Le cannabis : ce que le personnel enseignant doit savoir

La présente fiche de renseignements aidera les membres du personnel enseignant à avoir des échanges éclairés avec leurs élèves sur le cannabis récréatif.

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

La légalisation de la consommation de cannabis à des fins récréatives pour les adultes de 19 ans et plus donne l'occasion aux enseignants et aux enseignantes d'encourager la pensée critique des élèves sur la question de la consommation de substances psychoactives. La légalisation encourage par ailleurs les élèves à faire des choix, maintenant et dans l'avenir, qui leur permettront d'atteindre leurs objectifs à court et à long terme. Bien que la consommation, l'achat, la possession, la culture et le partage de cannabis soient interdits aux jeunes de moins de 19 ans en Ontario, la légalisation pour les adultes pourrait inciter les élèves à réfléchir davantage sur le sujet et à vous poser des questions.

Afin de favoriser un échange constructif avec vos élèves, abordez le sujet du cannabis de manière éclairée, en offrant votre soutien et en évitant d'adopter un ton moralisateur[1], et ce, dans le cadre d'une relation enseignant-élève positive. Prenez le temps de réfléchir aux outils qui vous auraient été utiles lorsque vous étiez jeune[1]. Lors des discussions, adaptez-vous aux besoins des élèves en matière d'information, tout en étant soucieux

- des raisons qui les poussent à consommer du cannabis;
- des risques liés à la consommation;
- de l'âge et du niveau de développement;
- du contexte scolaire, familial ou communautaire.

La plupart des élèves ne consommeront pas de cannabis ni d'autres drogues[2], certains en consommeront à des fins récréatives sans effets sur la santé, tandis que d'autres éprouveront des problèmes reliés à leur consommation.

Assurez-vous d'ailleurs de souligner les différences entre la consommation à des fins récréatives et le cannabis médical, qui nécessite une ordonnance en vertu de la loi fédérale.

Renseignez-vous sur les mythes courants qui pourraient influencer les jeunes (exemple : une bouffée d'un joint, c'est anodin). Les références et les liens à la fin de ce document contiennent des renseignements pour vous aider à élargir vos connaissances sur le cannabis.

On peut déployer une approche centrée sur la promotion de la santé, la prévention et la réduction des méfaits lorsqu'on aborde le sujet du cannabis et des autres drogues auprès des élèves. Cette approche vise à favoriser le bien-être, à éviter ou à retarder la première consommation de cannabis et à réduire la fréquence de consommation[3]. La réduction des méfaits vise la diminution des conséquences néfastes liées à la consommation de cannabis[4]. Cette stratégie est de plus en plus acceptée comme une approche pragmatique et efficace pour les personnes qui font usage de drogues et qui sont plus à risque de consommer du cannabis[4.] Lorsqu'on parle des risques liés à la consommation de cannabis, l'information basée sur des données probantes peut aider les usagers potentiels à faire des choix éclairés sur la consommation et à prendre certaines précautions afin de réduire les risques[1].

Qu'est-ce que le cannabis?

Le cannabis (aussi appelé « marijuana » ou « pot ») est une drogue dérivée de la plante du même nom et composée de fleurs et de feuilles séchées, brunâtres et verdâtres. Il peut servir à des fins médicinales avec l'autorisation d'un médecin en vertu de la législation fédérale. Il existe de nombreuses façons de consommer du cannabis; en voici une liste non exhaustive[5] :

- Le fumer comme une cigarette, sous forme de « joint », dans une pipe ou dans un barboteur (*bong*).
- Le vapoter dans une cigarette électronique ou un autre accessoire de vapotage.
- Le mélanger dans des boissons ou des aliments : infusion, brownie, bonbon ou autres comestibles.
- L'ingérer sous forme de teinture ou d'extrait concentré, avec ou sans boisson ou nourriture.
- Le chauffer et l'inhaler sous forme d'huile ou de substance résineuse extraite du cannabis. Aussi appelé haschich.

