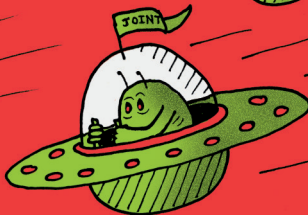




CANNABIS

HERBE ET HASCHICH



MISE À JOUR 2020





Réalisée en collaboration avec des usagers de cannabis,
cette brochure s'adresse aux consommateurs et à leurs proches.

**► *Le but de cette brochure
n'est pas d'encourager ou de
décourager la consommation
mais de donner une information
correcte et détaillée pour un
usage à moindre risque.***

La détention, la production, l'achat et la vente de cannabis sont interdits par la loi sur les stupéfiants de 1921, révisée en 1975 et modifiée en 2003.

Être détecté positif à la présence de produits psychotropes au volant d'un véhicule fait également l'objet de poursuites judiciaires.

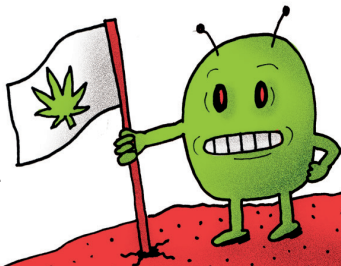
TABLE DES MATIÈRES

- p.4** Qu'est-ce que c'est?
- p.10** Quels sont les effets?
- p.14** Quels sont les risques?
- p.20** Que dit la loi?



**SI VOUS NE DEVEZ LIRE
QU'UNE SEULE CHOSE
DANS CETTE BROCHURE :**


- P. 26** 12 façons de réduire les risques.
- P. 30** Que faire en cas d'urgence ?





1. QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le cannabis (ou chanvre indien) est proche sur le plan botanique de l'ortie et du houblon.




Cette plante a été cultivée à travers les siècles pour ses qualités **horticoles** et **psychotropes**. Le cannabis est le produit psychotrope illégal le plus consommé dans le monde.

Aujourd'hui, on redécouvre l'usage du **chanvre** dans la fabrication de papier, de vêtements, et comme matériau de construction.

Le cannabis consommé pour ses effets psychotropes est issu de trois sous-espèces :

- **INDICA** (effet stone, physique, relaxation mentale, lourdeur)
- **SATIVA** (effet high, cérébral, énergique, euphorisant, créatif)
- **RUDERALIS** (très faiblement psychotrope, destiné à l'usage industriel).

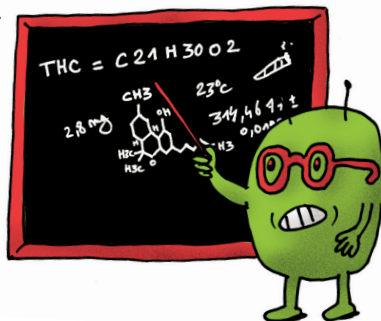
La plupart des variétés de cannabis sont **hybrides** : des croisements entre ces trois familles.



La plante produit plusieurs cannabinoïdes dont certains sont psychoactifs. Les plus connus sont le Delta-9-tétrahydrocannabinol **(THC)** et le cannabidiol **(CBD)**.

Le THC est le seul cannabinoïde d'origine végétale qui soit actuellement **interdit**.


Récemment sur le marché, on a vu apparaître du **CANNABIS DE SYNTHESE**.
(voir p.8)






LES PRINCIPALES PRÉPARATIONS OBTENUES À PARTIR DU CANNABIS

L'HERBE (appelée aussi « marijuana », « beuh », « weed », « ganja ») est composée de **fleurs séchées**. Sa teneur en THC peut aller **jusqu'à 30%**.



LE HASCHICH est appelé aussi "hasch", "shit". Il est fabriqué à partir de la **résine** produite par la plante. Il se présente sous la forme d'une pâte assez dure, dont la couleur peut varier du jaune au noir en passant par le brun. Selon le procédé de fabrication et de coupe, le taux de THC peut considérablement varier et aller **de quelques % à environ 40%**.



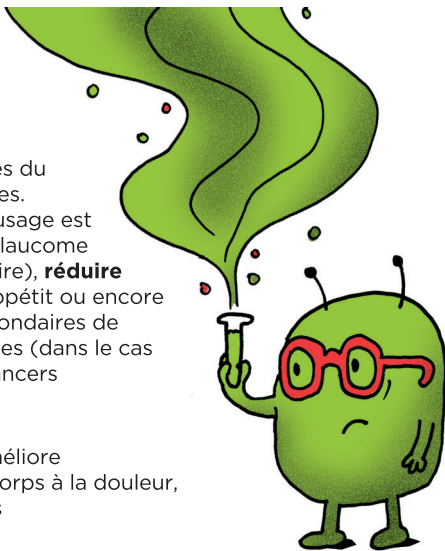
L'HUILE (BHO) est un produit moins courant, fabriqué à partir de la **résine** de la plante. Elle a l'aspect d'une pâte visqueuse, le plus souvent de couleur brun foncé voire noir. Sa teneur en THC peut atteindre **50%**.

***Ces dernières années, la concentration en
THC du cannabis sous toutes ses formes a augmenté.***

USAGE THÉRAPEUTIQUE

Les vertus thérapeutiques du cannabis sont nombreuses. Dans certains pays, son usage est autorisé pour **traiter** le glaucome (hypertension intraoculaire), **réduire** les douleurs, stimuler l'appétit ou encore **combattre** les effets secondaires de certaines thérapies lourdes (dans le cas du sida ou de certains cancers par exemple).


Le cannabidiol (**CBD**) améliore la réponse naturelle du corps à la douleur, l'anxiété et le stress dans le système nerveux.



CANNABIS DE SYNTHÈSE

Les cannabinoïdes synthétiques sont des drogues différentes du THC. Ils comportent leurs propres risques et effets secondaires (souvent inconnus dans le cas de produits récents).

- ▶ Produit composé de cannabinoïdes de synthèse (des molécules qui imitent les effets du cannabis) non répertoriés comme stupéfiants.
- ▶ Sous forme de poudre (Research Chemicals) ou mélangé à des herbes ou feuilles séchées.
- ▶ Principalement vendu sur Internet comme encens ou pot-pourri dans des petits sachets colorés aux noms variés (Spice, K2, etc.).
- ▶ Il est souvent très difficile de savoir quelle(s) drogue(s) synthétique(s) se trouve(nt) dans un sachet de « cannabis de synthèse ».
- ▶ La concentration en principes(s) actif(s) est très variable d'un échantillon à l'autre en raison des méthodes de production peu contrôlées. Le risque de surdosage est par conséquent important, d'autant



plus que les cannabinoïdes de synthèse utilisés peuvent être beaucoup plus puissants que le THC (jusqu'à 100 fois).

▶ La consommation de cannabis de synthèse peut provoquer des crises psychotiques agressives (avec bad trip, hallucinations, paranoïa, etc.) potentiellement dangereuses pour l'utilisateur. Dans les cas extrêmes, elle peut provoquer la mort par overdose. Il est donc vivement conseillé d'être très prudent lors de sa consommation.

QUELQUES CONSEILS DE RÉDUCTION DES RISQUES :

- ▶ Mieux vaut commencer par une quantité largement inférieure à la dose habituelle.
- ▶ Ne pas se fier sur ce qui est mentionné sur le site de vente (voir fiabilité du site).
- ▶ Faire tester son produit.
- ▶ S'informer au préalable sur les effets et le dosage du produit à consommer via des forums spécialisés. (Psychonaut.com).
- ▶ Eviter les mélanges.
- ▶ Eviter de consommer seul.

En cas de Research Chemicals :
Utiliser une balance de précision (en milligrammes).

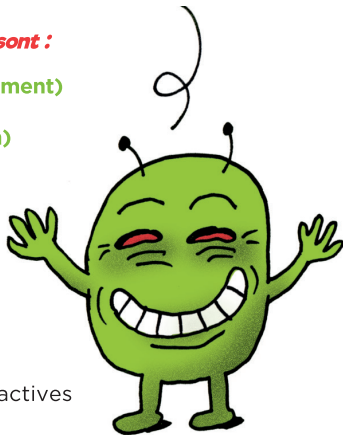
2. QUELS SONT LES EFFETS ?

Les effets psychotropes du cannabis sont :

- ▶ la détente (décontraction, détachement)
- ▶ un état d'euphorie et de bien-être
- ▶ une ivresse agréable (désinhibition)
- ▶ une amplification de l'imagination, de l'humeur et des sensations
- ▶ une possible modification de la perception du temps, des sons, de la musique et des couleurs.

