**la légalisation du cannabis : s’outiller pour mieux intervenir**

Ce bulletin produit par la Direction de santé publique de l’Estrie est destiné au réseau de la santé et ses partenaires intersectoriels. Il vise à soutenir les différents milieux qui sont concernés par la légalisation du cannabis en favorisant la diffusion et le partage d’informations relatives à la prévention.

Consultez <https://encadrementcannabis.gouv.qc.ca/>, pour des informations relatives à la loi.

**Informations et RÉduction des méfaits**

Voici une série d’outils permettant d’aborder plus facilement le sujet du cannabis. Ils vous informeront sur les **plantes et les produits**, ainsi que sur les **modes de consommation**. N’oubliez pas qu’il est moins nuisible de vaporiser du cannabis que de le fumer. Il n’est pas non plus nécessaire de retenir le produit dans les poumons après l’inhalation pour obtenir l’effet du cannabis.

Le document sur la **réduction des méfaits** vous propose des notions de base, dont des raisons concrètes et des recommandations pour un usage à moindre risque de cannabis, ainsi que quelques trucs pour réduire la **stigmatisation** des personnes qui consomment des substances psychoactives (SPA). Réfléchir à sa propre consommation est aussi un processus qui facilite la réduction de la stigmatisation.

Vous trouverez de l’information sur les **raisons de la consommation**. Ces raisons sont applicables pour toute consommation de SPA. On y parle de style de consommateur et du type de conséquences négatives qui peuvent être vécues. Il y a là, des pistes de discussion pour aborder la consommation et proposer, selon votre lien de confiance et le niveau de motivation, une intervention basée sur la réduction des méfaits.



Ces documents sont aussi disponibles en anglais : <https://www.cpha.ca/cannabasics>

**Saviez-vous que :**

●La réduction des méfaits est une façon d’intervenir que l’on doit moduler selon la personne que l’on rencontre.

●Un exemple gagnant de réduction des méfaits : Offrir un service de raccompagnement, tel Nez-Rouge qui mise sur une stratégie de consommation responsable.

**Élixir, prÉvention en Estrie**

Élixir (<https://elixir.qc.ca/>) est un organisme communautaire, basé à Sherbrooke et qui offre ses services dans l’ensemble de la région de l’Estrie. C’est aussi possible de les rencontrer lors de certains événements festifs à leur kiosque *La Halte*. Vous y trouverez de la prévention liée à l’usage de substances psychoactives, de l’information et de l’accompagnement.

Cette année, Élixir offre des animations, des formations et de l'accompagnement de groupe, concernant les questions entourant l'usage du cannabis. Écrivez-leur à [info@elixir.qc.ca](mailto:info@elixir.qc.ca)**,** pour partager vos besoins.

De plus, une carte intitulée : « Si tu fais le choix de consommer du cannabis, les mesures suivantes peuvent t’aider à réduire les risques et contribuer à la rendre plus agréable », sera disponible par le biais de l’organisme sous peu. C’est un outil accessible et efficace pour apprendre, discuter et prévenir.

**GRIP et rÉduction des MÉFaits**

Connaissez-vous le Groupe de recherche et d’intervention psychosociale (GRIP) Montréal? L’organisme travaille à réduire les méfaits associés à la consommation de substances psychoactives et à prévenir ses usages problématiques.

Vous trouverez ici ([grip-prevention.ca/pages/le-cannabis](https://grip-prevention.ca/pages/le-cannabis)) des informations, trucs et conseils relatifs à la consommation de cannabis : les effets recherchés, les effets déplaisants, les risques à long terme et des façons de réduire les risques.

\*Note : certaines informations sont destinées à des personnes qui consomment ou qui prévoient consommer.

Consultez aussi leur section Boutique, pour du matériel de prévention.

**Publication *sur L’usage de cannabis, méfaits et risques perçus chez les élèves canadiens,* mars 2019**

******

**Bulletin de veille de l’Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)**

Pour plus d’information sur la santé et le cannabis, consultez le [bulletin de veille de l’INSPQ](https://www.inspq.qc.ca/cannabis/veille). Vous y trouverez divers enjeux d’actualité, des données, les meilleures pratiques, des dossiers spéciaux et autres publications.

**Bulletin cannabis de l’association pour la santé publique du quÉbec (ASPQ)**

La revue de presse de l’Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) vous informe des derniers développements d’ici et d’ailleurs dans le dossier cannabis. L’ASPQ agit sur la norme sociale et aide les gouvernements, citoyens et intervenants à cerner les enjeux de santé liés aux substances psychoactives.

Pour plus d’information sur des publications médiatiques sur le cannabis, écrivez au [cannabis@aspq.org](mailto:cannabis@aspq.org) pour recevoir le bulletin hebdomadaire.

**Rappel**

**Affichage en lien avec la loi**

Ces [affiches peuvent être téléchargées, imprimées et affichées.](https://encadrementcannabis.gouv.qc.ca/loi/affichage-en-lien-avec-la-loi/)

Pour répondre aux questions ou pour formuler une plainte : **1 877 416-8222.** Pour les commentaires et suggestions concernant la loi : [loi-cannabis@msss.gouv.qc.ca](mailto:loi-cannabis@msss.gouv.qc.ca).

**Aidez-nous à promouvoir le bulletin cannabis**

Les bulletins cannabis et enjeux de santé de publique sont accessibles sur le site [Santé Estrie](https://www.santeestrie.qc.ca/medias-publications/sante-publique/). Partagez-le à vos collègues et favorisons le développement des connaissances et une vision commune.

**Pour vous désinscrire ou vous inscrire au bulletin cannabis**

Veuillez écrire à [isabelle.mathieu.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca](mailto:isabelle.mathieu.ciussse-CHUS@ssss.gouv.qc.ca)

**Rédaction**

*Simon Dancause et Jean-Philippe Goupil*

Direction de santé publique, CIUSSS de l’Estrie – CHUS