



LA CONSOMMATION DE CANNABIS vient avec des HAUTS ET DES BAS

Certaines personnes consomment du cannabis pour se détendre ou pour faire face à certaines situations. Mais ça peut en fait aggraver les choses.

Une utilisation quotidienne ou quasi quotidienne peut accroître les symptômes d'anxiété ou de dépression, et peut nuire à la mémoire et à la capacité d'attention.

Protégez votre santé mentale et vos fonctions cérébrales :

- Réduisez la consommation de cannabis
- Choisissez des produits contenant moins de THC
- Parlez-en à une personne de confiance, comme un(e) ami(e), un membre de votre famille ou un(e) professionnel(le) de la santé



**APPRENEZ-EN PLUS À
[CANADA.CA/LE-CANNABIS](https://canada.ca/le-cannabis)**



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada