

Le cannabis, fléau des préaux

- En Suisse romande, les jeunes fument plus, plus tôt et plus fort. Que **peuvent** faire les parents?
- Notre enquête dans les écoles et auprès des psychiatres montre que **malgré** les règlements et les campagnes de prévention, le cannabis poursuit ses ravages.
- Alors que le débat sur la dépénalisation s'engage, la tolérance à l'égard du p'tit joint inoffensif n'est **définitivement** dans l'air du temps sur le terrain.

Par Marylou Rey

Entre 13 et 14 ans, Jane passait tous ses week-ends au chalet à Morgins. «Pas pour le plaisir, simplement pour se défoncer», dit-elle. «Avec mon cousin, sa petite amie et trois autres copains, tous plus vieux que moi, on se pétait à haute dose. Parfois, je sentais mon corps décoller, j'avais l'impression de flotter dans l'air à deux mètres du sol. Je regardais les autres, vautrés sur les divans en dessous. C'était horrible.» Le dimanche soir, la jeune fille se débrouille pour rentrer assez *clean* à la maison. «Ma mère était en pleine dépression et ne s'est aperçue de rien.» Un jour, Jane scrute sa main qui lui semble bizarre, la pose sur la table de la cuisine et la voit subitement «traverser» le plateau de bois! Seule dans son coin, elle flippe et décide «d'arrêter les dégâts». Depuis deux ans, elle n'a plus tiré sur un joint.



La consommation a doublé ces dix dernières années en Suisse et l'âge moyen du premier joint a encore baissé.

Comme l'explique Georges Klein, médecin à l'Hôpital psychiatrique de Malévoz, à Monthey, Janea vécu, dit-il, des hallucinations. «En Suisse, on oublie que le cannabis est un hallucinogène. Qu'avec les taux de toxicité qu'il atteint aujourd'hui, il n'a plus rien à voir avec l'inoffensive marie-jeanne que fumaient nos parents ou nos grands-parents à Woodstock en 1969. C'est cru de le dire ainsi, mais le cannabis est une saloperie. Je l'ai déjà souvent fait remarquer à Berne et ailleurs, mais personne ne veut l'entendre.»

DES CHIFFRES STUPÉFIANTS

La dernière statistique, sortie le 5 janvier, le montre: la consommation de cannabis a doublé ces dix dernières années en Suisse. La moitié des jeunes de 13 à 29 ans avouent avoir fumé un joint. Et ils arrêtent

souvent après cette première expérience. Ce qui ne casse pas trois pattes à un canard, convenons-en. Mais l'Office fédéral de la santé publique estime qu'un tiers d'entre eux deviennent des ((consommateurs à risque)). Plus inquiétant encore, on fumait son premier pétard à 16,5 ans en 1995, et l'âge moyen est maintenant descendu à 14,7 ans. Bref, la Suisse serait devenue le pays où l'on fume le plus de cannabis en Europe!

Voilà pour les chiffres. Le cas de Janes'inscrit dans la tendance nationale. En revanche, il est atypique qu'une consommation massive ne soit pas repérée par les proches. ((Certains signaux sont faciles à identifier. Quand votre enfant se rue sur le frigo et le dévalise dès qu'il rentre, c'est louche*, explique Anne-Michèle Demierre, de Villars-sur-Glâne (FR). «Car le

joint creuse l'appétit.)) C'est ce qui est arrivé à son fils il y a cinq ans. Elle a alors eu le sentiment que le ciel lui tombait sur la tête. «Tous les parents culpabilisent et se demandent ce qu'ils ont bien pu faire pour mériter ça. Je ne connaissais pas grand-chose au cannabis, mais je savais que sa toxicité avait augmenté et qu'il était devenu plus dangereux qu'avant. Je me suis renseignée auprès des organismes spécialisés et des éducateurs. Ils me disaient qu'il ne fallait pas paniquer, que ce n'était pas grave. Leur façon de tout minimiser m'a laissé pantoise.)) Avec d'autres parents aussi inquiets qu'elle, Anne-Michèle Demierre fonde l'Association fribourgeoise Parents-Jeunes-Cannabis. C'était en février 2001. Succès immédiat. Depuis lors, une centaine de parents s'adressent à elle chaque année. >

