



Cannabis

Aïe, aïe, aïe

L'adolescence est souvent une expédition en haute mer, agitée à très agitée. Ensemble, nous avons déjà relevé le défi dans le Ligeur du 20 octobre 2010 de traverser le mieux possible cette étape où le 12 ans et plus teste, parfois de manière harassante, les limites que vous lui avez posées. Le titre qui barrait la Une de ce Ligeur était: "Amour, Accro, Angoisse". Un an plus tard, parce que vos questions sur notre site sont nombreuses à ce propos (leligeur.be > Posez vos questions, nos experts vous répondent), nous vous proposons d'approfondir la question du cannabis et celle du porno, aujourd'hui, à portée de vue via Internet. Aïe, soupire-t-on déjà dans les chaumières, l'adolescence n'est-elle qu'un âge impossible? Rassurez-vous, 85% de nos jeunes vont bien, même très bien, malgré leur penchant pour les conduites à risque... qui, la plupart du temps, se terminent par un happy end. Pourvu que les parents soient un tantinet attentifs à leur ado. Car celui-ci, pour briser la routine, pour renforcer son estime et surtout, surtout, se construire contre mère et père, a

besoin de transgresser, de se mettre en danger, quitte - comme Jackass (l'émission télé aux cascades les plus dingues) - à fendre, aux heures de pointe, la circulation en skate. Qu'est-ce qu'une petite taffe par rapport à ça, de plus, la plupart du temps festive? Des chiffres d'une enquête universitaire toute fraîche nous montrent même que les ados se désintéresseraient du cannabis (lire en pages 4 et 5). Au profit d'une autre addiction, celle de l'écran? Peut-être, mais rien ne prouve le lien de cause à effet.

En attendant, il faut que jeunesse se passe, comme disaient nos aînés, et cette jeunesse va s'étirer sûrement jusqu'autour des 20 ans. Car l'ado, au-delà des Tanguy d'aujourd'hui, vit des mutations importantes au niveau de son cerveau. Les médecins le confirment, la puberté correspond à une période d'élagage neuronal, principalement dans le cortex préfrontal, là où se mettent en place des comportements stratégiques par opposition aux simples réflexes. Et voilà pourquoi, l'impulsivité aidant, filles comme garçons, ils sont prêts à relever

les défis... les plus crétiens.

Comment slalomer au milieu de tout cela quand on est parent? En ne paniquant pas exagérément si vous trouvez un peu de shit dans son pantalon, mais en resituant les dangers du produit et son interdit légal (à ce propos, lire sur leligeur.be > En savoir +, la lutte contre les drogues au niveau mondial et la question de sa légalité en Belgique) et en l'accompagnant autour de la recherche de ses limites. Des experts vous donnent des clés en pages 6, 8, 10 et 11. Des ados témoignent de leur expérience et de la notion de plaisir (si difficile à accepter parfois par le monde adulte), ces mêmes ados qui posent, en pages 16 et 17, leurs questions à nos experts à propos du porno. Et pour les parents qui voudraient en savoir plus encore, le Salon de l'Éducation qui se tient du 19 au 23 octobre à Namur (saloneducation.be) vous propose des conférences sur l'estime de soi (lire le programme en page 20). Important pour nos grands gaillards et petites demoiselles qui s'identifient au premier héros qu'ils croisent...

■ M. K

La fumette ferait moins rêver...

En 2008, le Service d'Information, de Promotion et d'Éducation à la Santé (SIPES) de l'ULB sortait les résultats de son enquête sur la santé des jeunes de 12 à 20 ans en Communauté française. Et notamment son volet sur les assuétudes. Quatre ans plus tard, l'enquête est renouvelée. Celle-ci n'est pas encore publiée, mais ses promoteurs nous ont déjà annoncé qu'en matière de cannabis, la consommation chez les jeunes apparaît nettement à la baisse. Une bonne nouvelle que nous commente le sociologue Damien Favresse.

Moins nombreux à fumer du cannabis

Le Ligueur : À quoi attribuez-vous cette baisse de la consommation de cannabis auprès des jeunes ?

Damien Favresse : "Il y a un faisceau d'éléments. D'un point de vue global, la consommation d'alcool, de tabac, d'ecstasy a diminué. En 2006, on constatait déjà une diminution de consommation de tabac et d'alcool en 5^e et 6^e primaires. Le mouvement se poursuit à l'adolescence. Peut-être que la consommation augmente à nouveau plus tard, mais l'enquête ne le dit pas.

La santé et le bien-être sont davantage pris en considération dans nos sociétés actuelles, grâce aux connaissances scientifiques notamment. Aujourd'hui, on conseillera à une femme enceinte l'abstinence totale d'alcool alors qu'avant, on lui aurait simplement dit de se limiter. Les discours ont changé, ceux des enseignants, des éducateurs de l'aide à la jeunesse, des intervenants des services de prévention, de la médecine scolaire, etc. Ce changement de discours a dû avoir un impact sur les pratiques des jeunes, mais aussi sur les pratiques familiales. On a l'impression que les messages de prévention sont bien passés. Si certains ont l'impression inverse

dans leur quotidien, par exemple des enseignants ou des éducateurs, c'est parce qu'ils sont confrontés à des groupes spécifiques, mais globalement, la consommation des jeunes baisse."

Une jeunesse en danger ?

