWER AU CAMEROUN**

**LECTURE : PRÉSENTATION DU LIVRE NARCOTIC CITIES**

**TÉMOIGNAGES**

**INFO SANTÉ**

GRATUIT

# EDITO

Chères lectrices, chers lecteurs,

Nous espérons que ce sixième numéro de L'Arbre à Palabres trouve chacun de vous dans la quiétude et la sérénité. Pour cette édition spéciale, notre équipe s'est investie avec passion pour vous offrir un dossier sur le thème complexe du cannabis en Afrique. Au fil des pages, vous découvrirez des informations approfondies, des poèmes envoûtants, ainsi qu'une multitude d'éléments captivants qui illustrent la diversité des débats et des perspectives. Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude envers toutes les personnes qui nous soutiennent et suivent notre parcours depuis le début. Votre enthousiasme et votre fidélité sont les moteurs qui nous inspirent à continuer cette aventure éditoriale et communautaire.

En cette nouvelle année 2024, nous sommes confrontés à un défi majeur : actuellement, nous ne bénéficions d'aucun financement, et toute notre équipe travaille bénévolement pour maintenir la qualité éditoriale à laquelle vous êtes habitués.

Le manque de budget a, malheureusement, des répercussions sur notre capacité à soutenir pleinement les initiatives communautaires. Cependant, nos bénévoles font preuve d'un dévouement exceptionnel, et chaque contribution est réalisée avec le souci constant de vous offrir un contenu de haute qualité. Le principe «Rien pour nous sans nous» résonne de plus en plus dans nos réunions, bien qu'il peine encore à se concrétiser, surtout dans le contexte africain où les usagers de drogues sont souvent stigmatisés, perçus comme des délinquants, des parias de la société, des «bons à rien». Nous sommes conscients des défis qui persistent, mais nous demeurons résolus à poursuivre notre mission éditoriale avec l'espoir que, tôt ou tard, nos voix seront entendues, nos perspectives respectées, et que l'inclusion deviendra la norme plutôt que l'exception. Nous vous invitons à plonger dans les pages riches et variées de ce numéro, à partager vos réflexions et à participer à la construction d'un dialogue ouvert et respectueux. Encore une fois, merci pour votre soutien indéfectible.

Bien à vous,

L'Équipe de L'Arbre à Palabres

# SOMMAIRE

- p. 3-4** : News
- p. 5** : Khadafi en Côte d'Ivoire, nouvelle drogue ou médiatisation à outrance ?
- p. 6** : FOCUS - le centre Empower au Cameroun
- p. 7-11** : DOSSIER : Cannabis en Afrique, le point sur la situation
- p. 12-13** : L'Afrique de l'Ouest, nouvelle scène de l'épique conflit contre le trafic de drogues
- p. 14** : Œuvre Kiki Picasso
- p. 15** : Les bienfaits de la pair-aidance
- p. 16-17** : Addictions et résilience, la réalité de la consommation de drogues chez les personnes LGBTIQ
- p. 18** : TÉMOIGNAGE - S.Fatim
- P. 19** : Œuvre, artiste anonyme
- p. 20-23** : Toulouse - Mostaganem, un jumelage officieux
- p. 25** : Le système de récompense et la dopamine dans les addictions
- p. 26-27** : INFO SANTÉ - L'injection à moindre risque
- p. 28-29** : LECTURE - Présentation du livre Narcotic Cities
- p. 30** : Le coin de la prose
- p. 31** : Zen art
- p. 32** : Recette de cuisine
- p. 33** : On parle de nous
- p. 34-35** : Adresses utiles & appel à contribution

## ÉQUIPE DE RÉDACTION

Jérôme Evanno, Dr Soumahoro Vagondo Oumar  
& Omry Fiorindo

## ŒUVRES ARTISTIQUES

Kiki Picasso  
Loti et Coco (poèmes)  
Aïcha Ismail (photo)  
Omry (couverture)

## COLLABORATEUR-TRICE-S :

Apothicom, PASEN,  
Adeline.C, Fatim, Moriss Alexis  
& les PUD d'Afrique et du monde

## COMITÉ DE RELECTURE

Aïcha Ismail  
Dr Barbara Thiandoum  
Marcelle Martial  
Méliné Negroni  
Romuald Bi-tian  
Souleyman Bell Meyong  
Dr Stanislas Houndji  
Titus Ndi Ndukong

## MISE EN PAGE & DESIGN

Omry Fiorindo



**«CE QUI EST FAIT POUR MOI, SANS MOI, EST FAIT CONTRE MOI»**  
**Nelson Mandela**



# NEWS

## LA JEUNESSE PREND LA PAROLE

La Paradigma Youth Coalition, une alliance mondiale d'organisations dirigée par des jeunes, présente son deuxième rapport en réponse au Rapport mondial sur les drogues, soulignant son engagement envers la transformation des politiques en matière de drogue.

Le document, rédigé par plusieurs auteurs, explore des aspects clés des politiques sur les drogues affectant les jeunes et les communautés mondiales.

Il aborde des sujets tels que les inégalités entravant l'accès aux services de réduction des risques, l'éducation sur les drogues à l'école, l'usage de cannabis par les jeunes, les conséquences complexes des économies illégales liées aux drogues, les innovations dans l'approvisionnement illégal et les drogues synthétiques, ainsi que les évolutions nécessaires des politiques et de la recherche.

La coalition appelle à des approches inclusives, équitables, et centrées sur les jeunes pour promouvoir la santé, les droits de l'homme, et le développement durable.

POUR EN SAVOIR PLUS

<https://idpc.net/publications/2023/08/youth-response-to-the-2023-world-drug-report>

## LA PRISON N'EST PAS LA SOLUTION, SELON LE OHCHR

Selon Haut commissariat des Nations unies aux droits de l'homme (OHCHR) «S'éloigner des modèles punitifs est essentiel pour répondre à tous les défis en matière de droits de l'homme qui découlent de la mise en œuvre de politiques punitives en matière de drogues. Les politiques de contrôle des drogues doivent être comprises comme un moyen d'atteindre des objectifs plus larges, notamment la protection des droits de l'homme, en particulier le droit à la santé, en garantissant l'égalité et la non-discrimination».

*Extrait, «Défis en matière de droits de l'homme dans la réponse à tous les aspects du problème mondial de la drogue.» 2023, p. 18.*

## UNE NOUVELLE SOURCE D'INFORMATIONS

Un nouveau site d'information autour de l'usage de drogues et la RdR est disponible : Drugz. «Car il est important d'avoir accès aux informations pour faire attention à sa santé». Le créateur de ce site tient également à ce que les personnes puissent accéder aux études scientifiques et autres ressources qui permettent d'affirmer un certain nombre de choses sur les drogues, et la manière de les consommer.

POUR EN SAVOIR PLUS

<https://www.drugz.fr>

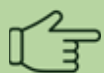


## EN AFRIQUE DU SUD ÇA AVANCE !

Un partenariat entre le gouvernement de la province de KwaZulu-Natal et Opulence Pharmaceuticals ouvre la voie à une transformation majeure pour les agriculteurs locaux de cannabis. Cette collaboration public-privé vise à doter les cultivateurs de compétences cruciales et à faciliter leur accès au marché mondial. Les départements de l'agriculture et du développement économique, du tourisme et des affaires environnementales de KwaZulu-Natal travailleront en collaboration avec Opulence Pharmaceuticals pour mettre en œuvre un programme de transfert de compétences et de connaissances.

Les agriculteurs bénéficieront d'une formation continue sur la production de cannabis, seront liés au marché et préparés pour l'exportation.

Opulence Pharmaceuticals, en tant que leader du cannabis en Afrique du Sud, s'engage à partager ses connaissances avec les agriculteurs locaux, visant à créer des emplois durables et à contrôler toute la chaîne de valeur du chanvre industriel et du cannabis médicinal. Ce partenariat est perçu comme une opportunité de croissance économique significative, exploitant le potentiel agricole de la région, et contribuant à relever les défis de la pauvreté, du chômage et des inégalités.



Retrouvez le journal l'Arbre à Palabres par ici :  
<https://journalarbreapalabres.wordpress.com/>

## CRÉATION D'UN CENTRE DE PRISE EN CHARGE AU BURUNDI

Le Centre de Maramvya est l'une des branches du Centre de Réhabilitation Birashoboka de Ngozi ; qui est une initiative qui répond aux besoins croissants des jeunes qui sont à risque d'addiction, ou sont déjà en situation d'addiction au Burundi.



L'organisation a été créée pour faciliter la réduction des risques liée à l'usage des drogues ainsi que la réinsertion socio-professionnelle des jeunes les plus vulnérables, plus particulièrement des jeunes en situation d'addiction.

Le Centre de Maramvya est l'une des stratégies pour contribuer au bien-être de la population Burundaise, répondant aux objectifs que le CRBN s'était fixé, et s'aligne dans la vision d'un pays émergent en 2024 et développé en 2060.

### CONTACT

centrebirashoboka@gmail.com  
+257 61 21 43 95

# KHADAFI EN CÔTE D'IVOIRE, NOUVELLES DROGUES OU MÉDIATISATION À OUTRANCE ?

D'après l'article de Marine Jeannin  
Paru dans «Le Monde Afrique», 20/09/23.



Retrouvez l'article original ici :  
<http://tinyurl.com/5c24esnh>

En Côte d'Ivoire, le nom de Kadhafi est devenu synonyme d'une drogue qui se propage parmi la jeunesse. Cette drogue est commercialisée sous forme de comprimés et est souvent consommée avec de l'alcool pour en décupler l'effet sédatif.

Le phénomène a débuté avec un extrait de chanson en nouchi, l'argot ivoirien, qui circule sur TikTok, où les paroles répétées signifient essentiellement «Je veux me défoncer au Kadhafi». Des vidéos de jeunes sous l'emprise de la drogue ou simulant ses effets ont circulé sur les réseaux sociaux, ce qui a suscité l'alarme de l'opinion publique et une intervention de la police. La police a lancé une campagne de lutte à l'échelle nationale considérant le phénomène comme un enjeu de santé publique. Elle a déjà saisi plusieurs tonnes de médicaments contrefaits depuis le début de la campagne.

Les filières d'approvisionnement de cette drogue, surnommée Kadhafi, ne sont pas encore identifiées, mais elles semblent calquées sur celles du tramadol, une autre drogue largement répandue dans la région.

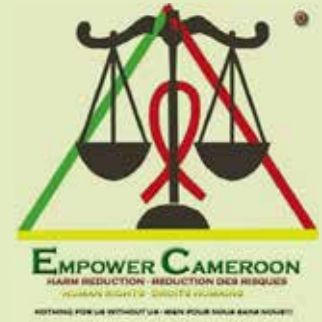
Cette drogue, bien qu'elle soit appelée Kadhafi, est en réalité une préparation obtenue à partir du mélange de médicaments détournés du circuit officiel avec de l'eau ou de l'alcool pour obtenir une forte sensation. Elle contient souvent du tramadol, un antidouleur puissant. Les effets secondaires dangereux de cette combinaison vont des démangeaisons aux évanouissements, voire à la mort en cas de surdose.

Le Kadhafi est principalement consommé par les classes les plus modestes de la population ivoirienne, et il est souvent acheté dans des fumoirs ou dans la rue. Il est apprécié pour ses effets plus longs que le tramadol et la possibilité de partager les comprimés entre plusieurs personnes.

Cependant, depuis que le phénomène a été médiatisé sur TikTok et que les saisies ont augmenté, les prix du Kadhafi ont augmenté, passant de 200 à 500 francs CFA par comprimé à plus de 1 000 ou 1 500 francs CFA.

# FOCUS

## CENTRE DE TRAITEMENT ET DE RÉINSERTION SOCIALE EMPOWER CAMEROON



## QUI SOMMES NOUS ?

Créée en 2016, elle est la toute première association identitaire des usagers et ex-usagers de drogues au Cameroun. Son siège social est à Yaoundé avec deux représentations dans les villes de Douala, capitale économique du Cameroun et Maroua dans la région de l'Extrême Nord.

Disposant d'un centre d'écoute pour usager de drogue dans la ville de Yaoundé, elle jouit d'une longue expérience de travail dans la lutte contre le VIH, les méfaits de la drogue et la promotion des droits des usagers de drogues.

## OBJECTIF

L'objectif principal d'Empower Cameroon est de garantir une prise en charge globale des usagers de drogues et des personnes affectées par les drogues en implémentant au Cameroun la politique de la Réduction Des Risques (RDR).

## CONTACT

Mail : [empowercam0@gmail.com](mailto:empowercam0@gmail.com)

Yaoundé : +237 678 337 953

Douala: +237 698 977 379

Maroua : +237 699 094 167



## PARTENARIATS

Elle collabore entre autres avec l'association OPPELIA de France (projet CTR), avec CARE CAMEROON (projet CHAMP et projet Fonds Mondial), FAD-HY PSY (centre de prise en charge des addictions et des maladies mentales), elle dispose d'un statut de membre du Réseau Afrique Francophone d'auto support d'usagers de drogues (RAFA-SUD).





### LE PROJET CANNABIS AFRICANA

Drogues et développement en Afrique est une collaboration internationale entre les universités de Bristol et du Cap et vise à développer une compréhension plus approfondie du cannabis en Afrique, en se concentrant non seulement sur ses utilisations « traditionnelles », mais aussi sur sa croissance contemporaine en tant qu'une culture de rente économique et une source de moyens de subsistance dans un contexte mondial où la politique en matière de drogues est en évolution.

Le projet s'appuie sur des données empiriques récemment recueillies au Nigeria, au Kenya et en Afrique du Sud et examine la place historique et contemporaine du cannabis dans les milieux ruraux et urbains africains. Il est financé par le Conseil britannique de recherche économique et sociale (ESRC) et le Conseil de recherche en arts et sciences humaines (AHRC).

Le cannabis est illégal au Nigeria mais assure les revenus de familles - une étude plaide pour une réévaluation des lois sur les drogues. Une recherche menée dans des villages du sud-ouest du Nigeria, où les chercheurs ont enquêté sur la culture illégale du cannabis démontre que, malgré la sévérité des lois au Nigeria en matière de drogues, il existe des aspects socio-économiques positifs de la culture du cannabis pour les agriculteurs locaux. Ces cultivateurs, souvent des personnes ordinaires de différentes classes sociales, considèrent le cannabis comme une source de revenus plus lucrative que les cultures traditionnelles comme le cacao. L'étude souligne que la culture du cannabis aide les agriculteurs à répondre à leurs besoins fondamentaux, tels que la nourriture, l'éducation de leurs enfants et le logement. Pour certains, le cannabis représente même la principale source de revenus, offrant des avantages économiques significatifs dans un contexte de pauvreté généralisée et de précarité de l'emploi. Il est intéressant de noter que les personnes impliquées dans la culture du cannabis ne correspondent pas nécessairement aux stéréotypes sociaux, incluant des diplômés universitaires, des guérisseurs traditionnels et des anciens du village. Cela suggère que cette activité ne se limite pas aux individus socialement marginalisés.



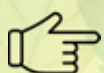




L'étude souligne également les conséquences de la stigmatisation sociale associée à la culture du cannabis, qui impacte négativement l'estime de soi des personnes impliquées. En dépit des avantages économiques, ces agriculteurs font face à des défis tels que la stigmatisation sociale et les raids de la police, qui entraînent souvent des dépenses importantes pour éviter la détection ou la détention. Enfin, l'étude révèle que malgré les souhaits des cultivateurs de voir la stigmatisation levée et le cannabis légalisé, cette perspective reste incertaine au Nigeria en raison de facteurs sociaux, institutionnels et politiques. Certains craignent même qu'une légalisation potentielle puisse conduire à la prise de contrôle du marché par des politiciens urbains aisés, évinçant ainsi les cultivateurs locaux.



