



**Le cannabis
et les Jeunes :**

À Savoir

La consommation par les adultes du cannabis (aussi connu sous les noms de marijuana, herbe et pot) est légale dans l'état de New York (New York State, NYS). Les effets du cannabis peuvent présenter plus de risques pour les jeunes que pour les adultes. Il est important de savoir ce qui est légal et quels sont les effets que le cannabis peut avoir sur votre santé et votre communauté.


La consommation légale du cannabis

- La consommation du cannabis est légale pour les adultes âgés d'au moins 21 ans. Il peut être acheté légalement dans les dispensaires autorisés par le NYS.
- La consommation du cannabis en voiture est illégale, même pour les passagers et même si la voiture est garée.
 - Il est dangereux de conduire sous l'emprise du cannabis. Ne pas conduire après avoir pris du cannabis et ne pas se laisser conduire par une personne ayant pris du cannabis.



Questions fréquemment posées

Je vois beaucoup d'endroits où l'on vend du cannabis. Cela veut-il dire qu'il n'y a pas de danger à le consommer ?

- Le cannabis, qu'il soit vendu légalement ou non, n'est pas nécessairement sans danger pour tout le monde et en toute situation.
- Beaucoup de produits à base de cannabis vendus dans les magasins non autorisés ne sont pas contrôlés, donc vous ne saurez pas ce qu'ils contiennent, à quel point ils sont puissants ni même s'ils contiennent du cannabis.
- Les dispensaires autorisés reçoivent un sceau de vérification du NYS imprimé d'un code QR à accrocher à leur fenêtre. Ce sceau indique que le magasin peut légalement vendre des produits à base de cannabis.The image shows a rectangular seal for a New York State Licensed Cannabis Dispensary. At the top, there is a green cannabis leaf icon. Below it, the text reads "NEW YORK STATE LICENSED CANNABIS DISPENSARY". In the center, there is a circular icon with a magnifying glass over a QR code. Below the QR code, it says "SCAN TO VERIFY".
- Si un magasin n'a pas de sceau de vérification du NYS et ne figure pas dans la liste se trouvant au **cannabis.ny.gov/dispensing-facilities**, ce n'est **pas** un dispensaire autorisé et les produits vendus ne sont pas contrôlés.
- Les dispensaires autorisés n'ont pas le droit de montrer le cannabis dans leur vitrine.

Et si mes amis consomment le cannabis ?

- Ayez des conversations franches avec vos amis sur :
 - Leur consommation du cannabis
 - La façon de consommer le cannabis plus sécuritairement. Différentes formes de cannabis ont différents effets, donc commencez avec une faible quantité et voyez comment vous vous sentez avant d'en prendre plus.

- Comment éviter les produits à base de cannabis venant de magasins non autorisés
- Beaucoup de personnes ne consomment pas le cannabis. Même si d'autres le consomment, il n'y a rien de mal à éviter de consommer le cannabis, d'attendre avant de consommer le cannabis, ou de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis afin d'en éviter les effets nocifs.

Que puis-je faire si j'ai consommé trop de cannabis ou si j'ai besoin d'aide pour réduire ma consommation ?

- Si vous subissez des effets indésirables du cannabis, parlez à un adulte de confiance. Appelez le **911** si vous ou une autre personne avez une urgence médicale. Si vous avez des questions sur les effets du cannabis, appelez le Centre antipoison de la ville de New York (NYC Poison Center) au 212 764 7667.
- Certaines personnes consomment le cannabis pour faire face au stress ou à d'autres problèmes de santé mentale, mais il existe des ressources qui peuvent vous aider à y faire face de façon saine :
 - Pour conseils gratuits et confidentiels en cas de crise, soutien en santé mentale et en cas d'usage de substances psychoactives, et aiguillage vers les soins, appelez ou textez le **988** ou discutez sur le **nyc.gov/988**, à n'importe quel moment.
 - Pour vous inscrire au NYC Teenspace et être attribué un thérapeute Talkspace pour échanges de messages et séances virtuelles en direct spécialement conçus pour les adolescents, visitez le **talkspace.com/nyc**.

Les effets du cannabis

- Le cannabis peut :
 - Entraîner des conséquences nocives chez les jeunes, dont le cerveau est encore en cours de développement
 - Ralentir votre pensée et votre corps, nuisant ainsi à votre travail scolaire, votre participation aux sports et à d'autres activités que vous aimez
 - Causer la dépression et l'anxiété, et chez certaines personnes, augmenter le risque de problèmes tels que la schizophrénie
 - Être difficile à arrêter lorsque vous en commencez la consommation tôt
- Certaines formes de cannabis, telles que dans les vapoteuses ou dans les joints, peuvent affecter votre communauté.
 - Tout comme le tabac, la fumée et les aérosols (la vapeur) de cannabis contiennent des produits chimiques qui peuvent nuire aux autres. En évitant ces produits, vous pouvez protéger votre cœur, vos poumons et les personnes qui vous entourent.
 - Les vapoteuses ajoutent du plastique et des batteries toxiques dans l'environnement.



Pour plus d'informations sur la consommation plus sécuritaire, les effets sur la santé, vos droits juridiques, le programme de cannabis médical de New York et plus encore, visitez le nyc.gov/health/cannabis.

