

À deux doigts de ta limite :

un programme de prévention et de réduction des risques liés à l'usage de substances psychoactives (SPA) pour les 18-24 ans



La consommation de substances psychoactives chez les jeunes adultes de 18-24 ans vous préoccupe?

Vous souhaitez informer et sensibiliser les jeunes qui fréquentent votre établissement?

Vous voulez en savoir davantage sur les services en dépendance disponibles sur votre territoire?



La légalisation du cannabis représente une occasion d'intensifier les actions préventives au sein de la population montréalaise, particulièrement auprès des jeunes. Les jeunes de 18 à 24 ans sont le groupe d'âge où l'on trouve la plus grande proportion de consommateurs et consommatrices de cannabis (38 % en 2022¹). Ce sous-groupe est aussi généralement moins visé par des initiatives ou programmes dans la communauté comparativement aux jeunes de 12 à 17 ans. C'est pourquoi la Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud de l'Île de Montréal (DRSP), en collaboration avec l'organisme communautaire **GRIP Montréal**, déploie un programme de prévention et de réduction des risques visant les étudiants et les étudiantes des établissements d'enseignement supérieur.

¹ Source: Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur le cannabis 2022

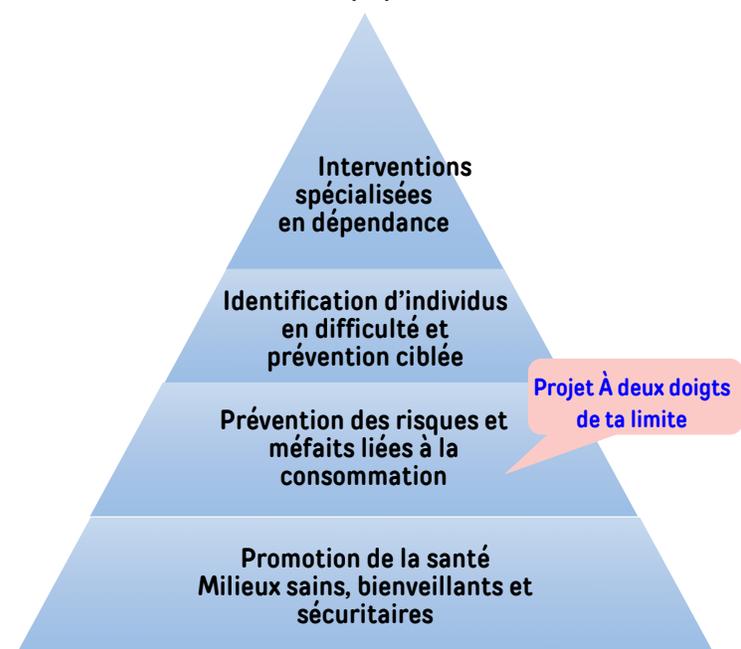
Des ateliers de prévention destinés à vos étudiant.e.s

Ce programme comprend trois ateliers explorant des thématiques clés qui touchent les jeunes de 18-24 ans:

- La consommation d'alcool et de cannabis ;
- La consommation et la sexualité ;
- La consommation et les capacités affaiblies.

Ces ateliers visent à réduire les risques et les méfaits potentiellement associés à la consommation de SPA chez les jeunes adultes, par une approche pédagogique participative et adaptée à leur réalité. Bien au fait de la consommation de SPA chez ceux et celles-ci, le programme utilise une approche pragmatique favorisant la réflexion sur leurs habitudes de consommation ou celles de leurs proches en les outillant pour diminuer les risques inhérents à celles-ci.

Continuum de services liés à la consommation de substances psychoactives



Une formation pour outiller votre personnel

En complément, ce programme offre la possibilité de former les membres de votre personnel afin qu'ils se sentent outillés auprès des jeunes ayant une consommation à risque de SPA. Cette formation pourra contribuer au développement d'un environnement favorable à la prévention des méfaits en potentialisant l'impact des ateliers chez les étudiants et les étudiantes et en réduisant les barrières à la recherche et l'obtention de services lorsque nécessaire.

Un programme co-construit avec le milieu communautaire et évalué

Le programme **À deux doigts de ta limite** a été développé par l'organisme Actions Dépendances avec la collaboration de la Direction de santé publique de la Montérégie. Le choix des thématiques répond aux préoccupations exprimées par les jeunes adultes lors de groupes de discussion menés en 2021. Le contenu et le format de ce programme ont fait l'objet d'une évaluation par l'équipe de recherche de Myriam Laventure de l'Université de Sherbrooke.

L'organisme **GRIP Montréal** a été mandaté par la Direction régionale de la santé publique de Montréal pour déployer ce programme, conjointement avec l'organisme Cumulus, à Montréal en 2023-2024. Le GRIP a aussi traduit et adapté culturellement ce dernier au contexte anglophone montréalais.

Une occasion de référer aux services en dépendance appropriés, au besoin

Les ateliers proposés sont non seulement une occasion d'informer et de susciter les échanges, mais ils permettent également de répondre aux besoins et aux questions des étudiant.e.s présentant des signes de consommation à risque.



Quelques faits saillants

Selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population de 2020-2021, à Montréal¹ :

- 77% des jeunes de 18-24 ans ont dit avoir consommé de l'alcool au cours de la dernière année;
De cette proportion :
 - 35% ont affirmé avoir eu une consommation excessive d'alcool, soit 4 consommations (pour les femmes) ou 5 consommations (pour les hommes) en une même occasion au moins une fois par mois dans les 12 derniers mois.

Selon l'Enquête québécoise sur le cannabis de 2022, à Montréal² :

- 38% des jeunes de 18-24 ans ont dit avoir consommé du cannabis au cours de la dernière année;
De cette proportion :
 - 19 % ont dit en avoir consommé juste avant ou pendant sa journée de travail ou d'études.

¹ Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021

² Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur le cannabis 2022

Pour en savoir plus

Vous êtes intéressé.e à offrir ce programme dans votre milieu ? Vous désirez en savoir davantage à ce sujet ? Veuillez écrire à : spa.jeunesadultes.drsp.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca