

Le cannabis : ce que le personnel scolaire doit savoir

La présente fiche de renseignements vise à aider les membres du personnel scolaire à avoir des discussions éclairées avec leurs élèves au sujet du cannabis récréatif.

Comment les membres du personnel enseignant peuvent-ils aborder le sujet du cannabis avec leurs élèves?

La légalisation du cannabis récréatif pour les adultes de 19 ans ou plus donne au personnel enseignant une occasion d'encourager la pensée critique concernant la consommation de substances. Elle encourage aussi les élèves à prendre, aujourd'hui et par la suite, des décisions personnelles qui les aideront à atteindre leurs objectifs à court et à long terme. Même s'il est illégal pour les jeunes de moins de 19 ans en Ontario d'utiliser, d'acheter, de posséder, de cultiver ou de donner du cannabis récréatif, la légalisation pour les adultes pourrait pousser les élèves à réfléchir davantage sur ce sujet et à poser des questions.

Pour avoir une discussion constructive avec vos élèves, abordez le sujet du cannabis de façon informée, en leur offrant votre soutien et sans porter de jugement,¹ dans le contexte d'une relation enseignant-élève positive. Pensez à votre jeunesse et à l'information dont vous aviez besoin durant cette période-là de votre vie.¹ Adaptez la discussion en fonction des connaissances dont les élèves ont besoin et fournissez des renseignements appropriés en tenant compte des points suivants :

- les raisons pour lesquelles des élèves consomment du cannabis;
- les risques liés à la consommation de cannabis;
- l'âge et le stade de développement des élèves;
- et le contexte scolaire, communautaire et familial.

Comme pour les autres substances, la plupart des élèves ne consommeront pas de cannabis,² certains en consommeront de façon récréative sans connaître de problèmes à long terme, et d'autres développeront peut-être des problèmes en raison de leur consommation.

Au cours de votre discussion, reconnaissez les différences entre l'utilisation de cannabis à des fins récréatives et la consommation à des fins médicales, qui nécessite une ordonnance en vertu de la loi fédérale.

Renseignez-vous sur les mythes courants qui peuvent influencer les élèves, comme la croyance qu'il n'est pas néfaste de faire l'essai du cannabis. Les références et les liens fournis à la fin de cette fiche de renseignements contiennent de l'information plus détaillée pour vous aider à élargir vos connaissances sur ce sujet.

Quand vous parlez à vos élèves du cannabis ou d'autres drogues, vous pouvez utiliser des approches de promotion de la santé, de prévention et de réduction des effets nocifs. Les approches de promotion de la santé et de prévention visent à favoriser le bien-être, à réduire le nombre d'élèves qui commenceront à consommer du cannabis, à retarder la première expérience, et à réduire la fréquence de la consommation.³ Les approches de réduction des effets nocifs visent à diminuer les torts et les risques associés à la consommation de cannabis.⁴ Les stratégies de réduction des effets nocifs sont de plus en plus acceptées en tant que méthode pragmatique et efficace à employer auprès de personnes pour qui le risque de consommer du cannabis est élevé ou de personnes qui consomment déjà des drogues.⁴ Fournir des renseignements fondés sur des données probantes au sujet des effets nocifs et des risques associés au cannabis peut aider les consommateurs potentiels à prendre

des décisions éclairées au sujet de l'essai de cette drogue et à connaître les précautions à prendre pour minimiser les risques.¹

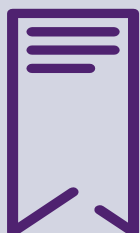
Votre bureau de santé publique local peut fournir de l'information sur les approches de promotion de la santé, de prévention et de réduction des effets nocifs.

Qu'est-ce que le cannabis?