Le cannabis, plante à l'histoire séculaire en Afrique, est soumis à un contrôle international depuis près d'un siècle, aux côtés de la coca et du pavot à opium. Bien que largement criminalisé au Nigeria, le Lesotho, le Zimbabwe, l'Afrique du Sud, le Maroc, le Ghana, le Rwanda et d'autres pays africains ont récemment légalisé sa production à des fins médicales et/ou scientifiques. Cependant, ces réformes suscitent des inquiétudes quant à la participation des petits producteurs, car les frais de licence élevés et d'autres conditions semblent favoriser les grandes entreprises. Les réglementations actuelles ne couvrent souvent pas les petits agriculteurs, les laissant dans l'illégalité et restreignant ainsi la contribution du secteur à la lutte contre la pauvreté. Le défi pour les États africains est de développer une industrie du cannabis inclusive, évitant le risque de captation par des entreprises, tout en permettant la participation équitable des petits producteurs.



Plus d'informations : <https://cannabisafricana.blogs.bristol.ac.uk>



### CANNABIS : RÉSULTATS D'UNE ÉTUDE SUR LES CONSOMMATIONS EN AFRIQUE DE L'OUEST



L'étude menée par le Réseau ouest-africain d'épidémiologie sur la consommation des drogues (WENDU) sur trois ans a révélé des tendances alarmantes en matière de consommation de drogues en Afrique de l'Ouest. Autrefois considérée comme une voie de transit, la région est maintenant confrontée à une augmentation significative de la consommation locale de stupéfiants (voir journal à palabres N°3). Cette transformation est attribuée à des facteurs tels que des institutions de gouvernance faibles, des défis socio-économiques, une instabilité politique et des problèmes de sécurité. La pandémie du VIH, la vulnérabilité face à la Tuberculose et au Covid-19, le manque d'infrastructures de traitement pour les toxicomanes ont exacerbé cette problématique multidimensionnelle.



La consommation de drogues, en particulier de cannabis, est en hausse, représentant 55 % de toutes les admissions pour traitement de toxicomanes entre 2020 et 2022. Les opioïdes pharmaceutiques, tels que le tramadol et la codéine, ont également été saisis en quantité importante, soulignant le détournement de médicaments légaux. La situation varie d'un pays à l'autre, avec différentes drogues prédominantes. Par exemple, au Sénégal, la cocaïne était la drogue la plus consommée en 2021, tandis qu'en 2022, c'était le cannabis. En Côte d'Ivoire, la majorité des personnes recherchant un traitement pour toxicomanie étaient des consommateurs de cocaïne ou de crack. L'étude recommande plusieurs mesures, notamment l'élaboration d'une politique régionale uniforme sur le cannabis, des améliorations dans la recherche sur l'abus de substances, la révision des réglementations obsolètes sur les narcotiques, une sensibilisation accrue sur les dangers de la consommation de drogues, l'augmentation des installations de traitement en milieu rural et le renforcement des contrôles transfrontaliers pour lutter contre le trafic régional. Ces recommandations visent à aborder ce problème complexe et à atténuer ses répercussions sur la santé publique et la sécurité régionale.



Retrouvez l'intégralité du rapport WENDU ici :

<https://ecowas.int/wp-content/uploads/2022/03/RAPPORT-WENDU-FFRE-CH.pdf>



### TÉMOIGNAGE : MON VOYAGE AVEC LE HHC

Je m'appelle X, et je vais partager mon expérience personnelle avec le HHC. Pour comprendre mon histoire, il faut remonter quelques années en arrière, lorsque j'étais piégé dans un cercle vicieux de dépendance au THC, la substance active du cannabis. Ma vie était devenue une lutte quotidienne pour échapper à l'emprise du THC. Je cherchais désespérément une issue, un moyen de réduire ma consommation sans sacrifier le soulagement que le cannabis m'apportait. C'est alors que j'ai entendu parler du HHC, une nouvelle molécule issue du cannabis.

Un jour, alors que j'étais dans les rues de la ville, j'ai croisé un vendeur qui m'a proposé de goûter au HHC. Il m'a expliqué que c'était un dérivé du cannabis, similaire au THC mais un peu moins puissant. L'idée m'a intrigué, et j'ai décidé d'essayer. J'ai acheté une cigarette électronique contenant un concentré de HHC, à une époque où la substance était légale. Lors de ma première inhalation, j'ai ressenti une sensation familière, mais plus douce. Les effets étaient moins intenses que ceux du THC, mais néanmoins agréables. L'euphorie m'a enveloppé, et j'ai pu ressentir un soulagement sans les effets parfois accablants du THC.

Cependant, comme cela arrive souvent dans le monde des substances réglementées, les lois ont changé. Le HHC est devenu illégal, et j'ai dû mettre fin à cette brève aventure. Mon histoire avec le HHC est un chapitre de ma vie que je n'oublierai jamais. Il m'a offert un répit temporaire de ma dépendance au THC, une pause qui m'a permis de voir la vie sous un nouvel angle. Bien que cette histoire ait pris fin, je continue à chercher des moyens de gérer ma consommation de manière responsable, tout en restant dans les limites de la légalité. Le HHC était une pièce du puzzle de ma vie, une expérience qui m'a rappelé la complexité des choix que nous faisons dans notre quête de soulagement. Mon témoignage est un rappel que chacun de nous marche sur son propre chemin, avec ses propres défis et ses propres choix à faire.

#### LE HHC C'EST QUOI ??

L'hexahydrocannabinol (HHC) est une molécule de synthèse, fabriquée en laboratoire, à partir de produits du chanvre (ou cannabis).

Ceux-ci sont modifiés par ajout d'hydrogène.

Le HHC fait partie des cannabinoïdes de synthèse, des produits qui sont loin d'être inconnus puisqu'ils ont été créés en laboratoire dans les années 1940.





### ACADÉMIE DU CANNABIS, UNE RÉVOLUTION DE L'HERBE EN AFRIQUE DU SUD

(AFP) - Dans cette école d'une banlieue de Johannesburg, l'emploi du temps varie entre cours de commerce, nutrition et horticulture : les élèves ici sont des cultivateurs (en herbe) de cannabis mais dans l'établissement, interdiction stricte de fumer.

«Il est important pour nous de professionnaliser le secteur et montrer que nous ne sommes pas des toxicos aux yeux rougis, passant des heures à s'extasier sur la qualité de l'herbe», explique à l'AFP le cofondateur de la Cheeba Cannabis Academy, Linda Siboto.

L'école privée qui se targue d'avoir été en 2020 la première sur le continent à se spécialiser dans l'art de faire pousser du cannabis, compte sur une révolution de l'herbe en Afrique du Sud dans la foulée d'autres régions comme l'Espagne ou la Californie, qui ont pris le parti ces dernières années de la légalisation.

Le secteur présente un «énorme potentiel» pour les investissements et pourrait «créer plus de 130.000 emplois», a assuré l'an dernier le président Cyril Ramaphosa.

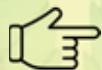


photo créée par IA

Un enjeu dans un pays au climat socio-économique morose, rongé par un chômage endémique. En Afrique australe, plusieurs voisins comme le Lesotho, le Zimbabwe ou le Malawi se sont déjà lancés dans la culture du cannabis médical. «Nous avons un taux d'ensoleillement incroyable et beaucoup de terres» disponibles, souligne Trenton Birch, cofondateur de l'école. Tous les atouts, selon lui, pour placer le pays parmi les plus grands exportateurs mondiaux quand d'autres comme le Canada produisent à des coûts plus élevés en intérieur. Sur un marché qui pourrait, selon les projections, peser 272 milliards de dollars d'ici 2028, la Cheeba Cannabis Academy prépare ceux qui voudront prendre une part du gâteau. En douceur. [...]

Retrouvez l'article complet par ici :

<https://www.ladepeche.fr/2023/06/25/academie-du-cannabis-une-revolution-de-lherbe-en-afrique-du-sud-11300709.php>



# L'AFRIQUE DE L'OUEST, NOUVELLE SCÈNE DE L'ÉPIQUE CONFLIT CONTRE LE TRAFIC DE DROGUES

Source BBC NEWS AFRIQUE

Entre 2019 et 2021, l'Afrique de l'Ouest a été le théâtre d'une saga explosive, avec pas moins de 47,5 tonnes de cocaïne saisies. Un chiffre en constante progression... Retour sur une situation qui n'a rien à envier aux films d'action d'Hollywood.

Les opérations de chasse aux stocks de drogue deviennent le nouveau standard dans de nombreux pays d'Afrique de l'Ouest, où les narcotrafiquants jonglent dangereusement avec ces cargaisons illicites.

Si l'héroïne préfère l'itinéraire de l'Afrique de l'Est et le cannabis le Nord, la cocaïne a préféré passer par l'Afrique de l'Ouest. Cette région, devenue non seulement une voie de transit, mais aussi un marché de consommation.

Le 4 novembre dernier, dans le Golfe de Guinée, le Mistral, navire français, a intercepté 880 kilogrammes de cocaïne. Les chiffres s'accumulent, avec 4,6 tonnes de cocaïne en décembre 2022, 5 tonnes en avril, et 2,4 tonnes en septembre 2023.



**Soutenons. Ne punissons pas.**

[supportdontpunish.org/fr](https://supportdontpunish.org/fr)



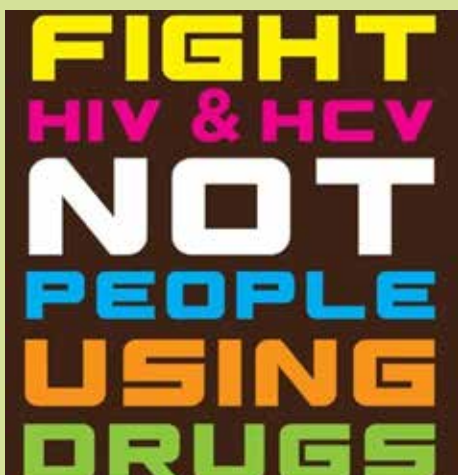
Le Burkina Faso fait une saisie record de 488 kilos de cocaïne en mai 2022. Au Mali, la frontière avec la Guinée a été le théâtre d'une des plus importantes saisies douanières des dernières années, avec 160 kilos de cocaïne dissimulés dans une cache, évalués à 12,5 millions de dollars.

En janvier 2022, la police d'Agadez au Niger a saisi 200 kilogrammes de cocaïne dans le véhicule du maire de Fachi. Les enquêteurs ont rapidement conclu que ce n'était pas une première pour le maire et lui et son chauffeur ont été appréhendés par l'Office central de répression du trafic illicite des stupéfiants (OCRTIS).

Le 28 novembre 2023, au large de Dakar, un navire a été intercepté, avec 3 tonnes de cocaïne. Une saisie, s'inscrivant dans la lignée des 800 kilos capturés en janvier et des 300 kilos d'octobre 2022.

En septembre 2022, la National Drug Law Enforcement Agency (NDLEA) du Nigeria a saisi 1,8 tonne de cocaïne dans un entrepôt à Lagos tandis que le Bénin, avec une saisie de 2,5 kg de cocaïne en octobre dernier, révèle les liens complexes des cartels internationaux transitant par l'Afrique de l'Ouest.

Les Nations Unies pointent du doigt la pauvreté comme instigatrice d'un réseau de trafiquants de drogue en Guinée-Bissau, où 980 kg de cocaïne ont été saisis en novembre 2021. Une affaire qui a pris une tournure surprenante avec la disparition de 975 kg, impliquant même un officier de police. La Guinée-Bissau a également été au centre d'une opération en mars 2019, avec la saisie de 789 kg de cocaïne dissimulés dans un camion appartenant à un partisan d'un groupe terroriste.



Le Bénin a également fait une saisie de 145,5 kg de cocaïne en mai dernier, aboutissant à l'arrestation de 14 personnes, dont le premier responsable de l'Office central de répression du trafic illicite des drogues et des précurseurs (OCERTID).

Le Togo, avec plus de 8 tonnes de drogues diverses, dont 56 kg de cocaïne, saisies en 2021 joue aussi sa partition, tandis que plus de 50 tonnes de drogue, dont 236 kg de cocaïne, ont été incinérées l'année dernière.

En juin 2023, la marine et la douane mauritaniennes ont stoppé un navire transportant 1 218 kg de cocaïne dans leurs eaux territoriales et en octobre dernier, 15,5 kg de cocaïne ont été arrachés des mains de trafiquants à Bababé. En dehors de la cocaïne, d'autres drogues, notamment le cannabis, l'héroïne, le tramadol transitent par l'Afrique de l'Ouest.

À en croire l'Office des Nations Unies contre la drogue et le crime, le trafic de drogue finance en partie divers groupes armés au Sahel, par le biais notamment de paiement de taxes en échange d'une protection. Des groupes armés d'allégeances diverses ont été impliqués dans le transport de cargaisons de drogues.



*Kiki Picasso*



Arbre de présentation des associations Sénégalaises

## LES BIENFAITS DE LA PAIR AIDANCE

Les études montrent que la pair-aidance contribue de manière significative à l'amélioration de la santé mentale, qu'elle réduit la stigmatisation (Yanos et al. 2011), les rechutes (Chinman et al. 2013), diminue le recours à l'hospitalisation (Phelan et al. 2001), impacte positivement la qualité de vie (Lloyd-Evans et al. 2014), apporte un soutien émotionnel, augmente l'agentivité (Mead et MacNeil 2006) et améliore le fonctionnement global des personnes vivant avec un trouble psychique (Roelandt, 2023). La présence de pair-aidants au sein des équipes constitue un levier puissant de transformation des postures, des pratiques professionnelles et des organisations de soin. La reconnaissance et l'intégration des vécus et des savoirs expérientiels, en complémentarité des savoirs académiques est un soutien actif et nécessaire aux processus individuels de rétablissement.



# ADDICTION ET RÉSILIENCE : LA RÉALITÉ DE LA CONSOMMATION DE DROGUE CHEZ LES PERSONNES LGBTIQ

Par Moriss Alexis

Il est tellement facile de porter un jugement sans chercher à dépasser les stéréotypes imposés. La cellule familiale reste l'endroit idéal pour un enfant qui souhaite acquérir les bases nécessaires pour faire face aux réalités de la vie. Peu importe le modèle, qu'il soit classique, recomposé ou autre, la famille demeure le premier environnement auquel une personne est confrontée, constituant ainsi le socle basique pour une éducation exemplaire de chaque membre et pour ne jamais manquer d'affection conformément aux principes et valeurs.

Une réflexion sur l'importance pour une personne de se sentir aimée et utile devient essentielle lorsque nous sommes confrontés à l'extinction de la réflexion et l'absence d'esprit critique.

Contrairement à l'albinisme, l'orientation sexuelle n'est pas détectable à première vue dès la naissance. Elle se manifeste naturellement à l'adolescence et les coming out sont souvent absents à ce stade. Là où un parent qui constate la différence de son enfant né albinos peut relativiser, les parents de personnes LGBTIQ ne sont généralement pas mieux préparés que l'adolescent(e) à faire face aux regards des autres et leurs préjugés. La communication devient difficile, voire inexistante car avouer des sentiments qui pourraient mettre en péril les relations avec ses proches demeure peu probable. Les individus se renferment de part et d'autre, et le pire, c'est que cela peut prendre une tournure encore plus sombre car la santé mentale n'est pas une priorité chez nous. Des conflits internes émergent et peuvent éclater, entraînant ainsi la rupture des liens familiaux.