L. L. : Les parents ont souvent l'impression que leur ado essaiera tôt ou tard un joint et même y prendra goût. Or, vos chiffres démentent cette idée reçue (en 2006 vous comptabilisiez près de 80 %

L. L. : Mais la fréquentation d'Internet augmente. Y aurait-il moins de cannabis au profit de l'écran ?

D. F. : "Je n'oserais pas faire un lien direct. Le jeune va rarement fumer du cannabis chez lui, en présence de ses parents, sauf exception. Il va plutôt le consommer à l'extérieur, avec des amis. Par contre, l'usage de jeux électroniques se fait au domicile. Il peut même y être indirectement encouragé par ses parents suite au sentiment d'insécurité qui se développe ces dernières années... (Ndlr : ça rassure les parents de savoir l'enfant sous le même toit !) Par ailleurs, tout le monde a besoin de se valoriser et d'avoir une certaine autonomie et Internet joue ce rôle par rapport au parent et aux proches. De nouvelles technologies ne cessent d'apparaître et les jeunes en sont les premiers consommateurs, car ils les maîtrisent mieux que nous. Mon hypothèse est que nous sommes face à une génération dont les comportements par rapport aux loisirs changent. Pour preuve, l'augmentation de la fréquentation de l'ordinateur alors que celle de la télévision a diminué."

violence, leur sexualité, leur consommation de psychotropes... Il y a une réactivation du mythe d'une jeunesse en perte, qui présente l'adolescence comme un moment de crise problématique, en particulier à travers des comportements que l'on surévalue. Un exemple. L'âge moyen du premier rapport sexuel chez les adolescents est de 17 ans et demi. Eh bien, il n'a pas changé depuis les années 1970. Déjà dans la Grèce antique, il y avait cette image d'un jeune qu'il faut sauver de lui-même. La majorité des adolescents ne font pas de grosses crises. Il s'agit plutôt de comportements d'expérimentation ou de prises de risque qui permet à l'ado de se construire en tant que personne avec ses propres caractéristiques pour mieux se différencier de ses parents. Ce qu'il expérimente parfois avec les psychotropes. De plus, le cannabis est aussi une frontière que le jeune ne franchit pas si facilement car il reste un produit illicite, interdit

par la loi, même s'il est banalisé et qu'il y a peu de poursuites."

L. L. : Les médias sont-ils les seuls à renvoyer cette image un peu dramatique de la jeunesse ?

D. F. : "Non. À côté des médias, il y a le phénomène Internet. On y découvre une image

de non-consommateurs - 8 jeunes sur 10!). D'où vient alors cette peur ?

D. F. : "Notre société se focalise plus qu'avant sur les problèmes et les médias se font l'écho de cette tendance. Aujourd'hui, on perçoit les jeunes en fonction de leur

des jeunes qui, avant, n'était pas visible pour les parents. Ils n'avaient pas l'occasion, par exemple, de voir comment se déroulaient nos soirées d'étudiants. Des comportements qui étaient cachés avant sont aujourd'hui exposés à tous les vents. Y compris aux ados. À force de dire que les jeunes boivent ou fument beaucoup, les ados se conforment à cette idée et il se crée de nouvelles normes. Peut-être que la baisse de la consommation de cannabis, qui est l'expérimentation de sensations à risque, vient aussi du fait que l'éventail de ces conduites à risques s'est élargi dans notre société à d'autres do-

maines comme les sports extrêmes (kite-surf, snowboard, etc.) ?”

Un joint contre le stress

L. L. : Votre enquête montre que les consommateurs réguliers de cannabis ressentent plus de stress et de dépression que les autres personnes. Qu'est-ce qui explique ce sentiment chez ces jeunes ?

D. F. : “Je ne parlerais pas de dépression, mais d'un sentiment de déprime. Le lien avec l'école est assez fondamental dans tout ce qui touche aux conduites à risques. Des jeunes qui n'aiment pas l'école, déjà à la fin du primaire, expérimentent le tabac et l'alcool de manière hebdomadaire. Ces jeunes, bien au-delà des heures de classe, n'aiment pas toute une partie de leur vie. Ils ont tendance à chercher des moments pour s'égayer et sortir de leur train-train d'étudiant. On observe que les jeunes qui brossent les cours ont plus de comportements à risques, y compris le fait de ne pas porter le casque à moto ou de ne pas mettre la ceinture de sécurité. Ils adoptent tout un mode de vie qui recherche le danger au-delà du cannabis. Et plus on monte dans les âges, plus on rencontre des jeunes qui sont dégoûtés de l'école.”

L. L. : Est-ce que l'on retrouve le même lien avec l'environnement familial ?

D. F. : “On sait que le type de relations qu'il y a dans la famille influe sur la consommation. S'il y a des troubles de santé mentale, si un parent est dépressif ou alcoolique, le risque de vouloir transgresser chez les enfants augmente. Idem s'il y a des conflits entre les parents.

Il y a un peu plus de consommation quand les parents sont séparés, mais si l'on approfondit la recherche, on constate que ce n'est pas dû à la séparation en tant que telle, mais aux disputes entre parents qui l'accompagnent. Ces jeunes ont aussi une plus

grande difficulté à parler avec leurs parents. Les difficultés relationnelles renforcent la consommation, mais la consommation renforce à son tour ces difficultés. Il y a un lien entre les deux. Je fais l'hypothèse que si l'on a des difficultés avec ses parents, on sera plus tenté à aller vers l'extérieur, vers les amis, et donc à être invité à suivre davantage de comportements à risque.

En savoir +

• Favresse D., De Smet P., *Tabac, alcool, drogues et multimédias chez les jeunes en Communauté française de Belgique*. Ce document peut être obtenu gratuitement (dans les limites du stock disponible) au SIPES : École de Santé Publique de l'ULB, CP 596, route de Lennik, 808 à 1070 Bruxelles. Tél :

02/555 40 81. Vous pouvez également le télécharger au format pdf à l'adresse : www.ulb.ac.be/esp/sipes>Publications.

• La brochure *Je n'aime pas l'école* peut s'obtenir à la même adresse

■ Propos recueillis par **Michel Torrekens**

L. L. : Il y a pourtant une notion festive, de partage du plaisir dans la fumette avec les copains...

D. F. : Les consommations de tabac, d'alcool, de cannabis sont souvent collectives. Elles font partie de l'identité des groupes d'ados qui suivent des logiques amicales. Les consommations individuelles de cannabis posent plus question, on sort de la dimension festive - des joints pour s'amuser ensemble, pour améliorer la fête. Fumer seul relève plus d'un comportement de fuite, traduit un malaise personnel. À partir

du moment où le jeune consomme du cannabis comme un médicament, pour compenser un mal-être, il entre dans un cycle qui risque d'être problématique qui débouche sur une dépendance au produit.

Et le rôle du parent dans tout cela ?

L. L. : Au fond, un usager de cannabis n'est pas l'autre...

D. F. : "On constate d'ailleurs une diminution de la consommation, plus rapide chez les filles, plus lente chez les garçons, quand ils trouvent un emploi, forment un couple, ont un enfant. Par contre, si on n'arrive pas à s'intégrer dans la société, on risque de perdurer dans les comportements de dépendance. L'insertion socioprofessionnelle diminue les risques. Mais d'une manière générale, la plupart des parents craignent que leurs jeunes consomment."

craignent tellement de voir leur jeune devenir accro au produit et de ne plus pouvoir réparer quoi que ce soit...

D. F. : "Par rapport au cannabis, les phénomènes de dépendance à l'adolescence sont marginaux, car ils n'apparaissent qu'après des années de consommation. Si des jeunes deviennent dépendants, c'est qu'ils sont déjà en marge par ailleurs.

Les parents de manière générale doivent donc intervenir, mais leur réaction doit être proportionnée à la gravité d'une situation. Pour évaluer cela, ils doivent vérifier si la consommation s'accompagne d'autres soucis. Un conseil : si un parent panique en découvrant que son enfant consomme, le bon

réflexe est d'aller vers des services comme Infor-Drogue pour savoir quelle est la bonne attitude à adopter en fonction de la situation. Ces services sont là pour ça" (Lire notre carnet d'adresse en page 12)

donc les consommateurs réguliers (**cancer.be** > prévention et dépistage > autres drogues). Le cannabis modifie également le rythme cardiaque et peut être dangereux pour les personnes souffrant d'hypertension ou de maladie cardiovasculaire.

Overdose : ce risque n'existe pas avec le cannabis. Ce qui fait dire à certains qu'il est plus anodin que l'alcool qui peut conduire à un coma éthylique. Le 'bad trip' peut aller cependant jusqu'à de la confusion mentale, un sentiment d'oppression, une angoisse forte. À un stade encore plus poussé, le produit peut provoquer l'apparition d'une 'psychose cannabique', un désordre mental

caractérisé par des hallucinations, des idées délirantes, nécessitant une hospitalisation urgente en milieu psychiatrique. Dans le même ordre d'idée, il peut révéler ou aggraver des tendances à la schizophrénie.

Dépendance : elle peut exister, mais tous les individus ne présentent pas les mêmes risques (on estime généralement que 10% des usagers sont dépendants).

Plus on l'expérimente tôt, plus on accroît ce risque. Si on s'arrête brutalement après en avoir consommé régulièrement, certains troubles (stress, irritabilité, insomnie, manque de concentration, désinvestissement, dépression...)

peuvent survenir. L'expérience montre que le joint du soir est souvent le plus difficile à supprimer.

Escalade : le cannabis conduit-il vers d'autres drogues ? Ce n'est pas parce qu'on consomme du cannabis qu'on passera aux drogues dures, mais on observe que beaucoup de consommateurs de drogues dures ont fumé du cannabis.

■ **M. T**

Pour évaluer son degré de dépendance au cannabis ou à d'autres drogues, des tests sont proposés sur **stopouencore.be** et sur **pointcannabis.be**.

Le cannabis et ses dangers

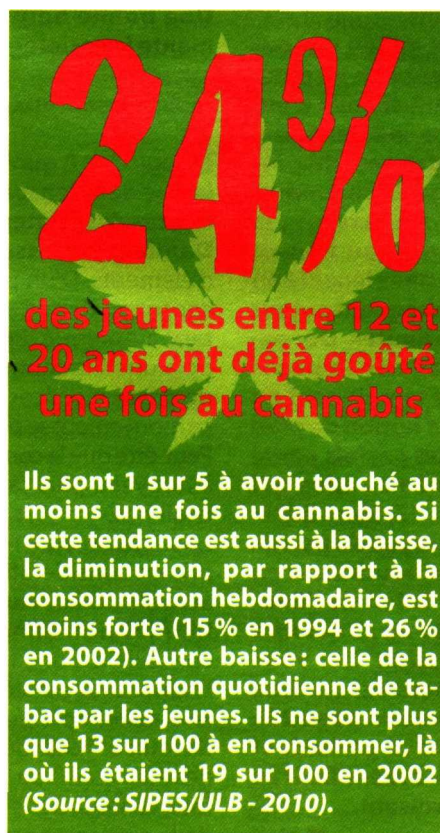
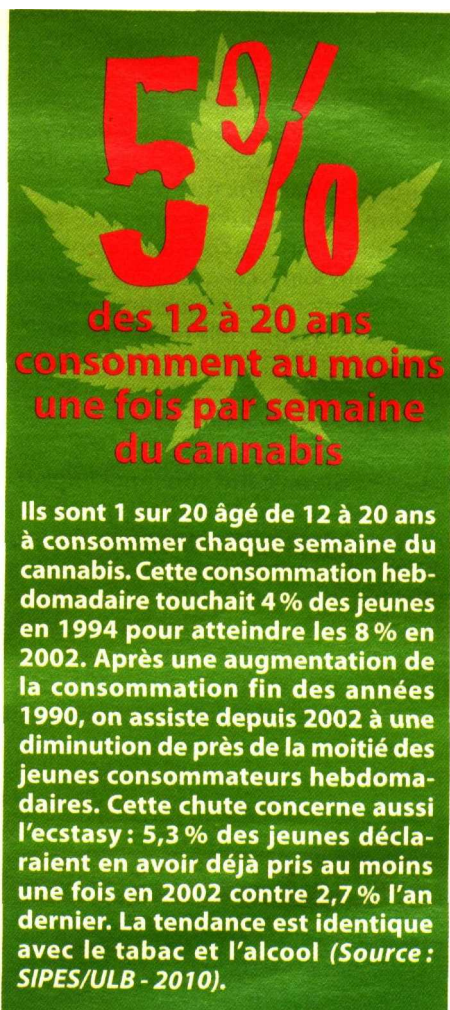
Euphorie ou "bad trip" : les effets physiques et psychologiques varient d'une personne à l'autre et selon les circonstances. Il peut modifier la perception et les sensations. Si certains en tirent des effets euphorisants, relaxants, apaisants, qui augmentent leurs perceptions, d'autres peuvent faire l'expérience du 'mauvais voyage' ou 'bad trip', à l'origine de maux de tête, tremblements, sueurs froides, nausées, vomissements selon les prises, les personnes et les circonstances de la consommation (fatigue, mélange, qualité, etc.). Ces malaises peuvent aller jusqu'à l'évanouissement.

Réflexes altérés : la prise de cannabis altère les réflexes, la perception visuelle et la vigilance. Elle expose donc à des risques réels, principalement

lorsqu'il s'agit de prendre la route. La prise conjuguée de cannabis et d'alcool, assez fréquente, augmente considérablement ce risque. L'étude "Driving under Influence of Drugs, Alcohol and Medicines", réalisée entre 2007 et 2010 auprès de patients transférés aux urgences après un accident de la circulation a révélé que 10% d'entre eux étaient sous l'influence du cannabis.

Mémoire : le cannabis a des effets sur la concentration et la mémoire à court terme. Il y en a chez qui le cannabis a l'effet inverse et provoque une excitation. Le cannabis peut ouvrir l'appétit.

Cœur et cancers : contrairement à ce que l'on disait il y a 15 ans, les fumées du joint contiennent plus de substances cancérigènes que celles du tabac. Cancers du poumon ou de la gorge menacent



Sébastien, 19 ans : "Je me souviens des premières fois..."

D'abord, il y a la première fois. Sans doute facilitée si l'on fume déjà la cigarette, mais il ne faut pas tout mélanger non plus. On ne fume pas un joint comme on fume une cigarette, ce n'est pas du tout le même délire. Moi, par exemple, je fume des joints, mais je déteste les clopes. Donc, d'abord on essaye. De temps en temps, puis de plus en plus souvent, généralement le week-end. Puis vient la première fois où l'on achète soi-même du cannabis, pour en avoir à la prochaine soirée. Alors, souvent, ça devient systématique de fumer quand on fait la fête. Et au final, certains fument tout seul, juste pour passer le temps, pour terminer une soirée, pour se détendre ou pour "être dedans" pendant qu'ils regardent un film.

Carlos, 20 ans : "Quand l'alcool s'en mêle..."

Pour moi, la plus importante différence, c'est de fumer seul ou en groupe. Le côté fun et social est perdu, mais tout le monde n'en arrive pas là. Certains restent des fumeurs occasionnels, c'est la fumette "récréative", comme on dit. Mais sinon ce n'est pas plus grave que l'alcool. Je n'ai jamais vu un mec stone se battre avec un autre ou faire des trucs fous ou dangereux. Quand l'alcool s'en mêle, c'est différent. Avec les joints, on est cool, sur un banc ou dans un canapé à délirer. Même si les discussions n'ont parfois ni queue ni tête, de temps en temps, la conversation touche des trucs vraiment profonds, qu'on n'aurait peut-être pas atteints en discutant de façon plus rationnelle.

Ni dramatiser, ni banaliser

Le Point Cannabis à Liège a été inauguré en octobre 2007 au sein de la Maison du Social de la Province de Liège. Depuis, des antennes ont été ouvertes à Seraing, Visé, Waremme et Herstal. À l'écoute des jeunes mais aussi des parents, une équipe d'assistants sociaux et de psychologues. Interview de sa responsable: Sylvie Étienne, criminologue.

Le Ligueur : Pourquoi avoir ciblé le cannabis à travers le nom de votre association ?

Sylvie Étienne : "Il y a un flou qui entoure le cannabis plus que d'autres produits, avec des controverses sur les effets qu'il engendre, sur la dépendance, physique ou non, sur l'aspect légal, etc. C'est un produit sur lequel circulent encore beaucoup de fausses idées, raison pour laquelle nous voulons apporter

des informations claires et précises. Il y a eu un tel phénomène de banalisation que, pour certains, le cannabis n'a aucune nocivité. De plus, le cannabis est un bon point d'accroche car, dans la majorité des situations que nous approchons, il y a autre chose."

Les effets du cannabis

L. L. : Est-ce qu'on ne pourrait pas vous reprocher de ne vous "intéresser qu'à" une drogue douce face aux drogues dures ?

S. É. : "Nous n'aimons pas cette distinction entre drogues douces et drogues dures, car notre attention se fo-

calise sur l'usage que l'on a d'un produit. Prenons l'exemple de l'alcool dont on dit que ce n'est pas une drogue, douce ou dure, et pourtant l'alcool a une dangero-

sité suivant l'usage que l'on en a."

L. L. : Votre action a démarré à Liège, puis s'est étendue à d'autres localités.

Une nécessité ?

S. É. : "Il y a une plus grande accessibilité au cannabis en ville. À Liège, il y a au moins, trois endroits où l'on peut facilement s'en procurer. Il y a aussi plus d'écoles en ville et donc plus de jeunes. Le marché ne s'y trompe pas. Mais je ne suis pas certaine que les jeunes des campagnes consomment moins. Il ne faut pas négliger ce qui se passe en dehors des milieux urbains"

L. L. : Si mon enfant est pris en possession de cannabis par la police, que risque-t-il ?

S. É. : "Rappelons d'abord que, pour le mineur, tout est interdit: production, détention, consom-

mation, vente. S'il est pris en possession de cannabis, la réaction est très variable, d'un policier à l'autre, d'un commissariat à l'autre. Ils vont peut-être confisquer le produit, téléphoner aux parents pour qu'ils viennent rechercher le mineur qui aura droit à une réprimande, et ce sera terminé. Si l'enfant a des antécédents, un procès-verbal peut être rédigé et transmis au parquet de la jeunesse, qui y réservera les suites qu'il estime les plus appropriées. Il n'y a pas d'amendes prévues pour les jeunes puisqu'une amende est une peine. Les jeunes font l'objet de mesures adaptées à leur situation."

L. L. : Est-ce que ces interprétations de la loi ne contribuent pas à un certain flou ?

S. É. : "Le flou autour du cannabis est lié à une moindre dangerosité du produit, même si elle n'est pas négligeable. C'est un peu comme l'alcool. Vous ne ferez jamais une overdose de cannabis, mais si vous en fumez beaucoup ou si vous réagissez mal au produit, vous pouvez provoquer un accident de moto ou d'auto. Ceci dit, on sait que le cannabis a des effets sérieux sur un cerveau en formation. Certains développent le syndrome a-motivationnel, c'est-à-dire des individus qui n'ont plus aucune envie, aucun goût à rien après une consommation régulière. Cela peut avoir des conséquences sur la scolarité ou sur le comportement du jeune."

Comment savoir si votre ado fume ?

L. L. : Est-ce qu'il n'est pas paradoxal que les parents soient paniqués alors qu'il y a une banalisation du cannabis ?

S. É. : "Notre pratique montre qu'il y a deux

types de parents. Ceux qui ont eux-mêmes été consommateurs, réguliers ou occasionnels, et ceux qui ne l'ont jamais été. Ces derniers sont plus paniqués. Il y a aussi une grande différence dans les modes de consommation chez les parents qui l'ont connue : culturel, festif, en groupe, avec un produit considéré comme naturel. Aujourd'hui, la consommation du cannabis peut être très différente, il est aussi consommé avec d'autres produits."

L. L. : Y a-t-il des signes qui justifieraient une inquiétude objective du parent ?

S. É. : "Les signes sont plus liés au comportement du jeune qu'à des signes physiques : un jeune qui s'isole, qui a un changement de résultats scolaires, qui diminue ses fréquentations ou ses loisirs, qui devient irritable doit retenir l'attention de ses parents. Il faut que la consommation soit importante pour qu'il y ait de réels signes physiques de dépendance."

L. L. : Et la place de l'école ?

S. É. : "Dans notre travail, elle est double. Nous faisons beaucoup d'animations en milieux scolaires. Il y a une réelle demande. Cela commence dès les primaires avec une animation sur les consommations en général, sans focaliser sur le cannabis. Il y a une tendance à informer les élèves de plus en plus tôt et avant le

passage en secondaire, puisque c'est au secondaire que se produisent majoritairement les premiers contacts. Nous proposons un jeu intitulé : 'Cool les jeunes ? Vu les risques, pas si sûr !' Les animations

portent aussi sur les notions de choix responsables, d'esprit critique, etc. Savoir dire non à ce que l'on n'a pas envie de faire. Et surtout le renforcement de l'estime de soi, qui fait souvent défaut. On ne vient pas faire de grand-messe en classe sur le cannabis. Par ailleurs, des professeurs, des éducateurs nous consultent pour s'informer ou exposer une situation face à laquelle ils sont démunis. Nous avons également réalisé une exposition avec le professeur Paul Verbanck de l'Hôpital Brugmann sur le sujet."

Des réponses pour les parents

L. L. : Un parent vient vous trouver parce qu'il pense que son enfant consomme du cannabis. Quel premier conseil lui donnez-vous ?

S. É. : "Cela peut paraître bateau, mais nous insistons sur la communication. Une communication qui évite autant la banalisation que la dramatisation. Si le parent parle d'un jeune qui prend occasionnellement du cannabis, il n'y a pas lieu de dramatiser comme lorsque la consommation devient régulière. Le parent doit pouvoir faire un état des lieux. La plupart des parents sont

catastrophés quand ils nous contactent. Il faut pouvoir relativiser sans nier leur inquiétude. Si vous pensez que votre enfant a fumé son premier joint, inutile de le traîner chez le médecin, de lui faire faire des tests urinaires."

L. L. : Ensuite, que proposez-vous aux parents ?


S. É. : "Nous leur apportons l'information la plus complète possible, notamment sur les effets du cannabis. Soit cette information peut être utilisée à la maison et nous ne les revoyons plus. Soit ils reviennent pour un accompagnement avec ou sans le jeune. Le suivi peut aussi se faire avec le jeune seul. Des assistants sociaux sont disponibles du lundi au vendredi, sans rendez-vous, pour écouter, échanger, informer, conseiller, orienter. Nous avons aussi une équipe pluridisciplinaire qui, sur rendez-vous, réalise un bilan de la situation et peut accompagner un arrêt ou une diminu-

tion de la consommation de cannabis. Nous pouvons aussi l'orienter vers d'autres services, quand la problématique cannabis conduit vers d'autres problèmes. Comme nous ne sommes pas insérés dans une structure médicale comme la Clinique Cannabis à Bruxelles, nous avons un médecin référent chez

qui nous envoyons le jeune en cas de problèmes de santé. Si le jeune est en décrochage scolaire, nous l'enverrons vers le Centre PMS ou le Service d'Accrochage Scolaire (SAS). Il y a aussi les Points d'appui aux écoles en matière de prévention des assuétudes à Liège, Verviers et Huy dans notre province. Il y


a aussi le Centre spécialisé en matière d'assuétudes. Notre maison du Social a également inauguré un service Open Ado, sur le modèle français de la Maison des Adolescents."

■ Propos recueillis par **Michel Torrekens**



C'est le nombre de grammes de cannabis que peut détenir un jeune de moins de 18 ans.

Contrairement à l'idée qui circule depuis la dernière directive belge de février 2005, un jeune de moins de 18 ans ne peut détenir aucun gramme de cannabis pour son usage personnel. Soit tolérance zéro. Par contre, les 18 ans et plus peuvent détenir jusqu'à 3 grammes à certaines conditions.



17% des consommateurs de cannabis de 15 ans et + habitent la ville

Une enquête (HIS) réalisée en 2008 sur la prévalence de l'usage de cannabis au moins une fois au cours de la vie auprès de la population belge âgée de 15 à 64 ans, soit 14%, a montré une augmentation de la consommation de cannabis en fonction du degré d'urbanisation. Son usage est de 11,6 % en zone rurale, de 12% en zone semi-urbaine et de 17% en zone urbaine.

Marina, 16 ans : "Je fume en toute discrétion..."

Avant d'essayer, je croyais que j'allais avoir la tête renversée, plus savoir où j'étais ou comment je m'appelais. Sur Mars, défoncée comme dans les films. J'ai presque été déçue la première fois. O.K., on est plus détendue, parfois plus molle, on rigole plus facilement, mais à part ça... On reste complètement en possession de ses moyens, la plupart des gens ne remarquent rien. Surtout quand on a l'habitude.

Avec les parents, c'est un peu différent. Le plus gros problème, ce sont les yeux rouges, mais il suffit de mettre des gouttes vendues en pharmacie (comme les Minhavez) pour que les yeux redeviennent blancs comme neige. Et on peut facilement justifier leur achat par le port de lunettes, la blancheur des néons des classes ou des migraines. Pour l'odeur, il suffit de se laver les mains et de mâcher un chewing-gum. Et si ça sent quand même la fumée, on peut dire qu'on a été dans un café, chez un copain qui fume ou dans sa voiture. En faisant un peu attention, ce n'est pas dur de fumer en toute discrétion.

En fait, ceux qui cachent ça à leurs parents aimeraient parfois bien pouvoir en parler ouvertement, mais c'est souvent impossible. Le cannabis est diabolisé, on passe pour une junkie et il n'y a pas moyen d'en parler calmement.

Mathieu, 17 ans : "Le cannabis, c'est pas une drogue dure"

Je ne sais pas si le nombre de jeunes qui fument des joints a vraiment augmenté, mais quand j'en parle avec des potes plus âgés, je n'en ai pas l'impression. Peut-être par rapport à il y a vingt ans. Ou encore avant, mais avec les hippies, les années soixante ou septante, je suppose que beaucoup de gens fumaient aussi, en tous cas c'est l'image qu'on en a. Le seul truc, c'est qu'on est plus habitué, ça devient presque normal, banalisé. D'un côté, ce n'est pas une bonne idée parce qu'il faut que les plus jeunes sachent que ce n'est pas rien de fumer des joints. D'un autre côté, ça entre dans la société, il y a des adultes qui fument, donc on arrête de paniquer pour un joint alors qu'on accepte si facilement l'alcool. C'est con de mettre toutes les drogues dans le même sac, le cannabis et les drogues dures n'ont rien à voir. Je ne pense pas qu'on puisse dire que les joints amènent à la coke ou à l'héroïne. D'ailleurs je connais énormément de gens qui fument, mais pas un seul qui ait touché à autre chose !

02/227 52 52 : une aide au bout du fil, 24h sur 24

Au-delà des chiffres, des informations médicales, des caractéristiques propres aux produits, parler de drogue, c'est interroger le quotidien des familles, leur intimité, leur histoire. Comme l'explique Pascale Anceaux, directrice d'Infor-Drogues.

Le Ligueur: Infor-Drogues dispose d'une ligne téléphonique (02/227 52 52, accessible 24h sur 24). Qui vous appelle ?

Pascale Anceaux : "La moitié des appels viennent de parents: soit ils se demandent si leur enfant consomme, mais veulent en savoir plus car ils n'en sont pas sûrs, soit ils savent que leur enfant consomme et ils voudraient que ça s'arrête, soit leur gamin leur dit que ce n'est pas grave et ils ne savent plus trop que faire, d'autant plus que les sanctions commencent à tomber à l'école.

Lorsqu'on rencontre les parents et qu'on fait ensemble un bilan, dans 90% des cas, ils abordent d'autres sujets comme une rupture amoureuse, un échec scolaire, etc. Toute une histoire surgit bien au-delà du cannabis. Ils ont aussi souvent l'impression que c'est de leur faute. Beaucoup de ceux qui nous téléphonent s'interrogent: 'Qu'est-ce que j'ai bien pu faire? Qu'est-ce que j'ai raté? Je ne sais plus comment agir...'. Notre rôle est de leur permettre de sortir de la solitude. Il y a par exemple des mères qui n'osent pas en parler au père. Beaucoup de parents sont désespérés. Ils n'ont pas d'interlocuteurs."

Premier interlocuteur: le jeune

L. L.: D'une manière générale, que leur dites-vous concernant le cannabis ?

P. A. : "De s'éloigner des généralités, précisément. De se dire que chaque jeune, chaque famille, chaque histoire est différente. Chaque fois qu'un jeune est en situation de fumer du cannabis, des choix différents sont posés. Il y a sans doute trop d'ados qui consomment, même s'il y en a moins qu'avant, mais une consommation occasionnelle n'est pas une consommation excessive. Il faut bien savoir ce que consomme le jeune. Comment? Pourquoi?"

Ensuite, l'inquiétude n'est pas forcément de mise. C'est bon de pouvoir parler et de voir que, peut-être, le pire n'est pas sûr. Que peut-être les choses ne sont pas comme on l'imaginait en tant que parent. En tout cas, la première personne à qui on peut s'adresser, c'est à son enfant pour lui demander ce qu'il fait, où il en est, s'il a des copains, etc. Et de ce qu'il en est avec ce produit qu'est le cannabis. La connaissance que l'on a de son enfant est le premier support dont on dispose. Le seul vrai support."

L. L. : Est-ce que les parents sont armés pour aborder ce débat ?

P. A. : "On a tendance à reprocher beaucoup de choses aux parents. Du coup, ils se reprochent aussi beaucoup de choses. De sorte que l'on vit avec le mythe du parent parfait, qui connaîtrait parfaitement son enfant, qui ferait barrage à tous les ennuis et dont l'amour suffirait à éloigner tout danger. Ce qui est illusoire. Si on met trop de pressions sur les parents, l'inquiétude, l'angoisse et la méfiance vont s'installer. Si on est inquiet, il ne faut pas

rester tout seul pour tenter de mettre des mots sur ce qui se passe, au moment où l'enfant commence à changer et à se différencier de ses parents. Et ce n'est pas facile d'en parler car on touche à l'intimité, au rapport au corps, à l'émotion, au ressenti. Surtout que le gamin va vous renvoyer à votre propre vie, à vos propres choix. On a aussi peur, peur d'être incitatif, de provoquer en interdisant."

L. L. : Ce genre de question ne se règle pas du jour au lendemain...

P. A. : "Nous sommes dans une société de l'urgence. Aborder ces questions demande du temps. Les parents arrivent en crise et voudraient des réponses immédiates. On veut vaincre le stress en un jour, devenir bon parent en deux soirées, arriver à dire non en un claquement de doigt. Quand on se demande comment punir son gamin de 16 ans, cela veut dire qu'on ne l'a pas fait pendant seize ans, pour de multiples raisons. On n'apprend pas à passer subitement d'une position à l'autre. D'autant qu'on veut encore être aimé comme parent."