Le cannabis (aussi appelé marijuana, herbe ou pot) est une drogue qui provient de la plante de cannabis. Il est composé de fleurs séchées et de feuilles de couleur verdâtre ou brunâtre. Il peut aussi avoir des usages médicaux, ce qui nécessite une ordonnance en vertu de la loi fédérale. Le cannabis peut être utilisé, entre autres, de l'une des façons suivantes :⁵

- fumé comme une cigarette, qu'on appelle souvent un joint ou un pétard;
- fumé ou vaporisé (parfois appelé vapotage) dans une pipe, un bong ou une cigarette électronique;
- mélangé à une boisson ou à de la nourriture (comme du thé, des carrés au chocolat et des bonbons), qu'on appelle des produits comestibles;
- consommé sous forme de teinture (extrait à base d'alcool), seule ou ajoutée à de la nourriture ou à des boissons;
- chauffé pour être inhalé en fumée (appelé « dabbing ») sous forme d'huile, de cire ou de ce qu'on appelle « shatter », faite à partir de résine de cannabis ou de haschisch.

Étant donné que le cannabis est une substance psychotrope, sa consommation comporte des risques, peu importe le mode de consommation. Certains modes sont plus nocifs que d'autres (p. ex., le fumer peut causer des dommages pulmonaires).⁶ Même si le vapotage ou les produits comestibles réduisent certains des risques pour la santé, il est important de faire comprendre aux jeunes que cela n'est pas complètement sans risque (p. ex., les produits comestibles peuvent entraîner la consommation de doses élevées, ce qui peut sérieusement affaiblir les capacités ou mener à des effets indésirables).⁶



En 2017, parmi les élèves de la 7^e à la 12^e année en Ontario, environ un sur cinq (ou 19 %) a dit avoir consommé du cannabis au moins une fois au cours de la dernière année.² De ce groupe, la plupart des élèves ont dit en avoir consommé sous forme de joint ou de produit comestible, ou à l'aide d'un bong. L'utilisation augmente avec le niveau scolaire et était à son maximum en 12^e année (37 %).² Seulement 2 % des élèves de la 7^e et 8^e année ont dit avoir consommé du cannabis. Il est important de se rappeler que 81 % des élèves de la 7^e à la 12^e année ont déclaré ne pas avoir utilisé de cannabis l'an passé.²

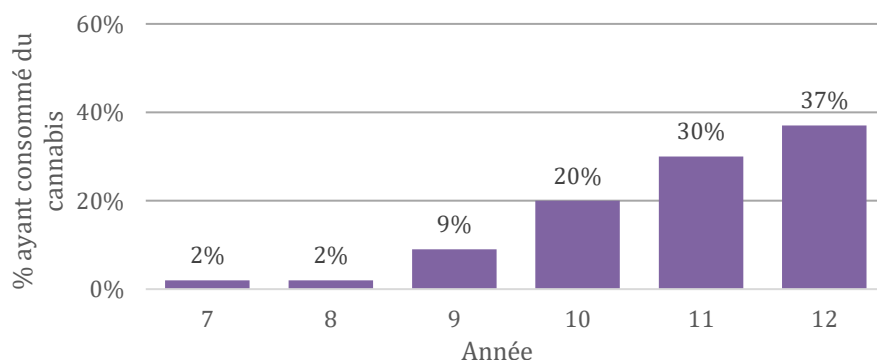


Figure 1 : Usage de cannabis autodéclaré par les étudiants de l'Ontario, 7^e à la 12^e année en 2017

Quel est l'effet du cannabis sur les émotions, les capacités cognitives et la perception?

Le cannabis contient du THC (tétrahydrocannabinol), un produit chimique qui a plusieurs effets psychiques et physiques (sensation d'euphorie appelée « high »).⁵ Pour certaines personnes, le cannabis peut procurer un sentiment de détente ou de bonheur, mais il peut aussi causer de la confusion, de la somnolence, des pertes de mémoire, de la panique, des délires et de fausses perceptions.⁷ Les études montrent que la concentration moyenne en THC du cannabis est de près de 10 % plus élevée aujourd'hui qu'il y a 30 ans.⁸