Le rejet familial est un fardeau qui fragilise la communauté LGBT. Sans le soutien de la famille, tout s'effondre autour de ceux-ci. La sécurité sociale est quasi inexistante, ce qui accentue les problèmes liés au bien-être. Cela peut mener à la dépression. Certaines personnes parviennent à résister avec l'aide de celles qui sont encore disponibles pour les soutenir, tandis que d'autres se retrouvent sans recours, livrées à elles-mêmes. Dans les deux cas, il est essentiel de créer un environnement sain pour éviter de sombrer dans des comportements nuisibles, car le choix semble devenir une notion lointaine désormais.

Les drogues sont souvent consommées de façon abusive par des gens qui connaissent des problèmes en général mais particulièrement si l'on est en plein questionnement sur des nouveaux défis à révéler dans une situation compliquée. L'influence des pairs qu'elle soit positive ou négative, s'accroît, ajoutant à la pression des nouvelles réalités créées par les tensions familiales.

Malheureusement, peu ont la chance de s'entourer de personnes assez correctes ou professionnelles pour les guider à travers cette impasse.



La consommation de drogue devient fréquente, servant à s'adapter à un nouvel état d'esprit. Il peut arriver que les personnes se rendent compte qu'il faut commettre des actes répréhensibles pour maintenir leur euphorie ou pour gagner de l'argent.

Dans ces situations, la clarté de la pensée devient un défi et il est difficile de raisonner de manière rationnelle. À côté de celles ou ceux qui sont en souffrance due aux réalités amères de la vie ou en manque d'affection nous avons les personnes qui consomment la drogue à cause du plaisir que cela procure.

Les gens qui débordent d'inspirations artistiques sont aussi des proies à la consommation abusive de drogue ; que ce soit pour le fun ou oublier ses soucis. Il est important que chaque personne addict soit consciente de sa situation afin de gérer les contraintes liées à celle-ci. Les trajectoires addictives sont plus courantes au sein de la communauté LGBT et de nombreuses études ont montré que ces personnes courent deux à trois fois plus de risques de développer une dépendance aux stupéfiants.

Qu'il s'agisse d'un mythe ou d'une réalité, il est important de reconnaître que la consommation de drogue chez les personnes LGBTIQ comme dans la population en général relève de la responsabilité de la société de prime abord ainsi que des consommateurs-eux-mêmes.

# Témoignage

J'ai commencé à me droguer dès l'âge de 19 ans (j'ai 47 ans) en raison de l'éducation et à l'environnement dans lesquels j'ai grandi.

Je suis stigmatisée et jugée parce que je fume de la drogue et c'est très difficile de s'en sortir.

Le problème est de pouvoir soutenir les personnes en leur permettant de se sentir mieux et aussi leur redonner la confiance pour se remettre dans la société.

**Nous avons besoin de méthadone et de travail.**

**Nous permettre de nous soigner (dans le sens santé globale).**

**Nous proposer des solutions pour le décrochement  
et nous permettre de nous prendre en charge.**

S.Fatim, femme UD du gra gra à Abidjan



CRÉDIT PHOTO : AÏCHA



Auteur anonyme

# TOULOUSE-MOSTAGANEM UN JUMELAGE OFFICIEUX

Adeline C. Intervenante en RdR



Sur la place Arnaud Bernard à Toulouse, des vendeurs à la sauvette proposent aux passants des cigarettes de contrebandes mais aussi un médicament en toute illégalité : le lyrica. A l'origine la prégabaline est un médicament, mais en détournant son usage, certaines personnes en font une drogue. Cela coûte deux euros le comprimé. Elle est accessible sur simple ordonnance à un tarif défiant toute concurrence, d'où le surnom de «drogue du pauvre». Lyrica est le nom commercial de la prégabaline, un psychotrope prescrit pour traiter l'épilepsie ou les troubles anxieux. Il est utilisé comme une drogue, un usage détourné qui s'avère être dangereux. Depuis quelques années, la ville de Toulouse accuse l'arrivée de nombreuses personnes en situation irrégulière en provenance de la ville côtière d'Algérie. Tout part d'une «diaspora» ancienne originaire de Mostaganem et installée à Toulouse. Les premiers arrivants sont venus avec l'immigration de travail, dans les années 1970.

Les arrivées ont été réactivées par la crise migratoire des dernières années. Un nouveau réseau d'entraide se serait ainsi mis en place, qui orienterait des milliers d'Algériens de cette commune d'environ 150.000 habitants vers la ville rose. Bateau jusqu'à Alicante, en Espagne, transit par Barcelone ou Lerida puis entrée en France par différents cols, notamment le village de Fos. Au fil des dernières années, les plus anciennement arrivés guideraient jusqu'à eux les nouveaux, dans ce qui ressemblerait à une filière. Seulement, contrairement à l'immigration ouvrière, plus aucun travail n'attend désormais les jeunes migrants à Toulouse, qui connaissent également un chômage d'environ 30% dans leur ville d'origine. Une désillusion pour qui croyait arriver dans un «el dorado» car nombre de leurs compatriotes mentent sur leur vie toulousaine, à coups de posts sur les réseaux sociaux.

## «ILS N'ONT RIEN À PERDRE ET SONT CAPABLES DE TOUT»

La délinquance en matière de stupéfiants, impliquant des Mostaganémois, a explosé en 2021 et concerne généralement des sans-papiers algériens et principalement des Mineurs non accompagnés (MNA), originaires de la ville balnéaire de Mostaganem. 400 procédures en 2016 contre 800 en 2021.

Durant l'année 2021, plus de 1000 haraga originaires de la même ville algérienne ont été arrêtés pour vol, agression ou vente de drogue. Cette situation est d'autant plus difficile quand ces jeunes arrivent en France car pris par leur propre réseau, ils déjouent le système de l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE) qui garantit une protection de tous les mineurs sur le territoire français quelque soit leur situation. Ce sont des jeunes qui ne connaissent que la débrouillardise comme mode de vie. Malheureusement leur sur-représentation en Établissement Pénitentiaire pour Mineur à Lavaré ne fait que confirmer ce constat.



## LA CONSOMMATION DE MÉDICAMENT

Échoués dans les grandes métropoles françaises, de jeunes migrants venus du Maghreb consomment fortement de la Prégabaline mais aussi un autre médicament appelé Rivotril, tous les deux des antiépileptiques. Une addiction aux effets dévastateurs qui crée un trafic de très grande ampleur. Ils l'appellent la «bola hamra», cette ampoule rouge, en France, devient «Madame Courage». De jeunes Maghrébins, marginalisés et surtout dépendants à ces médicaments se mettraient à plat ventre pour obtenir quelques comprimés de ces pilules magiques. Pris à haute dose régulière, explique un médecin de CHU, ce médicament indiqué pour traiter l'épilepsie désinhibe et transforme en machine surpuissante et on voit ainsi comment des molécules deviennent drogue de «petit voleur». Des jeunes migrants sont très souvent sous son emprise quand ils commettent des agressions.

«Il y a une longue tradition de consommation de ce médicament en Algérie mais aussi au Maroc» explique l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies.(OFDT). À tel point que « 40 % à 45 % des 12-35 ans de Casablanca en seraient usagers », indiquait un rapport de santé publique, en 2011.



Le Dr A. Mehdi, médecin responsable du CISA de Mostaganem s'est exprimé sur l'addictologie et ses conséquences sur les sujets qui ont franchi le pas pour se faire soigner. La thérapeute a rapporté des bilans de fréquentation du Centre qui sont en augmentation. Ces consultations en hausse touchent les usagers de drogues et de psychotropes qui sont en majorité demandeurs de traitement.