En raison de ses propriétés psychoactives, le cannabis, consommé sous toutes ses formes, comporte des risques. Cela dit, certains modes de consommation sont plus nocifs que d'autres; le fumer peut occasionner des dommages aux poumons, par exemple[6]. Il est toutefois important d'expliquer aux jeunes que les produits comestibles ne sont pas anodins, même s'ils peuvent réduire les risques liés à la fumée de cannabis[6].

En quoi consiste le cannabis comestible?

Le cannabis peut être consommé de plusieurs façons : fumé, vapoté, ingéré avec des boissons ou des aliments, absorbé par les muqueuses buccales, sous forme d'huile ou à l'aide d'un vaporisateur, ou par la voie transdermique, sous forme d'onguent ou de baume[7].

Les boissons et les aliments contenant du cannabis, dits « comestibles », peuvent ressembler à des aliments ou à des bonbons, parfois attrayants pour les enfants et les jeunes[8]. Il est donc essentiel de les identifier et de les entreposer dans un lieu sûr et hors de la portée des enfants, des jeunes et des animaux de compagnie afin d'éviter une ingestion accidentelle[8, 9].

Le cannabis dans les produits comestibles est absorbé par le système digestif et le foie, un processus qui est plus lent que l'inhalation, mais dont les effets sont plus intenses[10, 11]. Le délai d'apparition des effets varie entre 30 minutes et deux heures après l'ingestion; ces effets, parfois puissants et « corporels », peuvent durer jusqu'à 12 heures, et certains effets résiduels, peuvent durer jusqu'à 24 heures[7, 8, 10]. L'intensité et la durée des effets dépendent de plusieurs facteurs : la quantité de nourriture consommée, l'accoutumance au cannabis, la méthode de préparation et l'intensité du produit, la consommation concomitante (p. ex. : alcool) et le poids de l'usager, entre autres.

Comparativement au cannabis inhalé, le cannabis ingéré est potentiellement moins néfaste, car il n'occasionne aucun dommage aux poumons ou au système respiratoire[7]. Cependant, les produits comestibles présentent certains risques pour la santé. Par exemple, les effets apparaissant moins rapidement, l'usager peut être amené à en consommer davantage dans un court laps de temps[6]. Le résultat : un risque accru d'événements indésirables, d'hallucinations et d'idées paranoïdes[12]. Pour en savoir plus sur les risques liés à la consommation du cannabis pour les jeunes, voir la page 5.
Santé Canada exige que le cannabis comestible, les extraits de cannabis et le cannabis pour usage topique soient vendus dans des emballages sécuritaires et neutres afin de réduire l'attrait pour les jeunes.[13]

En 2019, parmi les élèves de la 7e à la 12e année en Ontario, un sur cinq (22 %) a dit avoir consommé du cannabis au moins une fois lors de l'année précédente[2]. Parmi eux, la plupart en ont consommé sous forme de joint, de produits comestibles ou à l'aide d'un barboteur (*bong*). Il n'y a pas eu de hausse importante du nombre d'élèves ayant déclaré avoir consommé du cannabis par rapport à celui de 2017[2]. Seulement 1 % des élèves de la 7e année et 5 % des élèves de la 8e année ont indiqué avoir consommé du cannabis. Le taux de consommation augmente avec le niveau scolaire et il est à son maximum parmi les élèves de 12e année (40 %)[2]. Il faut souligner que 78 % des élèves de la 7e à la 12e année ont affirmé ne pas avoir consommé de cannabis lors de l'année précédente[2].