Quand le cannabis est fumé ou vaporisé, ses effets se font immédiatement sentir et peuvent durer six heures ou plus longtemps. Les effets des produits comestibles commencent de 30 minutes à 2 heures après leur ingestion et peuvent durer 12 heures ou plus.⁷ Contrairement au cannabis que l'on fume, les produits comestibles ne sont pas néfastes pour les poumons et le système respiratoire; leurs effets, cependant, peuvent prendre plus de temps à être perçus ce qui peut pousser une personne à en consommer davantage dans un court intervalle de temps.⁶ La consommation de quantités importantes de cannabis n'est pas mortelle, contrairement à d'autres substances comme l'alcool, les opioïdes ou d'autres drogues qui peuvent entraîner des surdoses fatales.⁹ Il faut savoir cependant que la consommation de quantités importantes peut avoir des conséquences négatives, comme l'augmentation du risque de paranoïa, de délire ou d'épisodes psychotiques.^{6, 7}



Faits saillants sur le cannabis

- La loi sur le cannabis récréatif en Ontario fixe des limites. Selon la loi, il est illégal pour les jeunes de moins de 19 ans de consommer, d'acheter, de posséder, de cultiver ou de donner du cannabis récréatif. Il est interdit de fumer et de vapoter du cannabis là où les cigarettes et les cigarettes électroniques sont interdites. On ne peut pas en fumer ou en vapoter à l'école, sur les terrains d'école, sur les terrains de jeux pour enfants et dans toutes les aires publiques situées dans un rayon de 20 mètres de ces lieux, ni en consommer de quelque façon que ce soit dans un véhicule automobile, sur une motoneige ou à bord d'un bateau, à quelques exceptions près.¹⁰
- Le cannabis récréatif n'a pas été légalisé parce qu'il est inoffensif.¹¹ Le gouvernement fédéral a légalisé le cannabis récréatif afin de créer des règles strictes sur la production, la distribution, la vente et la possession de cannabis au Canada. La légalisation vise à garder le cannabis hors de la portée des jeunes et à protéger la santé et la sécurité publiques en permettant aux adultes d'avoir légalement accès à du cannabis.¹²
- La majorité des élèves ne consomment pas de cannabis. La majorité des élèves disent aussi qu'ils ne prévoient pas consommer de cannabis même s'il est maintenant légal pour les adultes de le faire.²
- Le cannabis peut nuire à la mémoire, à la concentration, à la santé mentale et au bien-être physique. Le cannabis est une drogue psychotrope. Il faut savoir que le cerveau humain n'est pas entièrement développé jusqu'à l'âge de 25 ans⁵ et que la consommation de cannabis peut nuire à la santé des jeunes et au développement de leur cerveau.⁷ La fumée du cannabis contient des produits chimiques en quantités similaires à celles contenues dans la fumée du tabac, ce qui peut augmenter le risque de cancer et de maladie pulmonaire.¹³
- Le cannabis peut créer une dépendance. Environ un adolescent sur six (de 12 à 17 ans) qui commence à consommer du cannabis développera une dépendance.^{14, 15} Les personnes dépendantes peuvent présenter des symptômes de sevrage quand elles arrêtent de consommer, notamment des difficultés à dormir, une humeur dépressive et une anxiété accrue.^{1, 16}

Quels sont les risques de la consommation de cannabis pour les jeunes?

Il est peu probable que l'essai du cannabis entraîne des problèmes graves chez la plupart des personnes, mais une consommation, même occasionnelle, peut avoir des effets néfastes. Les jeunes qui utilisent du cannabis à un jeune âge, fréquemment et à long terme (pendant plusieurs mois ou années) risquent de connaître des problèmes de santé et des problèmes sociaux à long terme.^{5, 7, 8} Par exemple :

- **Effets néfastes sur le cerveau**, comme des problèmes de mémoire, de concentration, de réflexion, d'apprentissage, de gestion des émotions et de prise de décisions.^{7, 8} Des recherches ont montré que la consommation de cannabis peut nuire au fonctionnement normal du cerveau des adolescents et des jeunes adultes de moins de 25 ans, ainsi qu'au développement du cerveau.⁸
- **Problèmes à l'école**, comme des répercussions sur l'apprentissage et l'attention, des difficultés à terminer ses travaux scolaires, un rendement scolaire inférieur et un risque accru de décrochage au secondaire.⁸
- **Problèmes de santé mentale**, comme la psychose ou la schizophrénie et, possiblement, la dépression, l'anxiété et le suicide, surtout s'il y a des antécédents familiaux de maladie mentale.^{5, 7, 8}
- **Difficultés interpersonnelles**, comme des conflits à la maison, à l'école ou au travail.⁷
- **Effets néfastes sur la santé physique**, comme des problèmes pulmonaires et respiratoires causés par la fumée du cannabis.⁷
- **Dépendance**, comme de la difficulté à contrôler la quantité consommée ou la fréquence de la consommation, même si elle cause des problèmes dans la vie de la personne.¹⁷ Le cannabis peut entraîner une dépendance, surtout chez les jeunes.⁸

Comment reconnaître les signes d'un problème lié à la consommation de cannabis ou d'autres substances chez les élèves?

Comme pour les autres substances, la plupart des jeunes ne consommeront pas de cannabis, certains en consommeront de façon récréative sans connaître de problèmes à long terme, et d'autres développeront peut-être des problèmes en raison d'une consommation à long terme.² En 2017, 1,9 % des élèves de la 9^e à la 12^e année ont déclaré avoir des symptômes de dépendance au cannabis.² Il est parfois difficile de déceler un problème lié à la consommation de cannabis. Parlez avec vos élèves pour découvrir s'ils ont un problème. Certains signes peuvent ressembler à un comportement typique chez les jeunes.

Par exemple : ^{5, 18, 19}

- Ils ignorent leurs responsabilités au travail, à l'école, à la maison.
- Ils abandonnent des activités qu'ils trouvaient auparavant importantes ou amusantes.
- Ils consomment plus de cannabis, plus souvent.
- Ils se sentent incapables de réduire ou de contrôler leur consommation de cannabis.
- Leur humeur change (p. ex., ils se sentent irritables ou paranoïaques).
- Ils changent d'amis.
- Ils ont des difficultés avec des membres de leur famille, des amis et des pairs.
- Ils ont une attitude cachottière ou malhonnête.
- Leurs habitudes de sommeil, leur appétit ou d'autres comportements changent.
- Ils empruntent de l'argent ou ont plus d'argent qu'à l'habitude.

Promotion du bien-être des élèves et prévention des méfaits associés au cannabis :

Gardez les suggestions suivantes en tête quand vous parlez avec vos élèves du cannabis et d'autres substances, comme l'alcool :



Encouragez les élèves à éviter ou à retarder la consommation de cannabis. Répétez aux élèves que la meilleure façon de prévenir les effets néfastes liés au cannabis est de ne pas en consommer du tout.⁶ Rappelez-leur qu'il est illégal pour les jeunes de moins de 19 ans de consommer, d'acheter, de posséder, de cultiver ou de donner du cannabis récréatif, et que la consommation de cannabis comporte des risques pour la santé physique, la santé mentale et les capacités cognitives, en particulier pour les personnes de moins de 25 ans.



Donnez aux élèves des occasions d'en apprendre davantage sur la légalisation du cannabis. Le sujet peut être abordé dans le cadre de travaux scolaires, de débats en classe, de discussions sur les événements d'actualité ou de projets faisant intervenir toute l'école.



Suggeriez aux élèves de parler à un adulte en qui ils ont confiance. Un grand nombre de personnes peuvent aider un élève à en savoir plus sur le cannabis, à réduire les effets néfastes et à réagir à la pression exercée par les pairs⁵ (ces personnes peuvent inclure, par exemple, un parent ou tuteur, un membre de la famille, un enseignant, un membre du personnel scolaire, un leader spirituel ou culturel, un médecin ou une infirmière). Vous pouvez rappeler aux élèves qu'ils peuvent compter sur plusieurs adultes qui les aideront à prendre des décisions.



Encouragez les élèves à développer des amitiés positives et des liens avec la collectivité et l'école. De saines relations avec les parents et les pairs peuvent protéger les élèves contre les problèmes liés à la consommation de substances.²⁰ Cherchez des façons d'aider les élèves à établir des relations positives avec leurs pairs, leurs enseignants et les membres de la collectivité.



Aidez les élèves à réfléchir à des moyens de gérer leur stress et leurs émotions sans consommer de cannabis. Certains jeunes consomment du cannabis pour arriver à vaincre l'ennui, le stress, la tristesse ou la dépression.¹ Aidez les élèves à trouver des moyens de bien se sentir ou de mieux gérer leurs émotions, comme parler à une personne en qui ils ont confiance, faire appel à des services de santé mentale et de toxicomanie ou participer à des clubs, à des sports, à des passe-temps ou à d'autres activités.^{1, 5}



Rappelez aux élèves que le choix leur appartient et qu'ils peuvent résister à la pression de consommer du cannabis, exercée par d'autres. Il peut être difficile de résister à la pression sociale de consommer du cannabis, exercée par des amis ou d'autres personnes, mais il est important que les élèves sachent que la plupart des jeunes ne consomment pas de cannabis.²



Rappelez aux élèves qu'ils ne doivent jamais monter dans la voiture d'une personne qui est sous l'influence du cannabis ou d'une autre substance. La conduite après avoir consommé du cannabis double les risques d'avoir un accident de la route.²¹

Points à souligner si les élèves à qui vous parlez sont plus âgés :

En plus des remarques ci-dessus, gardez les suggestions suivantes en tête lorsque vous parlez à des élèves plus âgés ou à des élèves ayant un plus grand risque de consommer du cannabis :

- **Rappelez aux élèves qu'il est dangereux et illégal de conduire sous l'influence du cannabis.** Il est crucial de bien préciser aux élèves que pour leur sécurité, ils ne doivent jamais conduire sous l'influence du cannabis. Le cannabis peut affaiblir les facultés pendant au moins six heures,²² mais les effets peuvent durer plus longtemps, soit plus de 24 heures, selon la personne et le produit consommé.²³ Consommer du cannabis et boire de l'alcool en même temps affaiblit encore plus les facultés.²³ L'Ontario a adopté la mesure de tolérance zéro pour ce qui est des jeunes et nouveaux conducteurs, autrement dit, ces derniers ne peuvent pas avoir de cannabis dans leur organisme s'ils conduisent un véhicule automobile.
- **Encouragez les élèves à éviter de consommer en même temps du cannabis et de l'alcool, du tabac ou une autre substance.** Mélanger des drogues rend leurs effets imprévisibles, affaiblit encore plus les facultés⁷ et cause des effets secondaires nuisibles.⁶
- **Encouragez les élèves à limiter la quantité de cannabis qu'ils consomment en une fois et à réduire la fréquence de leur consommation.** La consommation fréquente de cannabis est liée à un risque plus élevé de problèmes de santé physique et mentale⁶ et peut avoir des répercussions négatives sur les relations.
- **Orientez les élèves et les membres de leur famille vers des services de soutien spécialisés si leur consommation de cannabis est fréquente ou problématique.** Dans de nombreuses collectivités, il est possible d'obtenir de l'aide de spécialistes en toxicomanie, comme des infirmières et infirmiers en santé mentale et en toxicomanie qui travaillent avec des élèves aux prises avec des problèmes de santé mentale ou de dépendance.