Elle ajoutera qu'au CISA il est observé un changement par des nouveaux symptômes détectés comme conséquence de nouveaux stupéfiants. Elle expliquera que la prise en charge est multidisciplinaire car l'accompagnement pour la réduction des risques par la prévention en addictologie est recommandé comme bonne pratique.

La thérapie de rechute, selon elle, est aussi un axe non négligé par les services dans le cadre du suivi des sujets.

L'officier chargé de communication de la police a mis en exergue l'implacable lutte contre la drogue menée depuis toujours par ce corps constitué. Il avancera des chiffres sinistrement dramatiques en les faisant parler. Il a mis en avant le bilan de l'année écoulée, où 3 633 affaires liées à la drogue ont été traitées avec une implication de 3 990 individus inculpés, soit 38,2 % des affaires criminelles résolues. Des femmes et des mineurs même en pourcentage réduit expliquent l'ampleur de la tragédie, dira l'officier. *«Ce travail de sensibilisation doit être généralisé à tous les niveaux, élargissant le front de la lutte pour réduire la consommation de ce «poison» qui n'arrête pas de disloquer la communauté. La CNAS n'est qu'un maillon de la chaîne et les autres maillons doivent aussi éveiller les consciences par la constance de la sensibilisation et de l'information».*







# SCIENCES SOCIALES ET DROGUES EN AFRIQUE FRANCOPHONE

DIVERSIFICATION DES USAGES,  
TRANSFORMATION DES APPROCHES

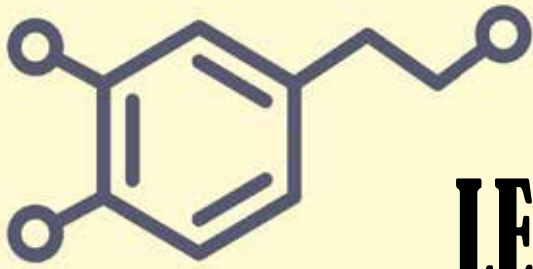
COLLOQUE INTERNATIONAL

DAKAR 21-23/05/2024

APPEL A COMMUNICATIONS OUVERT LE 01/02/24

<https://scidaf2024.sciencesconf.org>





# LE SYSTÈME DE RÉCOMPENSE ET LA DOPAMINE DANS LES ADDICTIONS

Auteur : Dr Soumahoro François

Le système de récompense du cerveau, qui implique la libération de dopamine, joue un rôle crucial dans les phénomènes d'addiction, en particulier pour les substances psychoactives.

Lorsque nous faisons quelque chose qui nous procure du plaisir, le cerveau libère de la dopamine, ce qui nous donne une sensation de satisfaction et de bien-être.

Les substances psychoactives ont un effet similaire sur le système de récompense du cerveau en augmentant la libération de dopamine, ce qui peut entraîner une sensation intense de plaisir et de satisfaction.

Cependant, l'utilisation répétée de ces substances peut modifier le système de récompense du cerveau, entraînant une augmentation de la tolérance et de la dépendance. La dopamine peut également renforcer les comportements compulsifs liés à l'utilisation de substances, créant une association forte entre l'utilisation de la substance et la sensation de plaisir intense qu'elle procure. Il est important de noter que d'autres neurotransmetteurs, tels que la sérotonine et l'endorphine, jouent également un rôle important dans la régulation de l'humeur et de la motivation.

# INFO SANTÉ

## L'INJECTION À MOINDRE RISQUE : LES OUTILS INDISPENSABLES

Les personnes qui injectent des drogues (PQID) s'exposent à des risques, notamment d'infections bactériennes à staphylocoques, mais aussi au virus du VIH et/ou de l'hépatite virale C en cas de partage de seringue. Ce document n'incite pas à l'usage de drogues ; il présente des outils permettant de réduire les risques associés à l'injection. Ne jamais partager le matériel d'injection (ni les seringues, ni le reste du matériel) : c'est la seule façon d'éviter les contaminations virales.

### LA SERINGUE

La seringue est l'outil indispensable à l'injection de drogue. Quand l'aiguille est fixée à la seringue, on parle de seringue à aiguille sertie. Ces seringues sont à privilégier, car le risque de transmission virale en cas de partage est plus faible qu'avec les autres types de seringues.

### LE RÉCIPIENT DE PRÉPARATION

Le produit à injecter doit être dissout dans de l'eau, et il est parfois chauffé. Il existe des risques de contamination si on utilise des récipients non stériles ou partagés (dessous de canette...).

Les Safecooker et Maxicooker sont des kits stériles spécifiquement dédiés à la préparation de drogues.

Ils contiennent un récipient en aluminium, il sert à préparer le mélange et peut être chauffé.

### L'EAU POUR PRÉPARATION INJECTABLE

De l'eau est nécessaire pour dissoudre le produit à injecter. L'eau pour préparation injectable (eau PPI) est une eau stérile adaptée. Du sérum physiologique (NaCl 0,9%) peut aussi être utilisé. Utiliser de l'eau non stérile (eau du robinet, eau en sachet...) expose à des risques de contaminations quand elle est injectée. Si on n'a pas d'eau stérile, il vaut mieux la faire bouillir avant.

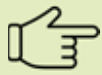
Safecooker (2,5ml)



Maxicooker (5ml)



**CHAUFFER TA PRÉPARATION  
RÉDUIT LES RISQUES DE CONTAMINATIONS  
PAR LE VIH ET LES BACTÉRIES.**



POUR EN SAVOIR PLUS  
<https://www.apothicom.org>



## LE FILTRE

La plupart des drogues nécessitent d'être filtrées parce qu'elles contiennent des particules insolubles qui se bloquent dans les vaisseaux sanguins et abîment les veines. Ces particules proviennent des produits de coupe ajoutés aux drogues de rue. Filtrer avec des filtres de cigarettes ou des morceaux de coton est très peu efficace.

Deux types de filtres ont été spécifiquement dédiés à la réduction des risques :




### LES FILTRES EN COTON

Ils sont stériles et éliminent la plupart des particules insolubles. On en trouve dans les kit Safecooker/Maxicooker, mais aussi dans les Steri5. Ils représentent une option efficace à faible cout.

### LES FILTRES MEMBRANAIRES STERIFILT

Ces filtres garantissent une filtration 100% efficace des particules insolubles et/ou des bactéries. Ils se fixent directement sur la seringue. Les substances actives ne sont pas éliminées par le filtre.

**[ À CE JOUR LE STÉRIFILT N'EST MALHEUREUSEMENT PAS DISPONIBLE EN AFRIQUE ]**

	FILTRE COTON	STERIFILT	STERIFILT+
			
ÉLIMINATION DES PARTICULES INSOLUBLES	+	+++	+++
ÉLIMINATION DES BACTÉRIES	-	-	+++

**ATTENTION ! LA FILTRATION N'ÉLIMINE PAS LES VIRUS**



# NARCOTIC CITIES :

## COUNTER-CARTOGRAPHIES OF DRUGS AND SPACES

Auteurs : Mélina Germes, Luise Klaus & Stefan Höhne

L'ouvrage collectif « *Narcotic Cities : Counter-Cartographies of Drugs and Spaces* », édité par JOVIS (printemps 2023) est la première tentative d'examiner et de remettre en question de manière critique les interconnexions entre les drogues, leurs institutions, leurs espaces et leurs lieux avec une cartographie critique et une contre-cartographie.

Ce livre, rassemble des universitaires, des activistes, des cartographes, des illustrateurs, des designers et des artistes. Les contributeurs abordent la cartographie des drogues sous des angles variés, combinant la culture académique avec des connaissances politiques et des compétences artistiques.

Le livre présente des essais graphiques explorant des récits urbains, des histoires, des politiques, des communautés, des espaces numériques et des plaisirs liés aux drogues.