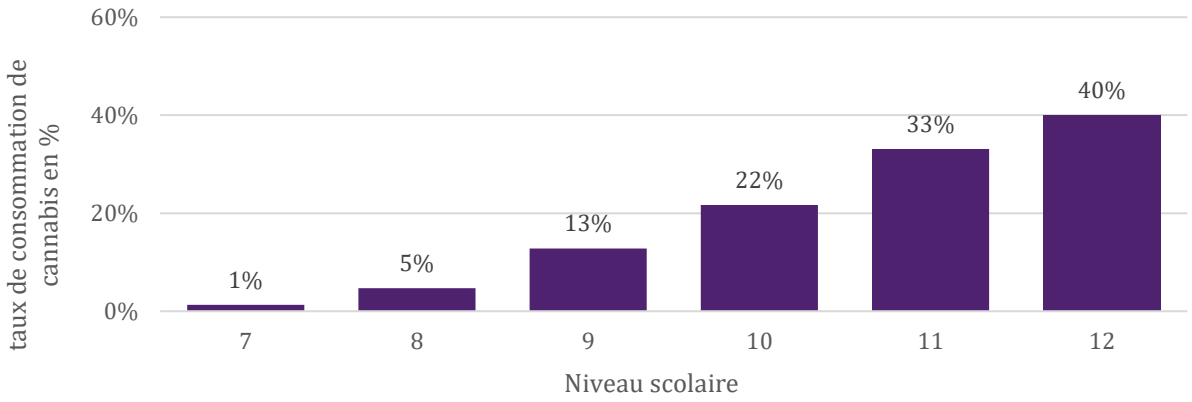

Figure 1 : Consommation de cannabis déclarée par les élèves de la 7e à la 12e année en Ontario, 2019

Quels sont les effets du cannabis sur les émotions, les fonctions cognitives et la perception?

Le cannabis contient du THC (tétrahydrocannabinol), un composé chimique qui provoque de multiples effets psychologiques et physiques, ou un *high*[5]. Les effets peuvent varier d'un consommateur à l'autre : détente et euphorie chez les uns, confusion, somnolence, diminution de la mémoire, anxiété, hallucinations et perception altérée chez les autres[14]. Des études démontrent que la concentration de THC dans le cannabis a augmenté d'environ 10 % au cours des 30 dernières années[15].

Lorsque fumé ou vaporisé, le cannabis provoque des effets immédiats qui peuvent durer six heures ou plus[14]. Pour le cannabis comestible, le délai d'apparition des effets varie entre 30 minutes et deux heures; ces effets peuvent durer jusqu'à 12 heures, et certains effets résiduels peuvent durer jusqu'à 24 heures[7, 8, 10]. Les effets apparaissent moins rapidement, ce qui peut inciter l'usager à en consommer davantage dans un court laps de temps[6]. Contrairement à d'autres types de drogues, dont l'alcool et les opioïdes, le cannabis ne présente aucun risque de surdose fatale. Cependant, la consommation abusive de cannabis peut entraîner des effets indésirables comme un risque accru de nausées et de vomissements, d'idées paranoïdes, d'hallucinations ou de psychoses[6, 12, 14, 30].

Le cannabis : faits saillants

- Aperçu de la loi qui encadre le cannabis récréatif en Ontario : la loi interdit aux jeunes de moins de 19 ans de consommer, d'acheter, de posséder, de cultiver et de partager du cannabis, y compris des produits comestibles, des extraits et des produits à usage topique. Il est d'ailleurs interdit de fumer ou de vapoter du cannabis à tout endroit où le tabac et la cigarette électronique sont prohibés. Il est interdit de fumer ou de vapoter à l'école, sur les terrains des écoles et dans les terrains de jeux, ainsi que dans tous les lieux publics situés à moins de 20 mètres de ces terrains. Le cannabis est aussi interdit dans tous les véhicules motorisés, dont les motoneiges et les bateaux, sous réserve de certaines exemptions.[17]
- Le cannabis récréatif est légal, mais pas banal[18]. Le gouvernement fédéral l'a légalisé afin d'encadrer la production, la distribution, la vente et la possession de celui-ci au Canada. La légalisation a pour but de garder le cannabis hors de la portée des jeunes et de protéger la santé et la sécurité publiques en donnant un accès légal au cannabis à la population adulte[19].
- La majorité des élèves ne consomment pas de cannabis. La plupart des élèves ont aussi déclaré qu'ils n'avaient pas l'intention d'en consommer lors de sa légalisation[2].
- Le cannabis est une substance psychoactive qui peut nuire à la mémoire, à la concentration et à la santé mentale et physique. Le cannabis peut aussi nuire à la santé et au développement du cerveau chez les jeunes[14], un point particulièrement important, car le cerveau humain arrive seulement à sa pleine maturité à l'âge de 25 ans[5]. La fumée de cannabis peut contenir autant de produits chimiques que le tabac, un facteur de risque de cancer et de maladies pulmonaires[20].
- Le cannabis peut créer une dépendance. Parmi les adolescents de 12 à 17 ans qui en consomment, environ un sur six développera une dépendance[21, 22]. En cas de dépendance, la personne qui veut arrêter peut éprouver des symptômes de sevrage, dont l'insomnie, la dépression et l'anxiété[1, 23].

Quels risques présente la consommation de cannabis pour les jeunes?

Pour la plupart des gens, la consommation de cannabis, aux seules fins d'expérimentation, n'entraînera pas de problèmes graves. Cependant, la consommation, même occasionnelle, est parfois nuisible. Chez les jeunes, la consommation fréquente et prolongée pose des risques pour la santé à long terme et provoque des problèmes sociaux[5, 14, 15].

Exemples :

- Dommages au cerveau, dont des problèmes de mémoire, de concentration, de raisonnement, d'apprentissage, de gestion des émotions et de prise de décisions[14, 15]. Selon des études, le cannabis peut nuire au fonctionnement et au développement du cerveau chez les jeunes et les adultes de moins de 25 ans[15].
- Difficultés scolaires, dont les troubles d'apprentissage et de l'attention, les difficultés avec les travaux scolaires, les mauvais rendements scolaires et les risques de décrochage au secondaire[15].
- Troubles de santé mentale : psychose ou schizophrénie, possibilité de dépression, d'anxiété et de suicide, surtout s'il y a des prédispositions personnelles ou familiales[5, 14, 15].
- Difficultés relationnelles : conflits à la maison, à l'école ou au travail[14].
- Risques pour la santé physique, dont les maladies respiratoires causées par la fumée de cannabis.[14]
- Dépendance : difficulté à maîtriser sa consommation (fréquence, quantité), malgré les problèmes personnels liés à la consommation[24]. À ce chapitre, les jeunes sont particulièrement vulnérables[15].

Comment reconnaître les signes d'une consommation problématique de cannabis et d'autres drogues chez les jeunes?

La plupart des jeunes ne consommeront pas de cannabis ni d'autres drogues, certains en consommeront à des fins récréatives sans aucun effet permanent sur leur santé, tandis que d'autres en feront une consommation abusive qui pourrait entraîner des problèmes. En 2019, 3,4 % des élèves de la 9e à la 12e année ont déclaré des symptômes liés à la dépendance au cannabis[2]. Les signes de dépendance au cannabis ne sont pas toujours évidents. Cependant, certains changements de comportements peuvent s'avérer révélateurs[5, 25, 26]. La personne peut :

- négliger ses responsabilités au travail, à l'école ou à la maison;
- perdre de l'intérêt pour ses activités, ses loisirs;
- avoir l'humeur changeante (p. ex. : irritabilité et idées paranoïdes);
- changer d'amis;
- avoir des conflits personnels avec sa famille, ses amis et ses collègues;
- devenir cachotière ou malhonnête;
- avoir le sommeil et l'appétit perturbés, avoir d'autres changements de comportement;
- emprunter de l'argent ou en avoir plus que d'habitude;
- consommer plus de cannabis ou plus fréquemment;
- se sentir incapable de réduire ou de contrôler sa consommation.

Comment favoriser le bien-être des élèves et prévenir les risques liés au cannabis?

Gardez les recommandations suivantes à l'esprit lorsque vous discutez du cannabis et d'autres drogues, dont l'alcool, avec vos élèves :

Encouragez les élèves à éviter ou à retarder la consommation de cannabis, tout en soulignant que le cannabis peut nuire à la santé physique, à la santé mentale et aux facultés cognitives, surtout pour les personnes de moins de 25 ans. La meilleure méthode de prévention est l'abstinence[6]. Rappelez-leur que la consommation, l'achat, la possession, la culture et la distribution de cannabis sont illégaux pour les jeunes de moins de 19 ans.

Offrez-leur l'occasion d'en apprendre davantage sur la légalisation du cannabis à l'aide de travaux pratiques, de débats en classe, de discussions sur l'actualité ou de projets dans leur école.

Encouragez vos élèves à en discuter avec un adulte de confiance et aidez-les à identifier les personnes (parent ou tuteur, membre de la famille, enseignant, membre du personnel scolaire, chef spirituel ou culturel, médecin ou infirmière) et les ressources communautaires qui vont les aider à mieux comprendre le cannabis, à en réduire les risques, à faire des choix éclairés et à gérer la pression des pairs[5]. Rappelez-leur aussi qu'ils peuvent compter sur plusieurs adultes pour les aider à faire des choix éclairés.

Encouragez-les aussi à établir des liens d'amitié et à tisser des liens solides au sein de l'école et de la communauté. Des relations saines avec leurs parents et leurs pairs peuvent les mettre à l'abri de la dépendance aux drogues[27]. Élaborez des pratiques qui aideront les élèves à tisser des liens positifs avec leurs pairs, leurs enseignants ou d'autres personnes de leur milieu.

Outillez les élèves pour qu'ils apprennent à gérer leur stress et leurs émotions sans l'aide du cannabis. Pour certains jeunes, le cannabis est une béquille pour atténuer l'ennui, le stress, la tristesse ou la dépression.[1] Vous saurez donc les aider à trouver d'autres outils pour assurer leur bien-être et leur santé émotionnelle; par exemple, parler avec une personne en qui ils ont confiance, faire appel à des services de santé mentale et de traitement des dépendances ou encore participer à des clubs, à des sports, à des loisirs ou à d'autres activités[1, 5].

Rappelez-leur qu'ils peuvent s'affirmer devant la pression de leurs pairs lorsqu'il s'agit de consommation de cannabis. Il n'est pas facile de résister à cette pression, mais il est important qu'ils sachent que la majorité des jeunes ne consomment pas de cannabis[2]. Parmi les élèves de la 7e à la 12e année en Ontario, près de quatre élèves sur cinq n'ont pas consommé de cannabis au cours de l'année précédente[2].

Rappelez-leur aussi de ne jamais monter dans une voiture dont le conducteur a consommé du cannabis ou toute autre drogue. Un conducteur dont les facultés sont affaiblies par le cannabis a deux fois plus de risques d'avoir un accident de la route qu'un conducteur qui n'a pas consommé.[28]

Comment aborder le sujet avec les élèves plus âgés?

En plus des messages susmentionnés, voici quelques suggestions qui s'appliquent aux élèves plus âgés ou à ceux qui sont plus à risque de consommer du cannabis :