Références

1. Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. (2018). Parler pot avec les jeunes : Un guide de communication sur le cannabis pour les alliés des jeunes. Consulté à l'adresse : <http://www.ccsa.ca/Resource%20Library/CCSA-Cannabis-Communication-Guide-2018-fr.pdf>
2. Boak, A., Hamilton, H., Adlaf, E. M. et Mann, R. R. (2017). Drug use among Ontario students, 1977-2017: Detailed findings from the Ontario Student Drug Use and Health Survey (avec résumé en français à l'intérieur) (CAMH Research Document Series no 46). Centre de toxicomanie et de santé mentale. Consulté à l'adresse : <https://www.camh.ca/-/media/files/pdf---osduhs/drug-use-among-ontario-students-1977-2017---detailed-findings-from-the-osduhs.pdf>
3. Centre canadien de lutte contre les toxicomanies. (2007). Stratégie de prévention en toxicomanie chez les jeunes Canadiens. Consulté à l'adresse : <http://www.ccsa.ca/Resource%20Library/ccsa-011523-2007-f.pdf>
4. Santé Canada. (2018). Réduction des méfaits : Stratégie canadienne sur les drogues et autres substances. Consulté à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/strategie-canadienne-drogues-substances/reduction-mefaits.html>
5. Jeunesse sans drogue Canada. (2017). Parler cannabis. Savoir discuter avec son ado. Consulté à l'adresse : https://www.drugfreekidscanada.org/wp-content/uploads/pdf/Parler-Cannabis_FR.pdf
6. Fischer, B., Jeffries, V., Hall, W., Room, R., Goldner, E., & Rehm, J. (2011). « Lower Risk Cannabis Use Guidelines for Canada (LRCUG) : a narrative review of evidence and recommendations ». (résumé en français à la fin du texte). Canadian Journal of Public Health, 324-327.
7. Gouvernement du Canada. Effets du cannabis sur la santé. Consulté à l'adresse : <https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/campaigns/27-16-1808-Factsheet-Health-Effects-fra-web.pdf>
8. George, T. et Vaccarino, F. (2015). Toxicomanie au Canada : Les effets de la consommation de cannabis pendant l'adolescence. Ottawa (Ontario), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies.
9. Gouvernement du Canada. (2017). Accoutumance au cannabis. Consulté à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/drogues-medicaments/cannabis/effets-sante/dependance.html>
10. Gouvernement de l'Ontario. Légalisation du cannabis. Consulté à l'adresse : www.ontario.ca/fr/page/legalisation-du-cannabis.
11. Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2014). Cadre stratégique pour le contrôle du cannabis. Consulté à l'adresse : <https://www.camh.ca/-/media/files/pdfs---public-policy-submissions/cannabispolicyframework-fr-pdf.pdf>
12. Gouvernement du Canada. (2018). Ce que vous devez savoir au sujet du cannabis. Consulté à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/cannabis/canadiens.html>
13. Bryson, E. O., & Frost, E. A. (2011). «The perioperative implications of tobacco, marijuana, and other inhaled toxins». International anesthesiology clinics, 49(1), 103-118.
14. Volkow, N. D., Baler, R. D., Compton, W. M., & Weiss, S. R. (2014). «Adverse health effects of marijuana use». New England Journal of Medicine, 370(23), 2219-2227.
15. Anthony, J. C. (2006). «The epidemiology of cannabis dependence». Cannabis dependence: Its nature, consequences and treatment, 58-105.
16. Marshall, K., Gowing, L., Ali, R., & Le Foll, B. (2014). « Pharmacotherapies for cannabis dependence ». Cochrane Database Syst Rev. Vol. 12
17. British Columbia Ministry of Health Services. (2004). Every door is the right door : A British Columbia Planning Framework to Address Problematic Substance Use and Addiction. Consulté à l'adresse : http://www.health.gov.bc.ca/library/publications/year/2004/framework_for_substance_use_and_addiction.pdf
18. Centre de toxicomanie et de santé mentale. Talking About and Spotting Substance Abuse. Consulté à l'adresse : <https://www.camh.ca/en/health-info/guides-and-publications/talking-about-and-spotting-substance-abuse>
19. Équipe d'appui pour la santé mentale dans les écoles et Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2017). Fiche info – Opioides sur ordonnance, dont le Fentanyl : Ce que parents et aidants doivent savoir. Consulté à l'adresse : <https://smh-assist.ca/wp-content/uploads/Info-Sheet-Prescription-Opioids-Parent-French.pdf>
20. Hyshka, E. (2013). « Applying a social determinants of health perspective to early adolescent cannabis use – An overview ». Drugs: education, prevention and policy. Vol. 20, n° 2, pp. 110-119.
21. Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. (2015). La conduite après usage de cannabis et les jeunes. Consulté à l'adresse : <http://www.ccsa.ca/Resource%20Library/CCSA-Cannabis-Driving-Implications-for-Youth-Summary-2015-fr.pdf>
22. Initiative canadienne de recherche sur l'abus de substances – Ontario. (2018). La vérité crue: conseils pratiques sur la consommation plus sûre de cannabis. Consulté à l'adresse : <http://crismonario.ca/Pages/LRCUG.YouthBrochure.French.Final.pdf>
23. Santé Canada. (2018). Affaiblissement des facultés par le cannabis. Consulté à l'adresse : <https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/cannabis/affaiblissement-des-facultes.html>

