

# 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<sup>e</sup> 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](http://www.parentactionpack.ca)