Les contributions utilisent diverses techniques graphiques, allant des images satellites à des dessins à la main, et les styles d'écriture vont des souvenirs personnels aux articles scientifiques. Les «paramaps» offrent une réflexivité sur la cartographie critique et la contre-cartographie, exposant les processus de cartographie aux questions et aux critiques. Le livre présente une mosaïque riche de sujets liés aux drogues, partageant une approche non-jugeante envers leur utilisation.

Un chapitre souligne l'importance parfois de ne pas cartographier les drogues, exposant les pièges potentiels de cette pratique.



Nous avons dans ce livre un chapitre consacré à la Côte d'Ivoire : ce texte, écrit par Evanno. J et Houndji. S, explore la consommation de drogues en Côte d'Ivoire, en soulignant l'augmentation de l'usage depuis les années 2000.

Il met en lumière les «fumoirs» ou «ghettos», zones de consommation clandestines et peu étudiées en raison de la criminalisation. Contrairement aux salles de consommation officielles en Europe et en Amérique du Nord, ces espaces ne sont pas reconnus légalement. Le texte examine la structure spatiale, l'organisation sociale et économique de ces fumoirs à Abidjan, soulignant leur relation avec la société urbaine. Il explique que malgré l'interdiction stricte des substances psychoactives, ces lieux sont reconnus dans une certaine mesure. Le phénomène des fumoirs a émergé dans les années 1980, offrant aux utilisateurs de drogues un lieu clandestin de rassemblement. Ces espaces sont présents dans différentes villes du pays, avec des conditions sanitaires préoccupantes. Le fonctionnement des fumoirs est décrit comme étant basé sur un système hiérarchique, social et communautaire.

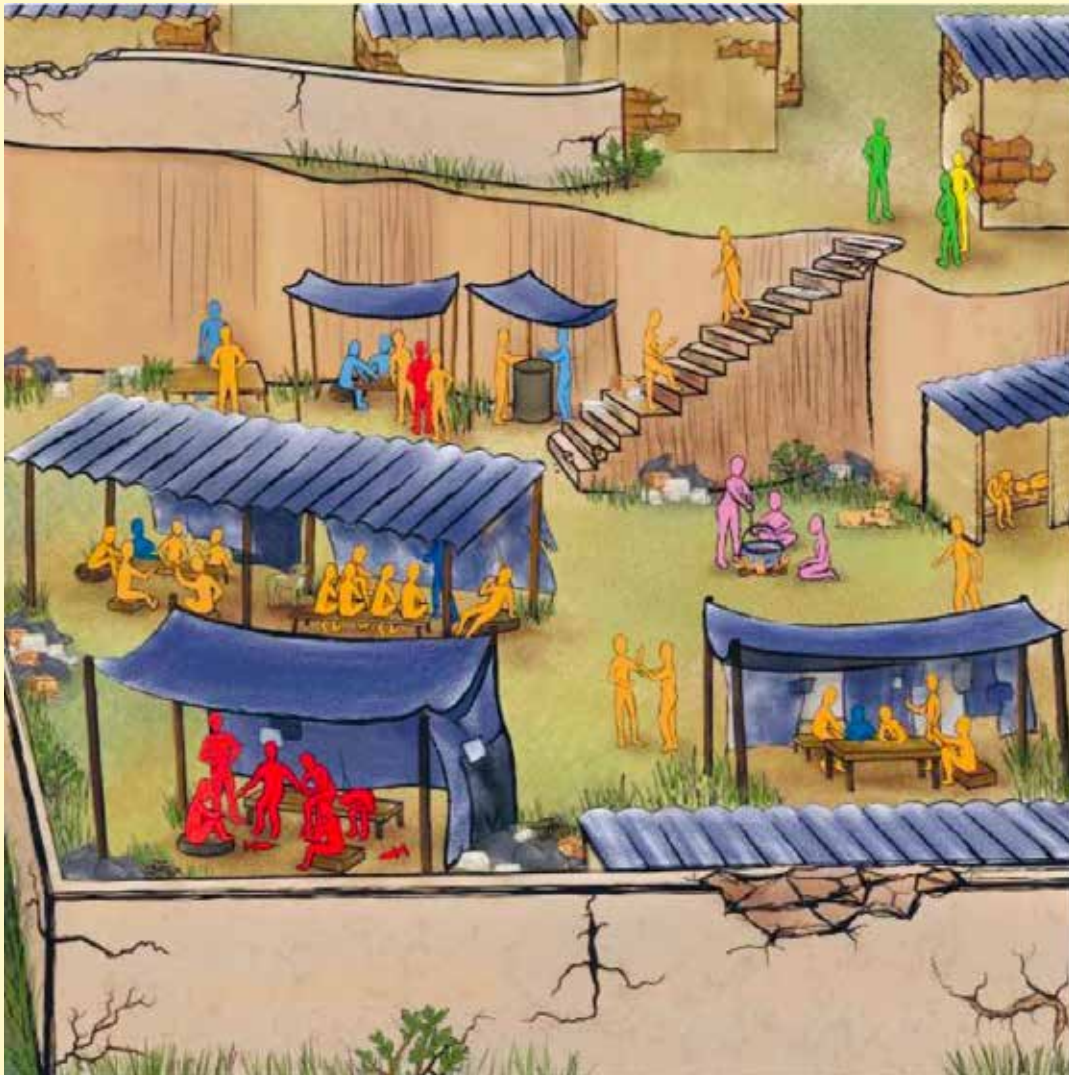


Illustration issue du livre *Narcotic Cities* : un fumoir type à Abidjan

Plus d'infos :

<https://doi.org/10.1515/9783986120184>

# LE COIN DE LA PROSE

*Mes nuits sont blanches et mes journées sont noires.  
Je me regarde dans le miroir et je ne comprends pas pourquoi  
Je ne connais pas ce reflet.  
Les joues creuses les dents qui tombent et le cerveau disjoncté.  
Je n'accepte pas la disparition de la femme que j'étais,  
Qui a laissé place au vice et au revise.  
Je pensais ça un instant et puis je baisse les yeux du miroir.  
J'inspire d'un coup sec et continue d'un coup  
Mon cerveau s'enfume et fait tout sauter.  
Dans ma tête de ma bouche.  
Je serai en nuage de fumée qui s'envole  
Comme mes pensées négatives pour le moment.  
Mais je sais qu'elles reviendront bientôt,  
Quand la fumée aura disparu...*

Coco

*J'entends des cris, je vois des crimes cruels et des larmes qui coulent.  
Au fond de leurs cœurs, les parents qui pleurent, qui perdent la tête  
Et qui vivent sans espoir à cause de leurs enfants.  
Cela me fait mal de voir tous les junkies qui pourrissent et périssent leur vie.  
Accros à la drogue, c'est marrant qu'on s'en prend aux petits poissons  
Alors que les baleines se mettent plein d'argent dans leurs poches.  
Cela devient un grand problème pour la société et pour la nation.  
Nous sommes victimes de leur team, tant de crimes pour leurs primes.  
Sombre d'ombre comme une tombe, rien ne peut leur sentir bon quand on les plonge  
Dans leurs propres tombes comme des pôles sans trône.*

Loti

# ZEN ART

## EXERCICE D'INTROSPECTION CRÉATIVE



PLUS D'INFOS : <https://fanfi.fr/30-exercices-dart-therapie/>

MONTRE-NOUS TES TALENTS !

Si tu le souhaites, partage ta création via facebook : Journal l'Arbre à Palabres  
ou par mail : j.arbreapalabres@gmail.com

Nous la publierons avec plaisir dans le prochain numéro du journal !



# RECETTE DE CUISINE

## Ragoût végétarien Sud Africain : chakalaka



### INGRÉDIENTS

2 Oignons jaunes  
2 Gousses d'ail  
1 Poivron vert  
1 Poivron rouge  
3 Tomates  
2 Carottes  
250 g Haricots blancs  
250 g Pois chiches  
Paprika  
Curry  
Piment moulu  
Thym séché  
Huile  
Sel poivre



### PRÉPARATION

Peler les oignons, l'ail et les carottes.