Renseignements et ressources pour les éducateurs et les parents

- Information sur la légalisation du cannabis récréatif en Ontario : www.ontario.ca/lecannabis
- Ressources pour les éducateurs :
 - Page Web du ministère de l'Éducation: <http://www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/educators-resources.html>
 - Information et conseils sur l'abus de substances : <http://www.edu.gov.on.ca/fre/document/reports/SupportingMindsFr.pdf>
 - Ressources éducatives sur le cannabis, proposées par l'Ophea : <https://teachingtools.ophea.net/supplements/cannabis-education-resources/cannabis-resources>
- Ressources pour les parents :
 - Page Web du ministère de l'Éducation : <http://www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/parents-resources.html>
 - Page Web de l'Équipe d'appui pour la santé mentale dans les écoles : <https://smh-assist.ca/blog/fiche-de-renseignements-sur-le-cannabis/>
 - Le vrai et le faux au sujet du cannabis : <http://www.ccdus.ca/Resource%20Library/CCSA-Marijuana-Fact-and-Fiction-Infographic-2016-fr.pdf>
 - Parler cannabis : savoir discuter avec son ado : https://www.drugfreekidscanada.org/wp-content/uploads/pdf/Parler-Cannabis_FR.pdf
- Ressources sur la façon de parler des drogues aux jeunes :
 - Parler pot avec les jeunes : Un guide de communication sur le cannabis pour les alliés des jeunes: <http://www.ccsa.ca/Resource%20Library/CCSA-Cannabis-Communication-Guide-2018-fr.pdf>
 - Parler de la drogue avec les adolescents : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/toxicomanie/drogues-parle/aborder-sujet-drogues-adolescents.html>
 - Parler aux jeunes (disponible en anglais seulement) : <http://responsibilitygrowshere.com/talking-with-youth>
- Directives canadiennes au sujet de l'usage du cannabis à moindre risque :
 - Ressource pour les jeunes : <http://www.camh.ca/fr/info-sante/guides-et-publications/lrcug-for-youth>
 - Recommandations fondées sur des données probantes pour réduire les risques liés à la consommation de cannabis : <http://crismontario.ca/Pages/LRCUG.UserBrochure.Revision.French.Final.pdf>
- Données sur la consommation de substances parmi les élèves de l'Ontario (disponible en anglais seulement) : www.camh.ca/osduhs



Ressources pour les élèves :

Si un élève a besoin d'aide parce qu'il consomme du cannabis ou qu'il a de la difficulté à gérer sa tristesse ou son stress, il faut l'encourager à se confier à une personne en qui il a confiance. Offrez à l'élève de lui parler, ou recommandez-lui de parler à un autre adulte en qui il a confiance, par exemple un parent ou un tuteur, un membre du personnel scolaire (p. ex., entraîneur, directeur, conseiller d'orientation), un professionnel de la santé mentale à l'école (p. ex., travailleur social en milieu scolaire), un médecin, un leader spirituel ou culturel, ou une infirmière ou un infirmier en santé mentale et en toxicomanie. Si l'élève n'est pas prêt à parler à quelqu'un qu'il connaît, il peut parler ou clavarder anonymement avec un conseiller de Jeunesse, J'écoute, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, au 1 800 668-6868 ou à www.jeunessejecoute.ca.