



## *Les données* (transcription)

### *Épisode 4, saison 1*

### **Sujet : Le Guide de communication sur le cannabis**

[00:00]

[Musique]

[00:05]

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

[La musique s'estompe]

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

[Lee Arbon] Bienvenue à ce nouvel épisode de *Les données*, le balado canadien par excellence sur l'usage de substances.

[Amanda Deseure] Nous sommes vos animateurs, Amanda Deseure et Lee Arbon, et aujourd'hui, nous parlerons de pot.

[LA] Oui, nous parlerons de cannabis. Ça fait quelques mois que cette substance est légale, et nous discuterons aujourd'hui avec deux femmes qui ont contribué à la rédaction du Guide de communication sur le cannabis.

[AD] C'est une ressource de premier plan pour le CCDUS. C'est l'une des ressources les plus consultées, et elle a amassé une quantité assez extraordinaire de téléchargements.

[LA] Je suis impatient d'en discuter avec Kiran et Chealsea et aussi de parler d'autres sujets liés au Guide de communication sur le cannabis. Restez à l'écoute.

[Musique]

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

[La musique s'estompe]

[AD] Nous accueillons Kiran Somjee, conseillère sur les priorités nationales, et Chealsea De Moor, courtière du savoir, qui travaillent toutes deux avec nous au CCDUS. Elles ont collaboré à la rédaction du guide *Parler pot*. Nous sommes très heureux que vous ayez pu vous joindre à nous aujourd'hui. Nous savons que vous êtes très occupées avec les entrevues, les présentations et les apparitions à la télé. D'ailleurs, je suis assez sûre de vous avoir entendues à la radio deux fois, toujours pour parler du nouveau Guide de communication sur le cannabis. Merci d'être là.

[Kiran Somjee] Merci de nous recevoir.



[LA] Parlons un peu de votre parcours. Kiran, vous êtes une infirmière autorisée, et Chealsea, vous avez un diplôme de psychologie et vous avez travaillé un peu en criminologie. Comment en êtes-vous arrivées là, et comment votre parcours a-t-il eu une influence sur le guide?

[1:56]

[Chealsea De Moor] Bien sûr. Je suis Chealsea De Moor, j'ai de l'expérience en justice pénale. J'ai une maîtrise en psychologie judiciaire de l'Université Carleton, et mon intérêt envers les dépendances et l'usage de substances est réellement né pendant mon baccalauréat. J'avais un excellent mentor qui a joué un rôle déterminant dans ma vie, et il travaillait en recherche sur la dépendance. Donc, dès le baccalauréat, j'ai suivi quelques cours, je me suis plongée dans ce domaine et je me suis intéressée aux populations de délinquants. Ces derniers ont habituellement une consommation assez problématique, et plus répandue que dans la population générale. C'est vraiment ce qui a piqué ma curiosité et qui m'a menée là où je suis aujourd'hui. Je parlerai de la façon dont mon travail a influencé le guide un peu plus tard. Mais, pour vous donner un avant-goût, je parlerai beaucoup de la réduction des méfaits et de la façon dont cette approche peut être appliquée assez universellement. Je suis heureuse d'être ici et je suis très fière de vous présenter notre travail.

[KS] Mon nom est Kiran, je suis infirmière autorisée et conseillère sur les priorités nationales au CCDUS. Et pour moi, mon parcours prend vraiment racine dans la promotion de la santé mentale, des déterminants sociaux de la santé et de l'équité en santé, et dans l'exploration des causes sous-jacentes... L'étude de l'usage de substances, de la dépendance et de leur relation étroite avec la santé mentale, c'est ce qui me motive et me passionne. Dans ce rôle, j'ai beaucoup travaillé dans le domaine de la santé mentale, comme je l'ai dit, mais aussi beaucoup dans le domaine de la stratégie et des partenariats. Et c'est mon point de vue d'infirmière que j'apporte à l'organisme, à notre travail, particulièrement sur le guide de communication. Ça a été très utile pour établir la façon de mettre en place ces ressources en pratique, sur le terrain, d'avoir une véritable incidence et de changer les choses. Donc, c'est ce que j'apporte. Je suis très heureuse de travailler à ce projet, de travailler pour le CCDUS et d'être ici aujourd'hui!

[3:53]

[LA] Comment ce projet a-t-il commencé? Est-ce parce que le cannabis est devenu légal? Est-ce parce qu'il manque quelque chose pour les jeunes dans les produits offerts? Comment tout ça a commencé?

[CD] En 2017, nous avons publié le rapport *Les perceptions des jeunes canadiens sur le cannabis*. Pour ce faire, des chercheuses du CCDUS, Anna McKiernan et Katie Fleming, ont organisé des groupes de discussion avec les jeunes. Nous avons formé des groupes de jeunes de 14 à 19 ans qui se sont portés volontaires pour participer à ces discussions. Nous essayions vraiment de savoir ce que les jeunes connaissent du cannabis, ce qu'ils ignorent, et de vraiment nous attaquer aux fausses perceptions qui peuvent circuler dans cette population. Ce que nous avons appris des jeunes et que nous avons résumé dans le rapport, c'est qu'ils ont une grande curiosité envers le cannabis et qu'elle a été nommée avant la légalisation. Donc, ils sont très curieux, font beaucoup de recherche, souvent sur Internet, comme on le sait. Mais ils en ressortent assez confus. Il y a beaucoup d'information sur Internet et beaucoup de désinformation potentielle. Et les jeunes ne sont pas toujours capables de déterminer la crédibilité d'une source. Ils nous ont dit qu'ils n'avaient pas assez de données et d'information sur le sujet. Ils veulent vraiment avoir des discussions ouvertes et honnêtes avec leurs parents ou d'autres personnes dans leur vie, mais ces conversations n'ont pas lieu et ils n'obtiennent pas l'information qu'ils voudraient en tirer. Ce que les jeunes nous ont dit, c'est qu'ils veulent avoir ces discussions ouvertes, honnêtes et sans jugement



avec des adultes, ou ce que nous appelons des « alliés des jeunes » qui font partie de leur vie, pour se sentir vraiment capables de prendre leurs propres décisions sur l'usage du cannabis.

[KS] Et comme on le sait, comme les alliés des jeunes nous l'ont dit – ici, on parle des enseignants, des éducateurs, des entraîneurs, des personnes qui ont un lien avec les jeunes et qui peuvent avoir ces conversations sur le cannabis – bien qu'il existe des ressources éducatives traitant des données probantes et du cannabis, il reste des lacunes dans le processus et la façon d'aborder la discussion et de vraiment établir les bases de ces conversations. C'est la lacune que nous avons relevée et c'est là où il y avait des besoins. Donc, le CCDUS a conçu ce Guide de communication sur le cannabis, avec les commentaires et la collaboration des jeunes et des alliés des jeunes. Nous avons utilisé un processus de cocréation pour trouver le matériel et les renseignements à inclure dans le guide. Cette forme de création a vraiment permis de tenir ces discussions ouvertes et authentiques qui tenaient compte de l'avis des jeunes et de leurs alliés sur des questions comme les éléments visuels à inclure, le langage approprié pour les jeunes, la façon dont la réduction des méfaits doit être apportée dans le guide pour que le message soit compris et accepté par les jeunes et leurs alliés et la façon de préparer ces conversations afin qu'elles soient réussies. Le processus de cocréation utilisé pour ce guide nous a aussi permis de souligner l'importance d'utiliser un langage non stigmatisant et adapté à l'âge du jeune, ainsi que de voir comment ces éléments seraient reçus par les jeunes. L'identification des lacunes nous a vraiment permis de répondre aux besoins concrets rencontrés sur le terrain et de trouver la façon de les aborder en utilisant une approche de réduction des méfaits et des messages clés.

[7:05]

[AD] J'aimerais savoir ce que les jeunes et leurs alliés vous ont dit pendant la cocréation. Est-ce que des éléments très intéressants ou même un peu choquants sont ressortis? Pourriez-vous nous en faire part?

[KS] Oui. Dans les ateliers de cocréation, nous avons entendu des choses de la part des jeunes qui n'avaient, selon moi, rien de nouveau par rapport à notre travail sur la perception des jeunes, mais ils nous ont vraiment confirmé ce dont nous nous doutions déjà. Parfois, ils nous disaient : « On veut avoir des conversations ouvertes, des conversations crédibles et équilibrées. » Ils veulent connaître les deux côtés de la médaille, ils ne veulent pas juste entendre parler des méfaits et des conséquences pour la santé. Ils veulent connaître les bienfaits et l'usage médical, et ils veulent que ces discussions se déroulent sans jugement. Ils nous ont dit que s'ils se sentaient jugés, que leurs propos étaient stigmatisés, ce serait un obstacle à la communication. Ils veulent que ces discussions se déroulent dans un contexte de compréhension et que leurs alliés leur demandent quelle est leur expérience avec le cannabis, quelles sont leurs questions, ce qui les intrigue, ce qu'ils veulent savoir. Et que tout se passe dans un contexte de respect et sans jugement, et que l'information ne soit pas influencée par l'opinion ou la perspective des alliés. Ils veulent que l'information soit crédible et factuelle, et nous avons vraiment intégré les données probantes dans nos messages clés. Le Guide de communication sur le cannabis comprend des messages clés factuels qui présentent les données de manière équilibrée et neutre, ce qui soutient vraiment les alliés dans l'animation de la conversation et dans la diminution des obstacles qui pourraient survenir.

[LA] Dans un de nos épisodes précédents, nous avons reçu Rita Notarandrea. Une des choses que nous lui avons demandées était si, avec la légalisation du cannabis, elle avait observé une modification des perceptions et des points de vue. Et je me demandais si vous aviez vu des changements similaires dans les opinions et les points de vue des jeunes pendant ce projet.

[9:11]



[CD] J'ai été invitée à quelques événements pour parler à des étudiants de premier cycle très récemment, donc après la légalisation. Certainement, il reste des idées fausses. Elles existent et elles nous montrent qu'il y a du travail à faire dans l'éducation du public. Cela dit, plusieurs de ces étudiants nous ont dit qu'ils étaient intéressés à avoir ces discussions et à mieux les intégrer à la vie sur le campus, donc à les intégrer aux discussions quotidiennes et à les rendre plus normales. Je crois que, même s'il y a peu de recherche pour dire que les perceptions ont changé ou qu'elles changeront, nous savons que les jeunes sont intéressés par ces questions et qu'ils veulent trouver des moyens d'en parler avec leurs pairs et de prendre les rênes sur leur campus et dans leur école. Donc, je crois vraiment que c'est l'occasion pour nous de poursuivre nos efforts de sensibilisation et de vraiment transmettre notre message de réduction des méfaits, parce que c'est très important pour ces jeunes.

[Musique]

[LA] Sur ce, nous prenons une courte pause. Au retour, Kiran et Chelsea nous parleront du guide *Parler pot avec les jeunes*. Restez à l'écoute.

[ANNONCEUSE] *Dépendances au quotidien* vous envoie par courriel une liste d'articles, de ressources et d'activité en lien avec l'usage de substances. Joignez-vous à nos près de 3 000 abonnés et recevez, du lundi au vendredi, des nouvelles pertinentes et intéressantes. Pour vous abonner, rendez-vous à l'adresse [www.ccdus.ca](http://www.ccdus.ca).

[La musique s'estompe]

[LA] Rebienvenue à *Les données*! Nous sommes avec Kiran et Chelsea pour parler de pot chez les jeunes et du nouveau Guide de communication sur le cannabis. Ce n'est pas une autre étude, ce n'est pas incompréhensible, c'est un guide pratique pour parler de cannabis avec les jeunes, c'est bien ça?

[11:05]

[CD] Vous l'avez bien résumé. Cette ressource se veut un soutien. Elle est destinée à guider les alliés des jeunes pendant la conversation. Un allié des jeunes est une personne qui interagit souvent avec des jeunes, que ce soit un parent, un entraîneur, un enseignant, une infirmière. Il s'agit de toute personne qui correspond à ce critère, comme nous l'avons défini dans le guide, et qui fait preuve de respect et d'ouverture dans ses discussions avec les jeunes. Toute personne qui interagit avec les jeunes et qui veut encourager des discussions plus ouvertes et plus honnêtes avec les jeunes devrait certainement consulter notre guide.