Hacher les oignons et l'ail puis râper les carottes.

Rincer les tomates et les poivrons, les épépiner et les couper en dés.

Dans une sauteuse, faire revenir les oignons, l'ail et les épices 3 minutes dans 2 cuillères à soupe d'huile.

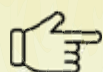
Ajouter tous les légumes coupés et cuire à feu moyen et à couvert 30 minutes.

Mélanger de temps en temps.

Égoutter les pois chiches et les haricots, les ajouter au reste de la préparation et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.

Assaisonner et servir chaud ou froid.

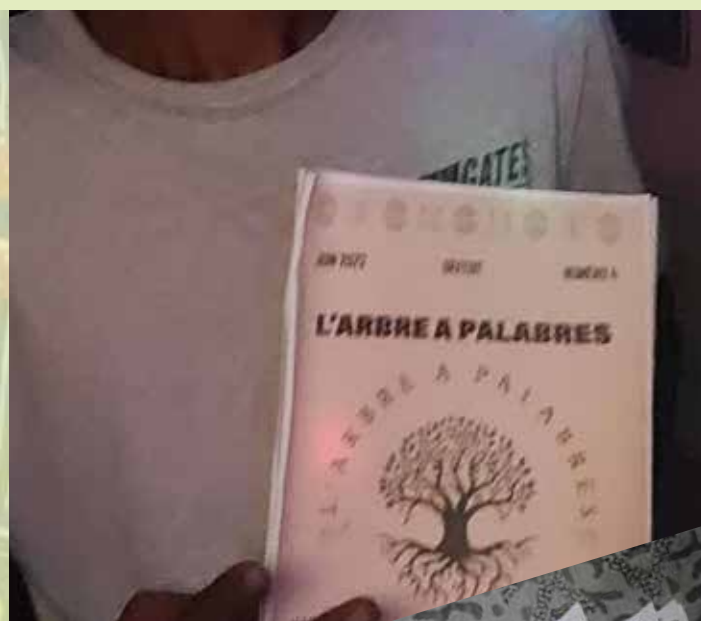
Régalez-vous !



# ON PARLE DE NOUS



PRÉSENTATION ET LECTURE DU JOURNAL L'ARBRE À PALABRES  
À DAKAR, KIGALI ET BUJUMBURA



R.I.P

L'équipe de l'Arbre à Palabres partage la peine des proches de  
Grand-mère de Côte d'Ivoire et Innocent du Rwanda



### **CEPIAD (Dakar)**

cepiad01@gmail.com

### **La communauté thérapeutique d'Assouindé (Côte d'Ivoire)**

communautetherapeutique.ci@gmail.com

+225 07 68 69 13 41

### **Centre d'Accompagnement et de soins en Addictologie d'Abidjan (CASA)**

coordo.casa@gmail.com

### **Croix-bleue de Côte d'Ivoire**

+225 07 07 85 39 80

### **Centre de soins Ghana**

+233 02 46 16 17 93

### **Centre de Maramvya (Burundi)**

centrebirashoboka@gmail.com

+257 61 21 43 95

## AUTRES ORGANISATIONS/RÉSEAUX

### **ASRDR (Sénégal)**

fatdiopm@yahoo.fr

### **Colibri Sud (Burkina-Faso)**

asscolibrisud21@gmail.com

### **ANLCDI (Niger)**

anlcdiniger@gmail.com

### **STOP ADDICTIONS (Côte d'Ivoire)**

+225 0708774877

### **Kenedougou Solidarité**

(Mali - Sikasso)

<http://www.kenesol.org>

### **IDPC**

<https://idpc.net/fr>

### **INPUD**

<https://inpud.net>

### **AFRICANPUD**

[www.africanpud.org](http://www.africanpud.org)

### **WADPN**

<https://www.wadpn.org>

## ASSOCIATIONS COMMUNAUTAIRES

### **PARUDA (Rwanda)**

**People Against Risks of Using Drugs**

paruda.org@gmail.com

+250 73 7 150 386

### **Kaz oté (La Réunion)**

secretariat.csapa@reseau-ote.fr

### **ARRUDI (Bamako - Mali)**

arrudimali45@gmail.com

### **Foyer du Bonheur (Abidjan - Côte d'Ivoire)**

foyerdubonheur225@gmail.com

### **Empower Cameroon**

empowercam0@gmail.com

### **Alt/2s**

mthiaw455@gmail.com

### **Paroles Autour de la Santé et de l'environnement (Daloa - Côte d'Ivoire)**

parolesautourdelasanteetdelenv@gmail.com

### **Parole Autour de la Santé (Guadeloupe - Côte d'Ivoire - Mali)**

parolesautourdelasante@yahoo.fr

### **Sauver Ma Santé (Mbour - Sénégal)**

sauvermasante@outlook.fr

### **SEV (Dakar - Senegal)**

baousseynou1020@gmail.com

### **Femmes engagées (Dakar - Sénégal)**

diagneaida325@gmail.com

### **SAMAS (Kaolack - Senegal)**

layendao143@gmail.com

### **Affia Santé (Touba - Sénégal)**

affiasante@gmail.com

### **WIV-HR (Burundi)**

wivhr73@gmail.com

### **BAPUD (Bujumbura-Burundi)**

bapud.organisation@gmail.com

Il est important de rappeler que toute information concernant la santé ne vise pas à remplacer l'avis d'un professionnel de la santé. Il ne s'agit pas de conseils médicaux et toute décision concernant votre santé doit être prise en collaboration avec un médecin ou un autre professionnel de la santé qualifié.

Toutes les informations juridiques contenues dans ce journal ne peuvent être interprétées comme une opinion juridique. Si tu souhaites obtenir des renseignements d'ordre juridique te concernant, tu dois à cette fin consulter un avocat. Puisque la possession et le trafic de drogue sont interdits, aucun texte publié dans ce journal ne doit être compris comme une incitation à commettre une telle infraction.

L'objectif poursuivi vise à offrir de l'information, dans une démarche par et pour les PUD, destinée à promouvoir la santé des individus et la défense de leurs droits.

En aucun cas notre/votre journal ne fait l'apologie de la drogue et incite à la consommation. Il informe sur les moyens de réduire les risques de leur consommation. Quoiqu'il en soit l'information de ce journal se veut la plus actuelle, complète et exhaustive possible, nous ne pouvons en garantir l'exactitude. Les organismes partenaires de cette publication n'assument aucune responsabilité quant à l'usage des renseignements que l'on y retrouve. Ils déclinent toute responsabilité quant au contenu des références citées.

## COMMENT PARTICIPER AU JOURNAL ?

Pour participer au journal, nous faire parvenir tes textes, poèmes, dessins et autres œuvres, écris nous à :

**[j.arbreapalabres@gmail.com](mailto:j.arbreapalabres@gmail.com)**

Tu peux aussi nous téléphoner au :  
**+225 07 68 69 13 41**

Si tu veux faire partie de la liste de diffusion et recevoir les prochains numéros du journal,

Envoie-nous un courriel à :  
**[j.arbreapalabres@gmail.com](mailto:j.arbreapalabres@gmail.com)**

## APPEL À CONTRIBUTION

Pour le prochain numéro, nous avons besoin de vos idées, de vos suggestions, et de votre participation. N'hésitez pas à contacter l'équipe de l'Arbre à Palabres !

À vos stylos !



Pour retrouver des articles et les anciens numéros du journal, visitez notre site :

**<https://journalarbreapalabres.wordpress.com/>**

**VISITEZ NOTRE FACEBOOK : JOURNAL L'ARBRE À PALABRES**



# MERCI

L'ARBRE A PALABRES



**LE JOURNAL PAR ET POUR LES PERSONNES USAGÈRES ET EX USAGÈRES DE DROGUES,  
LEURS PROCHES, ET LES PARTIES PRENANTES D'AFRIQUE FRANCOPHONE**