Mais les effets varient selon :

- ▶ La **concentration** en substances actives présentes dans le produit.



- ▶ La **fréquence** et le **mode** de consommation.
- ▶ Les **mélanges** éventuels avec d'autres produits psychotropes (alcool, médicaments, XTC, etc.).
- ▶ La **quantité** consommée et la **qualité** du produit.
- ▶ Le **contexte** de consommation.
- ▶ La personnalité, l'humeur, **l'état d'esprit** et les attentes du consommateur.

*En fonction de l'humeur et du contexte, les effets varient et peuvent aller de l'hilarité à l'angoisse ou au délire paranoïaque.
La consommation de cannabis n'entraîne pas systématiquement des troubles mentaux, toutefois l'usage de cannabis peut déclencher un trouble schizophrénique chez une personne prédisposée.*

EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

***Perte temporaire
de la mémoire***

***Modification
du rythme cardiaque
et de la pression
artérielle (risque
de chute de
tension)***

***Hypoglycémie
(diminution du taux de
sucre dans le sang) :
sensation de faim et malaise
qui disparaissent après
l'absorption de sucre***

***Sécheresse de la
bouche, blanc de
l'œil rougi***

***Troubles
du mouvement,
vertiges, somnolence***

Nausée

***Hallucinations (modifications
auditives et sensorielles) en cas de
prise rapide d'une quantité élevée de
THC, notamment par ingestion ou
avec de l'huile.***

Irritabilité

***Diminution de la
concentration (Le
cannabis augmente
aussi le temps de
réaction)***

Paranoïa, bad trip

BAD TRIP

Le cannabis, comme la plupart des psychotropes, renforce l'état d'esprit initial du consommateur. Une crise d'angoisse ou de panique (qu'on appelle bad trip) peut survenir, d'autant plus si on est stressé ou mal à l'aise avant de prendre le produit.

Que faire en cas de bad trip :

- ▶ Chercher un endroit tranquille
- ▶ S'entourer de personnes de confiance
- ▶ Boire ou manger quelque chose de sucré

Ces effets indésirables se dissipent après minimum deux ou trois heures, selon la **quantité** consommée, le **mode** de consommation et les éventuels **mélanges**.

(voir conseils de Réduction des Risques p.26)



3. QUELS SONT LES RISQUES ?

MODE DE CONSOMMATION

FUMÉ : le plus souvent, le cannabis est mélangé au tabac dans une cigarette roulée (joint, pétard, stick). Il peut aussi être fumé dans un bang/pipe à eau ou dans une petite pipe.

VAPORISÉ * : le cannabis peut être consommé à l'aide d'un vaporisateur, sans combustion. Certains cannabinoïdes (CBD) sont disponibles à la vente sous la forme de E-liquid pour cigarettes électroniques.

INGÉRÉ : Le cannabis peut être incorporé à la nourriture (space-cake, thé, beurre, etc.)

* L'ajout d'huile de cannabis ou d'huiles de cannabinoïdes (CBD ou THC) dans du E-liquid pour cigarette électronique est très risqué et peut provoquer une maladie pulmonaire aiguë.



EFFETS ET RISQUES SPÉCIFIQUES

Les **EFFETS** du cannabis sont presque immédiats et durent en général de 1 à 4 heures. Fumer du cannabis fait courir les mêmes risques que le tabac en raison de l'inhalation de fumée (essoufflement, cancers, irritations, bronchites, etc.). Mais en termes de **toxicité**, la fumée de cannabis a un taux plus élevé de monoxyde de carbone et de goudron.

Les **EFFETS** sont plus lents et se ressentent au bout d'une heure en moyenne et peuvent durer de 6 à 8 heures selon la dose. Les effets sont plus imprévisibles et peuvent être vécus comme plus intenses. Les effets arrivant plus tard, il y a un risque de **surconsommation**. Attention au dosage! Patience pour les effets.





AUTRES RISQUES LIÉS AUX MODES DE CONSOMMATION

► Il n'y a pas de risque d'overdose mortelle **au cannabis d'origine végétale (attention au cannabis de synthèse)** mais une **surconsommation** peut induire un état **d'intoxication** (vertiges, nausées, vomissements, etc.).

► Le mélange **cannabis - alcool** peut provoquer des effets imprévus, pas toujours agréables. (nausées, vomissements, etc.)

► Le mélange **cannabis - amphetamine** retarde les effets


► Le mélange **cannabis - hallucinogène** accentue les hallucinations.

► La consommation de cannabis entraîne une **perte d'attention**. La manipulation de machines (outils) ou la conduite d'un véhicule moteur comporte des risques d'accident.



AUTRES RISQUES LIÉS AU CARACTÈRE ILLÉGAL DU PRODUIT

► La **qualité du produit n'est pas contrôlée**, sauf en cas de culture personnelle (rappel à la loi, p.18). Le haschich et l'herbe





peuvent parfois être coupés avec des substances toxiques (cirage, laque, verre pilé, etc).

- ▶ On trouve le cannabis sur le marché **clandestin** chez des vendeurs qui, parfois, proposent d'autres drogues.
- ▶ La consommation de cannabis n'est **pas toujours socialement acceptée**, contrairement à celle de l'alcool. Elle peut entraîner un rejet social.
- ▶ Le cannabis se trouve sur la liste des **produits dopants**. En Fédération Wallonie-Bruxelles, les organisations antidopage peuvent contrôler la présence du cannabis chez les sportifs, qu'ils soient professionnels ou amateurs.


- 17 -





TEMPS DE DÉTECTION DU PRODUIT APRES CONSOMMATION

La durée durant laquelle le THC reste dans le corps varie en fonction du consommateur (âge, sexe, poids, taille, métabolisme, état de santé), de la teneur en THC et de la fréquence de consommation.



DANS LA SALIVE : le THC est éliminé en 1h, mais les traces d'usage peuvent être détectées jusqu'à **14h après le dernier usage**

DANS LE SANG : le THC peut être détecté **jusqu'à 2 jours** après la dernière prise de cannabis

DANS L'URINE : Même après une seule prise, le THC est

détectable dans les urines.


Entre 1 et 6 jours

(usage occasionnel)

Jusqu'à 15 jours (usage fréquent)

Jusqu'à 40 jours (usage très élevé)

DANS LES CHEVEUX : le THC apparait dans les cheveux 7 jours après mais reste détectable jusqu'à **plus de 90 jours.**



L'inhalation passive de fumée de cannabis peut également être détectable dans la salive et dans les urines.

TESTS SALIVAIRES

La police peut effectuer des tests salivaires afin de déterminer la présence dans l'organisme d'au moins une des substances, autre que l'alcool, qui influencent la conduite d'un véhicule. (THC, ecstasy, cocaïne, etc.). Depuis le 1^{er} avril 2019, le prélèvement sanguin, imposé après un test salivaire positif, a été remplacé par une analyse salivaire. Les services de police utiliseront à cet effet l'appareil de collecte de salive **Drug Intercept i2**[®]. Un petit instrument qui prélève un échantillon de salive qui sera analysé par un laboratoire agréé à cette fin. Les résultats serviront de preuve judiciaire.


SI LE TEST EST POSITIF :

- ▶ Le permis peut être retiré pour une durée de 15 jours.
- ▶ Un procès-verbal est rédigé.
- ▶ Une assignation à comparaître au tribunal est envoyée au domicile. La comparution permettra de fixer la peine




4. QUE DIT LA LOI ?

L'actuel gouvernement belge applique une politique de tolérance zéro vis-à-vis des drogues illégales. Le cannabis ne bénéficie pas d'un traitement de faveur.



Le cannabis est considéré par la loi du 24 février 1921 comme un stupéfiant. Ce qui signifie que sa fabrication, sa vente, son achat, son transport et sa détention constituent des infractions passibles de sanctions pénales. En cas de constat par la police, un procès-verbal est établi, communiqué au parquet et peut donner lieu à des poursuites judiciaires.



► Sur base de la loi de 1921, la détention de cannabis, et les comportements qui l'entourent, constituent une infraction pénale, même **en vue d'un usage personnel**. Dans ce cas, la détention de cannabis est punie d'une peine d'amende de 120 à 200 euros. La détention « **en vue d'un usage personnel** » s'entend, aux termes de la circulaire



de 2015 (révisée en 2018), de la détention de 3g max. de cannabis ou d'une plante cultivée. **La notion est toutefois laissée à l'appréciation des acteurs de terrain (police, parquet et juges) et peut varier en fonction des circonstances, des zones de police et des arrondissements judiciaires.**

et donnera lieu, en principe, à un procès-verbal simplifié (PVS) et à un classement sans suite par le parquet. **Il peut néanmoins toujours y être dérogé en raison de situations ou d'événements particuliers.**

► La détention, par un majeur, **à des fins d'usage personnel**, fait l'objet de la priorité la moins élevée dans les poursuites



- 21 -





► Depuis l'arrêté royal de 2017, toute détention de cannabis commise «dans un établissement pénitentiaire, une institution de protection de la jeunesse ou un établissement scolaire, **sur la voie publique ou en tout lieu accessible au public**» est punie d'un emprisonnement de 3 mois à 1 an et d'une amende de 8000 à 800 000 euros. **Il y a donc un durcissement des peines lorsque la consommation et la détention de cannabis s'inscrivent dans l'espace public.** Depuis la circulaire de 2018, seule la détention de cannabis **sur la voie publique ou en tout lieu accessible au public,**

commise « sans ostentation » donne lieu à la rédaction d'un PVS.

► Lorsque la détention de cannabis n'est pas destinée à un usage personnel, mais vise un autre objectif tel que **la vente ou l'incitation à l'usage ou s'accompagne de circonstances aggravantes** (infractions commises en présence de mineurs ou dans le cadre d'une association, infractions ayant causé une maladie ou une incapacité), elle est punie, au minimum, d'un emprisonnement de 3 mois à 5 ans et d'une amende de 8000 à 800 000 euros.



► Depuis la circulaire de 2015, révisée en 2018, il y a **toujours saisi** du cannabis.

► Le fait de **conduire sous l'influence de cannabis** constitue une infraction punie d'une amende de 1600 à 16 000 euros. Elle fera l'objet de poursuites judiciaires.




QUE RETENIR DE TOUT CELA ?

- ▶ La détention de moins de 3g de cannabis n'est **pas autorisée**, tant pour les mineurs que pour les majeurs. Le cannabis est toujours saisi.
- ▶ La détention destinée à un usage personnel commis, par un majeur, « sans ostentation » sur la voie publique, fera l'objet d'un PVS.
- ▶ Si la détention de cannabis n'est pas destinée à un usage personnel, si elle est commise « avec ostentation » sur la voie publique ou par un mineur, un PV est dressé et le parquet peut opter pour un classement sans suite, une probation prétorienne, une médiation ou une transaction pénale, voire des poursuites judiciaires.



AUX PAYS-BAS

La détention, la vente, la distribution et la production de drogues sont illégales aux Pays-Bas.



Toutefois depuis 1976, il est possible d'acheter du cannabis (**5g max.**) exclusivement dans les **coffee-shops**. Il faut être **majeur** (18+) et dans certaines villes, il faut, depuis le 1er mai 2012, détenir le Weed Pass, (uniquement accessible pour les résidents néerlandais).


En dehors des coffee-shops, une interpellation pour détention de cannabis peut déboucher sur une saisie et la transmission de votre dossier au parquet belge.

Si vous êtes **mineur**, vos parents seront automatiquement avertis, un procès-verbal sera dressé et transmis au parquet de votre région.

EN 2018, LES PAYS-BAS ONT VOTÉ POUR UNE RÉGULATION DE LA PRODUCTION DU CANNABIS DANS 6 À 10 GRANDES VILLES DU PAYS.



5.12 FAÇONS DE RÉDUIRE LES RISQUES




1 - Si vous fumez de l'herbe ou du haschich, **mieux vaut utiliser un filtre à cigarette** afin de limiter l'action des produits de coupe (si vous n'êtes pas certain de la qualité du produit) et d'atténuer le taux de particules toxiques libérées par la combustion.

2 - Pour éviter les risques liés à la combustion (bronchite, cancer des voies respiratoires, etc), **utilisez un vaporisateur.**

3 - Les space-cakes mettent du temps à produire un effet (+/- 1 heure) : **soyez patient** avant d'en reprendre, car vous ne connaissez pas la quantité de THC intégrée et donc l'intensité des effets. Si vous en reprenez trop rapidement, vous risquez d'être dépassé par les effets.

4 - Dans la mesure du possible, **n'achetez pas de cannabis auprès de personnes inconnues.** Informez-vous sur la qualité





du produit auprès de personnes de confiance avant d'en acheter.

5 - De manière générale, **évit**ez de **consommer du cannabis en même temps que d'autres psychotropes**, y compris l'alcool.

6 - **Évit**ez de **mélanger avec des produits hallucinogènes** : le cannabis renforce leurs effets psychédéliques et les risques associés (bad trip, dépersonnalisation, etc)





7 - Le cannabis modifie la capacité de concentration : *évit*ez d'en consommer à l'école, au travail, au volant ou lorsque vous travaillez sur des machines.

8 - En cas d'effets indésirables (ex : angoisse), *cherchez un endroit tranquille*, un entourage apaisant, buvez quelque chose de sucré. Surtout ne paniquez pas : les effets du produit s'estompent avec le temps.

Si vous vous sentez mal ou avez une quelconque appréhension, reportez l'expérience.

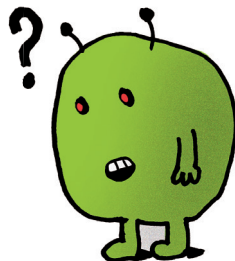
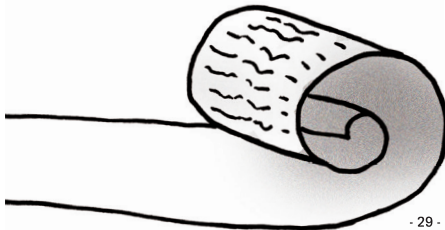
9 - Le cannabis est *déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes*. Un usage régulier peut avoir des conséquences sur le développement du fœtus.

10 - Le cannabis augmente le désir de contact : *n'oubliez pas votre préservatif en cas de relations sexuelles*.



11 - Si vous ne gérez plus votre consommation, **parlez-en à une personne en qui vous avez confiance**. Il existe également des services et des forums (**Psychonaut**) qui peuvent vous aider. Renseignez-vous auprès d'**Infor-Drogues** (02/227.52.52).

12 - Si la police se présente à votre domicile, **elle n'a pas le droit d'entrer sans un mandat** (sauf en cas de flagrant délit ou de consommation en présence de mineurs).




- 29 -





6. QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE ?


En cas de mélange de cannabis avec d'autres substances ou de consommation de cannabis de synthèse, les informations suivantes peuvent s'avérer utiles :

- 
- ▶ En cas de malaise, si la personne est **consciente**, amenez-la au calme, rassurez-la, aérez-la, offrez-lui de l'eau.
 - ▶ Si la personne est **inconsciente**, appelez le service médical d'urgence : **112 (APPEL GRATUIT)**
-Décrivez la personne : est-elle consciente ou inconsciente, respire-t-elle ou non?

-Donnez l'adresse exacte (rue, n°, étage).

L'état de la personne et le lieu de l'accident sont les deux seules informations nécessaires !

Une fois le personnel médical sur place, signalez-lui les produits consommés ; il est tenu au **SECRET PROFESSIONNEL**.

- 
- ▶ En intervenant rapidement, vous pouvez éviter des problèmes graves, peut-être même sauver une vie. Pensez-y !

► Si l'accident a lieu dans un endroit privé, la police n'est pas autorisée à y pénétrer sans un mandat.

**SI VOUS VOULEZ PARLER DE DROGUES,
AIDER UN AMI OU FAIRE LE POINT
SUR VOTRE CONSOMMATION :**

INFOR-DROGUES :

02 227 52 52 (du lundi au
vendredi de 8h à 22h,
le samedi de 10h à 14h).

EN CAS D'URGENCE

SERVICE MÉDICAL

D'URGENCE : 112

CENTRE ANTI-POISON :

070 245 245





Cette brochure a été réalisée par le Centre Alfa, Citadelle, Infor-Drogues,
La Liaison Antiprohibitionniste, Prospective Jeunesse, le FARES et le Pélican
sous la coordination de Modus Vivendi. Relecture : Cultures&Santé et Eurotox.

Édit. resp. : C. Van Huyck, Modus Vivendi asbl, rue Jourdan 151, 1060 Bruxelles
Conception, illustrations et réalisation graphique : **DIRK** www.dirk.studio

Dépôt légal: D/2017/8826/1

Avec le soutien de la Wallonie et de la COCOF

