

> Informer > évaluer > conseiller > accompagner

NOUVELLE  
CALEDONIE

# LE CANNABIS

Ce qu'il faut  
**savoir**

*Le cannabis est une réalité*

ADDICTOLOGIE

2009 Nouvelle-Calédonie

[www.ass.nc](http://www.ass.nc)



AGENCE SANITAIRE ET SOCIALE  
de la Nouvelle-Calédonie





## 1. Cannabis et conduite d'un véhicule

### Yannick, 16 ans :

"Moi, je n'ai pas de permis de conduire. Par contre, je fais du vélo, ou du booster et je fume du cannabis. Quand on en fume régulièrement, on est défoncé, donc on a moins de réflexes, l'attention est moins bonne. Par exemple, en vélo, on arrive à un croisement et puis on dit qu'on gère le virage, en fait on ne le gère pas. Au mieux,

*on tombe tout seul, au pire, on fait tomber des gens ou on se fait renverser par une voiture."*

### L'avis du spécialiste

La consommation de cannabis entraîne un certain nombre d'effets pouvant rendre dangereuse la conduite d'un véhicule :

- mauvais réflexes en situation d'urgence,
- difficulté de contrôler une trajectoire,
- mauvaise coordination des mouvements,
- temps de réaction allongé.

Ces effets peuvent durer de 2 à 10h suivant les individus. La prise d'alcool et de cannabis aggrave considérablement ces effets, même si l'alcool a



été consommé à faible dose : le mélange accroît donc les risques d'accidents.

### Recommandations :

- Ne prenez pas le volant après avoir consommé du cannabis, même après plusieurs heures.
- Pour une personne qui a consommé du cannabis, faites tout pour la dissuader de conduire, même après plusieurs heures.

La loi du 3 février 2003 punit de deux ans d'emprisonnement et 537 000 CFP d'amende toute personne ayant conduit

sous influence de substances ou plantes classées comme stupéfiants.

■ Si la personne se trouvait également sous l'emprise de l'alcool (0,5g d'alcool par litre dans le sang), les peines sont portées à trois ans d'emprisonnement et 1 074 000 CFP d'amende. Des contrôles avec un dépistage d'usage de stupéfiants peuvent être réalisés par les policiers et les gendarmes.

## 2. Cannabis et lois

### Kevin, 19 ans :

*« Au début, un joint de temps en temps, c'était pas cher ! Surtout quand c'est les copains qui t'en refilent. Mais petit à petit, sans m'en rendre compte, j'en ai fumé de plus en plus, tous les jours. Maintenant, tout mon fric y passe et je me suis même mis à revendre. »*

### L'avis du gendarme

■ Un jeune qui fume régulièrement du cannabis peut rarement financer sa consommation avec son argent de poche.



Certains sont donc conduits à voler, ou à revendre du cannabis pour financer leur consommation. Dans tous les cas, ils sont dans l'illégalité et s'exposent à des poursuites, voire à de sérieux ennuis avec la gendarmerie.

- Si la gendarmerie vous retrouve en possession de cannabis, même si la quantité retrouvée est très faible, c'est un délit pour lequel la loi prévoit une peine allant jusqu'à un an d'emprisonnement et 450 000 CFP d'amende.

- Si vous vendez ou donnez du cannabis - même pour "dépanner" un copain - vous encourez une peine pouvant

aller jusqu'à dix ans de prison et 8 950 000 CFP d'amende. Ces peines sont doublées quand le cannabis est vendu ou donné à des mineurs. Cela peut aussi s'appliquer aux complices du vendeur.

### 3. Cannabis et mémoire

**Brian, 15 ans :**

« Au début, j'avais du mal à retrouver mon mobilis, mon lecteur MP3... Mais j'y faisais pas gaffe !

Il faut dire que je fume presque tous les jours et aujourd'hui j'ai du mal à m'endormir et surtout à me réveiller pour aller en cours.

*C'est dur de se motiver, et je crois maintenant que c'est à cause du cannabis...*

*Je n'enregistre plus rien, les cours c'est la galère, mes résultats scolaires sont en chute libre. Mes parents me tombent dessus pour mes notes, ma mère a trouvé une enveloppe d'herbe dans une poche de l'un de mes jeans... ils me prennent la tête ! »*

#### ► L'avis d'un intervenant en éducation pour la santé :

"Lorsque la consommation de cannabis devient régulière, d'autres effets peuvent apparaître comme :

- des pertes de mémoire ;
- une démotivation, c'est-à-dire ne plus avoir goût à rien, ni l'envie de faire quelque chose de sa vie.

**Bien souvent, ces effets sont à l'origine de problèmes scolaires et/ou familiaux. Le fumeur a alors du mal à y faire face.**

#### Recommandations :

Ces effets sont réversibles, dès l'arrêt de la consommation, la mémoire et la motivation s'améliorent.

- Si vous êtes concernés par ces effets ou ces problèmes, n'attendez pas ! Réagissez ! Essayez d'arrêter !

- Si vous avez du mal à réduire ou à arrêter, parlez en autour de vous (amis, professeurs, infirmière scolaire, professionnels de santé...) une dépendance s'est peut-être installée.



## 4. Cannabis et dépendance

**Thérésa, 22 ans :**

« Quand j'ai commencé, je pensais... « j'm'arrête quand je veux »...Mais rapidement, j'ai pris l'habitude de fumer un petit stick dès le matin avec mon café, puis le midi... Et le soir, pareil... sinon, je ne m'endormais pas. Mes parents me trouvaient de plus en plus ramollie ! Mes amis aussi faut dire ! Alors ils ne voulaient plus traîner avec moi.

Je leur promettais que je pouvais réduire ou même m'arrêter... mais ce n'était pas vrai, j'en avais besoin de plus en plus... sinon j'étais grave énervée ! Aujourd'hui, j'ai arrêté...je me sens nettement mieux dans mon corps et dans ma tête. J'avais peur d'en parler mais j'ai su trouver une écoute. »

### ► L'avis d'un intervenant en éducation pour la santé :

- Réduire ou arrêter de fumer n'est pas si facile. Nous ne sommes en effet, pas tous égaux devant le risque de dépendance.



- Quand vous consommez régulièrement du cannabis, votre cerveau se met à fonctionner différemment et vous vous habituez petit à petit à l'effet qu'il produit en vous.

- Lorsque vous essayez de réduire ou d'arrêter, quand la dépendance est installée, comme pour Thérésa, certains désordres peuvent apparaître : irritabilité, difficultés à s'endormir ou à se réveiller et un mal-être qui peut durer plusieurs semaines.

### Recommandations :

- Ne pas hésiter à discuter avec des professionnels de ce que vous ressentez quand vous essayez d'arrêter.
- Une solution vous correspond. Certaines structures de santé sont là pour la rechercher avec vous et vous accompagner.

## 5. Où se renseigner ?

- **Auprès d'un professionnel de santé de proximité**

- **Service de prévention en addictologie de l'ASSNC** **25.50.61**  
7<sup>er</sup> rue de la République - Nouméa

- **Association Vie Sans Drogue (AVSD)**

- 28, Rue André Rolly - Magenta (foyer soleil) **26.21.14**

Lieu d'accueil, d'écoute et de parole qui s'adresse aux personnes en difficulté.

## 6. Où demander de l'aide ?

- **Auprès de votre médecin traitant**

- **Auprès du dispensaire le plus proche**

- **Consultation Cannabis DECLIC** **25.50.78**

7<sup>er</sup> rue de la République - Nouméa - Email : [declic@ass-addictologie.nc](mailto:declic@ass-addictologie.nc)

Entretiens confidentiels et gratuits pour les 12-25 ans et leurs proches.

- **Centre de soins en addictologie** **24.01.66**

1 bis rue du Général Gallieni - Nouméa - Email : [soins@ass-addictologie.nc](mailto:soins@ass-addictologie.nc)

Accueil et écoute, évaluation, préparation et suivi, information et accompagnement, aide.



- **Centre d'Accueil et de Soins pour Adolescents (CASADO)** **25.52.33**

18 rue J-Baptiste Dézarnaulds - Centre Ville

Lieu d'écoute, de soutien et de soins pour les jeunes de 13 à 20 ans et leurs proches.

## Les sites internet

### [www.ass.nc](http://www.ass.nc)

Le site de l'agence sanitaire et sociale de la Nouvelle-Calédonie.

[www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr) Pour en savoir plus sur le cannabis et les autres drogues.

### [www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)

Le site de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES).

[www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com) Le site propose une documentation, des dossiers mensuels, des actualités, des forums et la possibilité de questionner des professionnels de santé.