L. L. : À quel âge en moyenne un adolescent commence-t-il à toucher au cannabis ?

P. A. : "Dans les données relatives aux consommations de cannabis, les plus importantes commencent après 15 ans. Plus on monte en âge, plus on trouve de jeunes qui consomment et des jeunes qui consomment en plus grande quantité. Des études appelées HBSC réalisées au niveau européen ont montré qu'en 2006, en Communauté française, il y avait 6,7% de consommations expérimentales entre 12 et 14 ans, 26,9% pour les 15-17 ans et 38,8% pour les 18-20 ans. Ces derniers sont quand même des jeunes adultes, même s'ils restent nos petits. C'est à propos des consommateurs réguliers qu'il faut se demander ce que le cannabis provoque. Ceux-ci cumulent en général une série de problèmes qu'on associe au produit : ennui, stress, nervosité, isolement, déprime, etc. Le cannabis devient une sorte d'automédication. La société de consommation promeut cela, avec des messages publicitaires qui disent : 'Vous êtes stressés ? Prenez tel produit et tout ira mieux'. Même si cela fait des siècles que, nous les humains, prenons des choses quand ça ne va pas, il faut se demander ce que veut dire ce 'Ça ne va pas'. On a envie d'agir sur ce que l'on ressent, c'est une tentative de reprendre les choses en mains.

C'est ce qu'essaie de faire l'adolescent face à un corps qui pousse dans tous les sens, qui ne sait pas trop où il en est dans la vie, qui ne se situe pas très bien par rapport à ses parents. Les choses lui échappent. Le produit donne l'impression que l'on peut agir sur ce malaise, sans compter qu'il aide à se socialiser, à créer des liens, surtout au début."

Jusqu'à quel âge le parent tolère-t-il la prise de cannabis ?**L. L. : Soyons pragmatiques. Est-ce qu'il y a un moment où des signes devraient alerter le parent d'un danger éventuel ?**

P. A. : "Il faut toujours s'inquiéter quand le comportement du jeune change sans que l'on puisse bien s'expliquer pourquoi. Il fait partie de la famille, c'est la moindre des choses de lui parler pour essayer de l'aider. Ce n'est d'ailleurs pas nécessairement utile de se focaliser sur le cannabis, au risque de provoquer la réaction contraire : 'Mes parents n'ont qu'une idée : m'interdire le cannabis alors que mes difficultés sont ailleurs'. En plus, pour lui, le cannabis est souvent anodin. L'adolescent n'aime pas être cantonné dans quelque chose, être infantilisé. Il faut réfléchir avec lui, discuter. Qu'est-ce qu'on donne comme sens à la consommation ? Comment est-ce qu'on les aide à donner du sens à ce qu'ils font ? Est-ce que fumer du cannabis, c'est comme fumer du tabac ? Pourquoi est-ce qu'il se pète ? Pourquoi a-t-il besoin d'un joint à midi pour manger ? Le soir pour s'endormir ? Que se passe-t-il chez lui ? Cette question est importante pour tous les types de consommation. Si votre enfant présente des signes qu'il fume un joint ou l'autre et que tout va bien pour lui, à l'école, dans ses loisirs, sa vie affective, c'est à vous de savoir quelle position vous êtes prêt à prendre face au cannabis. S'il ne va pas bien, il faut lui en parler.

Ensuite, il faut pouvoir dire son désaccord, donner le sens de celui-ci et puis punir en ayant précisé pourquoi. Sachant que la loi interdit clairement la possession de cannabis pour des mineurs. Cela interpellé comme citoyen : jusqu'à quel âge je tolère ? Et il faut pouvoir être sûr de sa position."

L. L. : Est-ce que la société ne complique pas la vie des parents en envoyant des messages ambigus à propos du cannabis ?

P. A. : "La difficulté tient parfois à l'application de la loi. Elle va dépendre du policier sur qui le jeune va tomber. S'il n'a pas trop sur lui et qu'il n'a pas d'antécédents, il ne va pas y avoir de grandes gesticulations. Il y a des jeunes qui consomment à qui on ne dit rien. La loi dit que la consommation de cannabis est interdite pour tout le monde et tolérée pour les majeurs dans certaines circonstances. Il y a un flou dans les termes et chaque fois qu'il y a un flou, l'adolescent s'y engouffre. Les jeunes se demandent d'ailleurs sur quoi repose la loi. Du coup, la loi n'a pas toujours beaucoup de sens pour eux. L'adulte qui doit leur en expliquer le sens se sent

parfois démuni. Aux jeunes, nous rappelons, nous, que le cannabis n'est pas légal et qu'ils se mettent en danger. Car la société doit aussi aider à modifier les représentations que les jeunes ont du cannabis. Si l'on dit que tous les jeunes consomment, cela signifie que, pour être normal, il faut consommer. Pour d'autres, tout le monde en prend parce que tout le monde en tire du plaisir. Arrêtons de faire croire cela. Il y a aussi la loi de la famille : chaque père, chaque mère met en place une série de règles, comme ils peuvent le faire par exemple avec la cigarette ou le tabac pourtant tolérés par la loi. Il faut, pour entamer ce dialogue, que l'adulte soit au clair sur la question : est-ce que vous pouvez envisager que votre gamin fume un joint ou non ? Il y a la règle familiale et puis il y a le respect de celle-ci, avec la sanction en cas de transgression."

L. L. : Pas toujours simple de dire non...

P. A. : "Quand des parents ne savent plus dire non, il faut qu'on les aide et si possible avant l'adolescence. Il faut rappeler la loi, ce n'est pas un accessoire, mais cela ne suffit pas s'ils n'ont jamais dit non. Il faudra inventer avec eux comment pouvoir dire non. Ce n'est pas être flou que de dire cela, mais c'est tenir compte de l'histoire de certaines familles. Certaines se sentent seules et dépourvues, honteuses parfois, et pas uniquement par rapport au cannabis. Car l'usage problématique du cannabis est souvent le symptôme

d'autre chose. Il met quelque chose en avant et il prend toute la place, ce qui permet de ne pas aller voir derrière ce qui est en train de se passer.

L. L. : Derrière la prise de cannabis se nicherait la question d'une certaine éducation ?

P. A. : "Des parents s'autorisent de moins en moins à empiéter sur la liberté de leurs enfants qui auraient le droit de décider de tout. Il y a une difficulté à différencier aujourd'hui les adultes des enfants. On

est prisonnier d'une certaine égalité, où le parent se demande de quel droit il peut s'immiscer dans la manière dont fonctionne son jeune. Le parent peut encore dire son inquiétude à son enfant. On peut lui demander des comptes. Il peut prendre conscience de sa responsabilité face à ces situations. Cette question de la prise de risque est fondamentale au moment de l'adolescence et le reste chez l'adulte aussi. Nous savons tous que ce n'est pas parce que l'on nous explique une chose que nous l'appliquons pour autant. Si on ne faisait que des choses bonnes pour la santé, il n'y a plus une seule personne qui fumerait une cigarette aujourd'hui. Après, on interroge, on prend le temps, on retrouve ses manches et on tricote comme on peut des solutions. C'est ça, l'éducation. La dépendance au cannabis est surtout psychologique et ne se mesure pas. C'est la pire, car on n'en prend conscience que lorsqu'elle est installée. De là l'importance d'être proche de ses jeunes, de ses amis, de ses conjoints et d'oser leur dire: 'Il me semble que cette fois tu en fais beaucoup.' Même si ce n'est pas facile à dire, car dans notre société, chacun est libre de faire ce qu'il veut tant qu'il ne blesse pas son voisin. On doit respecter la liberté de l'autre, mais la solidarité, c'est de veiller les uns sur les autres..."

■ Propos recueillis par **Michel Torrekens**

Adresses utiles

● Votre adolescent consomme du cannabis

et vous êtes inquiet : des associations sont là pour vous aider...

- Point Cannabis, à Liège : pointcannabis.be - 04/ 237 93 09 11
- Infor-Drogues (Bruxelles): infordrogues.be, avec une permanence téléphonique 24h/24h : 02/ 227 52 52
- Cannabis Clinic (Bruxelles) : chu-brugmann.be - 02/ 477 35 20
- Prospective jeunesse (Bruxelles) : prospective-jeunesse.be - 02/512 17 66

● Vous voulez en savoir plus sur le cannabis, sa consommation, ses dangers...

- leligueur.be > biblioweb > santé > assuétudes > cannabis. Internet regorge de brochures à télécharger sur le sujet.
- "Cannabis et adolescence, des liaisons dangereuses", Patrice Huerre et François Marty, Edition Albin Michel.

● Vous cherchez des infos concernant la législation en Belgique...

- leligueur.be > biblioweb > santé > assuétudes > cannabis

● Vous voulez poser des questions, échanger vos expériences avec d'autres parents...

- Les Ateliers des parents organisés par La Ligue des familles :

Accros aux écrans, cannabis, alcool... Comment gérer ces dangers avec nos ados ?

Mercredi 26 octobre de 19h à 22h à Court-Saint-Étienne.

Informations : 02/507 72 11 - atelierdesparents937@liguedesfamilles.be

Alcool, comment gérer avec nos ados ?

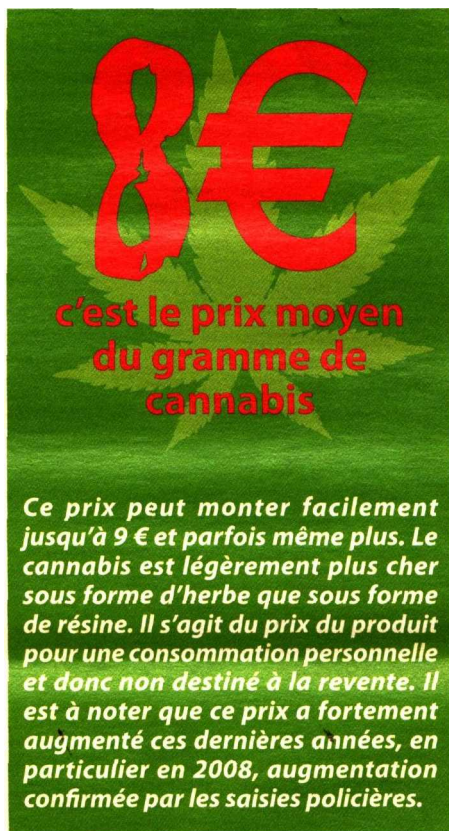
Mardi 25 octobre de 19h à 22h à Mons.

Informations : 02/507 72 11 - atelierdesparents933@liguedesfamilles.be



10%
un conducteur sur dix gravement accidentés a pris du cannabis

L'étude "Driving under Influence of Drugs, Alcohol and Medicines" réalisée entre 2007 et 2010 auprès de patients transférés aux urgences après un accident de la circulation a révélé que près d'un conducteur sur dix était sous l'influence de cannabis (seul ou en combinaison avec d'autres substances). Pour lutter contre ce fléau, des tests salivaires sont utilisés par la police. 35.000 tests ont été commandés pour 2011-2012 (Source : IBSR).



8€
c'est le prix moyen
du gramme de
cannabis

Ce prix peut monter facilement jusqu'à 9 € et parfois même plus. Le cannabis est légèrement plus cher sous forme d'herbe que sous forme de résine. Il s'agit du prix du produit pour une consommation personnelle et donc non destiné à la revente. Il est à noter que ce prix a fortement augmenté ces dernières années, en particulier en 2008, augmentation confirmée par les saisies policières.

Simon, 15 ans : "Où en trouver ?"

C'est très facile. Il y a toujours un copain ou le copain d'un copain qui en a, ou alors des dealers au hasard qui vendent dans des endroits "connus". Sinon, quand on repère quelqu'un qui fume, on peut lui demander s'il n'a pas une "dépanne". Dans le pire des cas, il suffit d'avoir un peu de temps et une voiture. Les coffee shops de Hollande ne sont pas très loin.

Irina, 16 ans : "Le pet' est partout"

Les adultes ne s'en rendent pas compte, mais les jeunes fument un peu partout. Dans les soirées, les parcs, les concerts, les festivals, à l'extérieur des cafés, tout simplement dans la rue... Bien sûr, tout le monde ne fume pas partout, tout le temps. Et tous les jeunes ne sont pas concernés, certains sont à mille lieues de tout ça. Ça dépend de l'âge, du milieu (pas que social), du genre et de la fréquence des sorties...