- Rappelez-leur qu'il est interdit et dangereux de conduire avec les facultés affaiblies par le cannabis. Il est impératif de leur souligner que, pour leur sécurité, la conduite automobile avec les facultés affaiblies par le cannabis est à proscrire absolument. L'intoxication au cannabis peut durer plus de six heures[29], et elle peut aller jusqu'à 24 heures, selon la personne et le produit consommé[30]. D'ailleurs, la consommation de cannabis en combinaison avec de l'alcool augmente le niveau d'intoxication[30]. La loi ontarienne applique la « tolérance zéro » en matière de cannabis au volant pour les jeunes et les nouveaux conducteurs; bref, la conduite automobile est interdite s'il y a présence détectable de cannabis dans l'organisme.
- Prévenez les jeunes contre la consommation de cannabis combinée à l'alcool, au tabac ou à d'autres drogues. Le mélange de substances psychoactives peut générer des effets imprévisibles, augmenter le niveau d'intoxication[14] ou causer des effets indésirables[6].
- Encouragez les étudiants à limiter la quantité de cannabis consommée chaque fois et à réduire la fréquence de consommation. La consommation fréquente de cannabis augmente les risques pour la santé physique et mentale et elle peut nuire aux relations interpersonnelles.
- Orientez les élèves et leur famille vers des services de santé spécialisés si la consommation de cannabis est fréquente ou problématique. Dans de nombreuses régions, il est possible d'obtenir de l'aide de spécialistes en traitement des dépendances, dont des infirmières en santé mentale et en toxicomanie qui travaillent avec des élèves aux prises avec des problèmes de santé mentale et de dépendance.

Ressources additionnelles pour les enseignants et les parents

- Renseignements sur la légalisation du cannabis à des fins récréatives en Ontario : www.ontario.ca/fr/page/cannabis
- Ressources publiques de Santé Canada pour vous conseiller dans vos discussions sur le cannabis : https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/drogues-medicaments/cannabis/ressources.html
- Le Pôle d'échange des connaissances sur le cannabis est une source crédible de renseignements pour le personnel enseignant et les autres professionnels (forum de discussion en anglais seulement) : http://cannabisknowledgehub.ca/fr/
- Ressources pour les enseignants :
  - Page Web du ministère de l'Éducation : www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/educators-resources.html
  - Renseignements et conseils sur l'abus de drogues : http://www.edu.gov.on.ca/fre/document/reports/SupportingMindsFr.pdf
  - Ressources pédagogiques : https://carrefourpedagogique.ophea.net/supplements/cannabis-education-resources/cannabis-resources
  - Ressources à l'intention des écoles sur la consommation de cannabis chez les jeunes : http://www.edu.gov.on.ca/fre/healthyschools/cannabis-fact-sheet-fr.pdf
- 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 Santé mentale en milieu scolaire Ontario : https://smho-smso.ca/accueil/
  - Mythes et réalités sur le cannabis : www.ccdus.ca/Resource%20Library/CCSA-Marijuana-Fact-and-Fiction-Infographic-2016-fr.pdf
  - Parler cannabis avec son ado : https://www.drugfreekidscanada.org/wp-content/uploads/pdf/Parler-Cannabis_FR.pdf
- Comment aborder le sujet de la drogue avec les jeunes :
  - Parler pot avec les jeunes, un guide de communication sur le cannabis pour les alliés des jeunes : https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-04/CCSA-Cannabis-Communication-Guide-2018-fr_0.pdf
  - Aborder le sujet de la drogue avec les ados : https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/drogues-parle/aborder-sujet-drogues-adolescents.html
  - Parler de drogue avec les jeunes (en anglais seulement) : https://responsibilitygrowshere.com/marijuana-talking-tips-for-adults/
- Recommandations pour l'usage du cannabis à moindre risque au Canada :
  - Ressources à l'intention des jeunes : http://www.camh.ca/fr/info-sante/guides-et-publications/lrcug-for-youth
  - Recommandations fondées sur des données probantes pour la réduction des risques liés à la consommation de cannabis : http://crismontario.ca/Pages/LRCUG.UserBrochure.Revision.French.Final.pdf
- Données sur la consommation de drogues chez les élèves en Ontario (en anglais seulement) : www.camh.ca/osduhs