[AD] Parlons un peu du succès de ce guide : il a été téléchargé près de 30 000 fois jusqu'à maintenant et est accessible sur le site Web du CCDUS. Pouvez-vous nous parler de la raison pour laquelle il a autant de succès? Vous parlez des alliés des jeunes et de tous ces différents groupes d'intervenants qui utilisent le guide. Pourquoi? Qu'est-ce qui est si intéressant? Pourquoi est-ce un si grand succès?

[KS] Le guide a été conçu pour être appliqué. J'ai reçu de bons commentaires de nos partenaires, selon lesquels le guide a été utilisé dans des activités communautaires, où les parents se rassemblent pour apprendre comment parler de ce sujet avec leurs enfants maintenant que le cannabis est légal, pour savoir comment guider les conversations qui surviennent lors des repas, dans les centres communautaires, dans les cabinets de médecins, dans les écoles. Le guide a une approche basée sur un processus. Comme nous l'avons déjà mentionné, c'est un guide pratique, il sert à préparer les bonnes conditions et établit les critères de réussite de la conversation. Et c'est là la puissance de la ressource, ce qui fait son succès, c'est qu'il donne des moyens et qu'il est simple



d'utilisation. Nous avons eu beaucoup de commentaires selon lesquels les alliés des jeunes l'utilisent dans les formations, qu'ils le gardent sur leur bureau pour faciliter les discussions, qu'ils l'utilisent dans les programmes scolaires, dans les activités parascolaires, avec les entraîneurs et les enseignants. Le guide est vraiment utilisé dans différents contextes.

[13:16]

[LA] Il doit y avoir une approche pratique. On a dit aux jeunes pendant tellement longtemps que le cannabis était mauvais, que c'était mal, puis maintenant on le légalise, ce qui leur donne presque la perception que c'est correct et que c'est bien. J'imagine, ayant moi-même des enfants, que ça met les parents dans une situation difficile lorsqu'ils ont dit la même chose pendant si longtemps et qu'ils doivent maintenant faire volte-face.

[KS] Le fait est que, peu importe la légalité du cannabis, les jeunes ont toujours consommé cette substance et continueront de le faire. Ce qui est important ici, c'est vraiment l'approche, soit la réduction des méfaits. Il faut reconnaître que l'usage de substances va continuer, mais il faut vraiment être réalistes à ce sujet. Ainsi, nous devons concentrer nos efforts sur la réduction des risques associés à l'usage. Donc, au lieu de dire aux jeunes de ne pas consommer de cannabis, nous devrions les informer sur la façon sécuritaire d'en consommer, parce qu'il nous faut être réalistes dans cette situation.

[LA] Évidemment, les choses évoluent encore. Nous sommes à quelques mois d'avoir des magasins physiques et les produits comestibles seront légalisés à la fin de l'année. Quelle est la prochaine étape pour vous avec ce guide? Est-ce que c'est un deuxième guide, un projet différent? Où vous dirigez-vous?

[KS] Je pense qu'avec la lancée sur laquelle nous sommes avec le guide et avec la compréhension du besoin de ressources axées sur le processus, le prochain élément que nous surveillerons, ce sont les produits comestibles. Il faut vraiment soutenir les alliés des jeunes, que ce soient des professionnels de la santé, des enseignants ou des entraîneurs, dans la façon d'avoir des conversations réussies, quel que soit le prochain élément. Donc, c'est là que nous allons concentrer nos efforts. En tant qu'infirmière... nous abordons ces sujets du point de vue pratique, comme je l'ai déjà mentionné. Nous travaillons dans plusieurs contextes, nous soutenons nos partenaires dans divers contextes, entre autres dans les hôpitaux, les écoles, les centres communautaires. La puissance de cette ressource, comme je l'ai déjà dit, réside dans sa mise en pratique, donc nous explorons l'ajout d'éléments au guide sur les produits comestibles ou sur d'autres inquiétudes qui ressortiront chez les jeunes et leurs alliés qui utiliseront cette ressource, et nous intégrerons ces rétroactions.

[15:27]

[AD] Merci Kiran. Je me demandais justement si la conversation sur les produits comestibles et les boissons serait différente de celle sur les manières plus traditionnelles de consommer du cannabis? Je sais qu'il y a beaucoup de discussion en ligne sur les produits comestibles qui seraient plus attrayants pour les enfants et les jeunes. Est-ce qu'il va y avoir une différence?

[LA] C'est une excellente question. Je ne voulais pas vous interrompre. J'ai trois filles et deux d'entre elles ont sept et huit ans et, pour elles, un ourson en gélatine, ça a l'air bon, mais elles ne savent pas nécessairement ce qu'il y a à l'intérieur, s'il contient du cannabis.

[KS] Oui, je pense que vos inquiétudes sont tout à fait valides ici, et c'est pourquoi nous concentrons nos efforts sur la sensibilisation du public. C'est l'objectif ici, en matière de sensibilisation, et comme Chelsea l'a mentionné plus tôt, nous nous concentrons sur les jeunes. Il faut les informer des



méfais liés aux différents produits et le faire de manière équilibrée pour que ce ne soit pas menaçant. Il ne faut pas leur dire de ne jamais toucher à un ourson en gélatine, mais plutôt : « Soit conscient que certains oursons en gélatine contiennent ces produits et qu'ils peuvent être dangereux pour la santé pour telles raisons. » Nous disons ça quand nous parlons de cannabis, de produits comestibles ou d'autre chose, nous voulons normaliser la conversation sur la consommation et non normaliser la consommation. Et quand on normalise la conversation, on ouvre la porte à la possibilité d'avoir ces discussions tôt pour que les jeunes soient au courant des risques et des méfaits associés et qu'ils prennent mieux conscience des produits.

[AD] Merci à vous deux, c'était incroyable. Je crois que Lee et moi avons beaucoup appris, et j'espère vraiment que c'est aussi le cas de nos auditeurs.

[LA] Nous aimerions beaucoup vous recevoir à nouveau, lorsque les produits comestibles deviendront légaux, pour parler du travail que vous aurez accompli à ce sujet.

[CD] Absolument, nous serions heureuses de revenir vous parler.

[KS] Merci beaucoup de nous avoir invitées!

[LA] Tout le plaisir est pour nous.

[Musique]

[LA] De retour dans un instant au balado *Les données*. Restez là!

**[17:18]**

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

[La musique s'estompe]

[LA] Nous sommes de retour et nous venons tout juste de terminer notre entrevue avec Kiran et Chealsea sur le pot et le Guide de communication sur le cannabis. C'était un 20 à 30 minutes très riche en information.

[AD] Absolument. C'était extrêmement intéressant et, après en avoir appris plus sur le guide, je ne peux m'empêcher de me poser la question : comment prévois-tu en parler avec tes filles, Lee? Tu as entendu parler du guide et tu as trois filles. Est-ce que tu vas utiliser *Parler pot* ou est-ce que tu leur en as déjà parlé? Est-ce que tu intègres ce genre de principes quand tu parles à tes enfants?

[LA] Ma plus vieille sera officiellement une adolescente le mois prochain, donc je pense qu'elle en est au point où je dois utiliser cet outil pour m'asseoir et avoir une discussion sincère sur le sujet avec elle. Je pense que certaines choses que Chealsea et Kiran nous ont dites faciliteront cette conversation avec elle.

[AD] Je le crois. Après les avoir écoutées, je pense que c'est intéressant et important de réellement essayer d'équilibrer le tout et de donner aux jeunes les informations importantes, que ce soit certains des effets néfastes, mais aussi certaines des bonnes parties de l'usage de cannabis.

[LA] Et c'est la fin d'un autre épisode de *Les données*. Nous tenons à remercier Kiran et Chealsea d'avoir pris le temps de discuter avec nous aujourd'hui. À tous ceux qui nous ont écoutés, joignez-vous à nous la prochaine fois pour un nouvel épisode de *Les données*.

[Musique]



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

[La musique s'estompe]

[FIN DE LA TRANSCRIPTION 19:57]



Centre canadien sur  
les dépendances et  
l'usage de substances

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

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