

Parents : Aidez vos ados à faire la distinction entre les faits et la fiction au sujet de la marijuana

Les faits suivants vous surprendront peut-être

- Les jeunes commencent à consommer de la marijuana à environ 15 ou 16 ans
- Jusqu'à 10 % des élèves de 12^e année ont dit qu'ils consommaient de la marijuana tous les jours ou presque

LES ADOS DISENT « CE N'EST QUE DE L'HERBE »

L'herbe est naturelle
et donc inoffensive

Tout le monde en consomme

L'herbe améliore la
concentration

L'herbe fait de moi un meilleur
conducteur; c'est mieux que
de conduire après avoir bu
de l'alcool

L'herbe ne crée pas de
dépendance et ne « brûle »
pas le consommateur

Pour en savoir plus, lisez
*Ce que la jeunesse canadienne
pense du cannabis*

MAIS LES DONNÉES PROBANTES DÉMONTRENT QUE

La consommation précoce et
régulière de marijuana peut avoir une
incidence sur le cerveau adolescent
en développement et est liée à des
problèmes de santé mentale

Environ 75 % des jeunes de
15 à 24 ans ont dit qu'ils ne
consommaient pas de
marijuana en 2013

La consommation régulière de
marijuana nuit au raisonnement,
à l'attention et à la mémoire

La consommation de marijuana peut
nuire à la capacité de conduire et est
associée à un risque accru de collisions

Un adolescent sur six qui consomme
de la marijuana développera
un trouble lié au cannabis

Pour en savoir plus, lisez
*Les effets de la consommation de
cannabis pendant l'adolescence*

Discutez avec vos ados au sujet de la consommation de marijuana

Pour les aider à prendre des décisions éclairées, dites-leur que :

- La consommation précoce et régulière de marijuana peut avoir une incidence négative sur leur cerveau et leur comportement
- Retarder le début de la consommation de marijuana peut prévenir ces effets néfastes
- S'ils ont besoin d'aide, il existe des traitements – parlez-en à votre fournisseur de soins de santé

Pour vous préparer à avoir une discussion utile avec votre ado, lisez le *Parent Action Pack* (en anglais seulement) à l'adresse www.parentactionpack.ca