Ressources pour les élèves

Lorsqu'un élève cherche de l'aide pour gérer sa consommation de cannabis, la tristesse ou le stress, il faut d'abord l'encourager à en parler avec une personne en qui il a confiance. Offrez-lui votre soutien ou guidez-le vers un mentor, par exemple un parent ou un tuteur, un membre du personnel scolaire (entraîneur, directeur, conseiller d'orientation), un professionnel de la santé à l'école (intervenant social en milieu scolaire), un médecin, un chef spirituel ou culturel, ou une infirmière en santé mentale et en toxicomanie. Si l'élève n'est pas prêt à en parler avec une personne qu'il connaît, il peut clavarder ou parler avec un conseiller de Jeunesse, J'écoute, en toute confidentialité, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, en appelant au 1 800 668-6868 ou en consultant www.jeunessejecoute.ca

Références bibliographiques

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.* [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-04/CCSA-Cannabis-Communication-Guide-2018-fr_0.pdf
2. BOAK, A., HAMILTON, H., ADLAF, E. M. & MANN, R. E. (2017). *Drug use among Ontario students, 1977-2019: Detailed findings from the Ontario Student Drug Use and Health Survey (OSDUHS)* (avec résumé en français). Centre de toxicomanie et de santé mentale. [en ligne] https://www.camh.ca/en/science-and-research/institutes-and-centres/institute-for-mental-health-policy-research/ontario-student-drug-use-and-health-survey---osduhs
3. CENTRE CANADIEN SUR LES DÉPENDANCES ET L'USAGE DE SUBSTANCES. (2007). *A Drug Prevention Strategy for Canada's Youth*. [en ligne] http://www.ccsa.ca/Resource%20Library/ccsa-011522-2007-e.pdf
4. SANTÉ CANADA. (2018). *Réduction des méfaits : Stratégie canadienne sur les drogues et autres substances*. [en ligne] 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.* [en ligne] 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.* Canadian Journal of Public Health, p. 324–327.
7. ASSOCIATION CANADIENNE DE SANTÉ PUBLIQUE. (2018). *Cannabases*. [en ligne] https://www.cpha.ca/sites/default/files/uploads/resources/cannabis/cannabasics-2018-fact-sheets-f.pdf
8. CENTRE CANADIEN SUR LES DÉPENDANCES ET L'USAGE DE SUBSTANCES. (2019). *Cannabis comestible, extraits de cannabis et cannabis pour usage topique : fiche d'information sur les nouveaux produits du cannabis*. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-06/CCSA-Cannabis-Edibles-Extracts-Topicals-Topic-Summary-2019-fr_1.pdf
9. CENTRE CANADIEN SUR LES DÉPENDANCES ET L'USAGE DE SUBSTANCES. (2019). *Pour un entreposage sécuritaire du cannabis*. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-07/CCSA-Safe-Storage-of-Cannabis-Infographic-2019-fr.pdf
10. CENTRE CANADIEN SUR LES DÉPENDANCES ET L'USAGE DE SUBSTANCES. (2019). *7 choses à savoir sur le cannabis comestible*. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-06/CCSA-7-Things-About-Edible-Cannabis-2019-fr.pdf
11. CENTRE CANADIEN SUR LES DÉPENDANCES ET L'USAGE DE SUBSTANCES. (2019). *Cannabis : l'inhalation vs l'ingestion*. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-10/CCSA-Cannabis-Inhaling-Ingesting-Risks-Infographic-2019-fr.pdf
12. GOUVERNEMENT DU CANADA. (2019). *Le cannabis et votre santé*. [en ligne] https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/cannabis/effets-sante.html
13. GOUVERNEMENT DU CANADA. (2019). *Document d'information : Version définitive de la réglementation sur les nouveaux produits du cannabis*. [en ligne] https://www.canada.ca/fr/sante-canada/nouvelles/2019/06/document-dinformation-version-definitive-de-la-reglementation-sur-les-nouveaux-produits-du-cannabis.html
