



Réduire les méfaits de l'usage de substances

Vous trouverez ci-dessous des liens à des ressources et des renseignements sur l'usage de substances, principalement sur la stigmatisation, l'alcool et le cannabis. Le [Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances](#) (CCDUS) cherche à réduire les méfaits liés aux substances sur la population canadienne. Les gens doivent avoir accès à de l'information objective pour prendre des décisions éclairées concernant leur consommation. Le CCDUS fournit aussi aux décideurs des données de grande qualité pour qu'ils puissent prendre des décisions éclairées concernant les politiques et réglementations sur l'usage de substances. Pour plus de renseignements et de ressources, consultez le www.ccdus.ca.

Stigmatisation

[Les étudiants mettent fin à la stigmatisation](#)

Campagne anti-stigmatisation soutenue par le CCDUS pour les campus canadiens

[Surmonter la stigmatisation](#)

Trois modules d'apprentissage sur la stigmatisation et l'usage de substances

Cannabis

[Cannabis : guide pratique d'évaluation](#)

Guide qui amène les gens à réfléchir à leur consommation et propose des conseils et stratégies qui les aideront à adopter des comportements moins risqués et à réduire les méfaits

[Risques du cannabis pour la santé](#)

Affiche sur les effets du cannabis sur la santé physique et mentale

[Cannabis : l'inhalation vs l'ingestion](#)

Infographie sur les principales différences entre l'inhalation et l'ingestion de cannabis; conseils pour un usage à moindre risque

[Vomissements fréquents dus au cannabis](#)

Affiche d'information sur le syndrome d'hyperémèse cannabinoïde

Alcool

[Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool](#)

Collaboration avec des établissements postsecondaires; plusieurs initiatives pilotées par des étudiants

[Boire moins, c'est mieux](#)

Affiche ciblant les jeunes qui résume les recommandations des *Repères canadiens sur l'alcool et la santé*; conseils pour un usage à moindre risque

[Quiz sur les Repères canadiens sur l'alcool et la santé](#)

Testez vos connaissances sur l'alcool

[Alcool : guide pratique d'évaluation](#)

Conseils et aide aux personnes qui envisagent d'abaisser le niveau de risque de leur consommation d'alcool

[Site Web Boire moins, c'est mieux](#)

Ressources sur les *Repères canadiens sur l'alcool et la santé*, dont du matériel promotionnel