14. Gouvernement du Canada. (2017). *Effets du cannabis sur la santé*. [en ligne] https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/campaigns/27-16-1808-Factsheet-Health-Effects-fra-web.pdf
15. GEORGE, T. ET VACCARINO, F. (2015) *Toxicomanie au Canada : Les effets de la consommation de cannabis pendant l'adolescence*, Ottawa, Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-04/CCSA-Effects-of-Cannabis-Use-during-Adolescence-Report-2015-fr.pdf
16. GOUVERNEMENT DU CANADA. (2017). *Accoutumance au cannabis*. [en ligne] https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/drogues-medicaments/cannabis/effets-sante/dependence.html
17. Gouvernement de l'Ontario. (2019). *Lois sur le cannabis*. [en ligne] https://www.ontario.ca/fr/page/lois-sur-le-cannabis
18. CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTÉ MENTALE. (2014). *Cadre stratégique pour le contrôle du cannabis*. [en ligne] https://www.camh.ca/-/media/files/pdfs---public-policy-submissions/cannabispolicyframework-fr-pdf.pdf
19. GOUVERNEMENT DU CANADA. (2018). *Ce que vous devez savoir au sujet du cannabis*. [en ligne] https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/cannabis/canadiens.html
20. BRYSON, E.O. & FROST, E.A. « The perioperative implications of tobacco, marijuana, and other inhaled toxins », *International Anesthesiology Clinics*, *49* (1), 2011, p. 103–118.
21. VOLKOW, N.D., BALER, R.D., COMPTON, W.M. & WEISS, S.R. « Adverse health effects of marijuana use », *New England Journal of Medicine*, *370* (23), 2014, p. 2219–2227.
22. ANTHONY, J.C. « The epidemiology of cannabis dependence », paru dans Roffman, A.R. & Stephens, R.S. (Eds.), *Cannabis Dependence: Its Nature, Consequences and Treatment*, Cambridge, Cambridge University Press, 2006, p. 58-105
23. MARSHALL, K., GOWING, L., ALI, R. & LE FOLL, B. « Pharmacotherapies for cannabis dependence », *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2014. p.12.
24. 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.* [en ligne] http://www.health.gov.bc.ca/library/publications/year/2004/framework_for_substance_use_and_addiction.pdf
25. CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTÉ MENTALE. (2019). *Talking About and Spotting Substance Abuse*. [en ligne] https://www.camh.ca/en/health-info/guides-and-publications/talking-about-and-spotting-substance-abuse
26. SANTÉ MENTALE EN MILIEU SCOLAIRE ONTARIO ET CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTÉ MENTALE. (2017). *Info Sheet – Prescription Opioids, Including Fentanyl: What Parents and Caregivers Need to Know*. [en ligne] https://smh-assist.ca/wp-content/uploads/Info-Sheet-Prescription-Opioids-Parent-English.pdf
27. HYSHKA, E. « Applying a social determinants of health perspective to early adolescent cannabis use–An overview », *Drugs: Education, Prevention and Policy*, *20* (2), 2013, p. 110–119.
28. CENTRE CANADIEN DE LUTTE CONTRE LES TOXICOMANIES. (2015). *La conduite après usage de cannabis et les jeunes*. [en ligne] https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-04/CCSA-Cannabis-Driving-Implications-for-Youth-Summary-2015-fr.pdf
29. INITIATIVE CANADIENNE DE RECHERCHE EN ABUS DE SUBSTANCE. (2018). *La vérité crue : conseils pratiques sur la consommation plus sûre de cannabis.* [en ligne] http://crismontario.ca/Pages/LRCUG.YouthBrochure.french.Final.pdf
30. SANTÉ CANADA. (2018). *Affaiblissement des facultés par le cannabis*. [en ligne] https://www.canada.ca/en/services/health/campaigns/cannabis/impairment.html