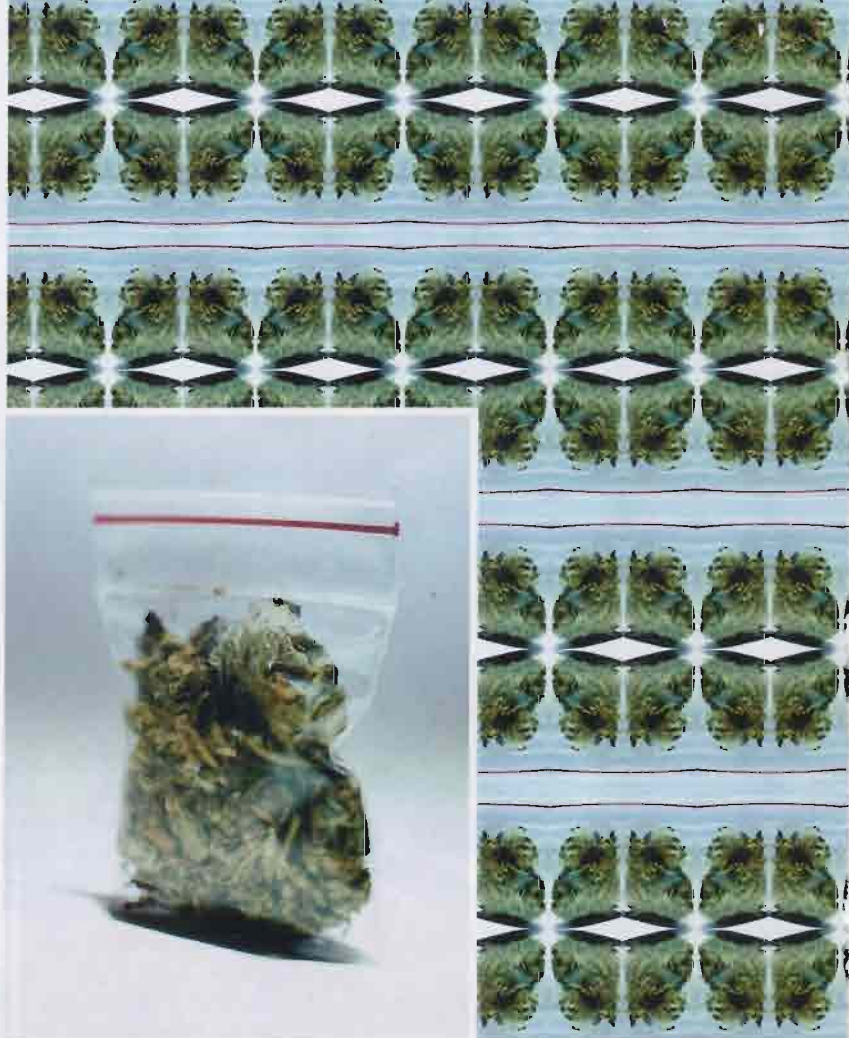
> LE CAÏD DE LA DOPE

«Il ne faut pas oublier que la plupart des parents n'ont jamais consommé de cannabis et qu'ils en ignorent tout, précise Marie-Claude Amacker, responsable de projets à l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies. Parfois, ils imaginent que leur fils est devenu un caïd de la dope alors qu'il a tiré une seule taffe sur le cône de ses copains. On les rassure vite fait. Dans d'autres cas, les parents ont démissionné ou ils ont peur d'avoir l'air idiot et attendent que toutes les cotes d'alerte soient dépassées. Nous avons alors des modèles d'intervention pour informer, rétablir le dialogue et, surtout, envisager les choses dans leur ensemble. Car le cannabis n'est souvent qu'un aspect d'une situation personnelle, familiale et sociale perturbée.»

Les parents laxistes, les babas, les bobos ou les impénitents du pétard quotidien ont-ils plus de risques de voir leur enfant consommer du cannabis? «Pas du tout. Favorisées ou défavorisées, toutes les familles sont touchées, constate Anne-Michèle Demierre. Arrêtons de jeter la pierre aux parents et tentons plutôt de les déculpabiliser. Ils sont souvent tiraillés, à la fois affolés par ce qui se passe et désireux de garder le contact.» Inutile en tout cas de sucrer l'argent de poche, ça risque de transformer l'ado en «vendeur de casse-croûte», l'appellation des petits dealers. Inutile de lui interdire de fumer: cela a souvent le don d'augmenter sa conso. Déménager loin de la ville et de ses tentations maléfiques? Inutile aussi. «Au fond de n'importe quelle vallée, il y a autant de cannabis qu'à Sion et presque autant qu'à Genève», assure Claude Guntern, de la Ligue valaisanne contre les toxicomanies.

LES VIEUX SCHNOCKS

Alors? «Il importe que les parents établissent des règles strictes pour tout ce qui concerne la vie en famille. Qu'ils n'aient pas honte de passer pour des vieux schnocks dans leur propre maison», conseille Anne-Michèle Demierre. Elle-même a toujours été en désaccord avec son fils sur sa consommation. Au début, elle était d'ailleurs tellement obsédée par le cannabis qu'elle «voyait» son aîné comme un gigantesque joint ambulante. Afin de maintenir le dialogue, les spécialistes suggèrent de négocier des «contrats». Et qui dit contrat, dit concessions de part et d'autre. Un parent promet par exemple à sa fille de ne pas



Les enseignants sont unanimes: une consommation régulière de cannabis est incompatible avec les études.

LES INDICES

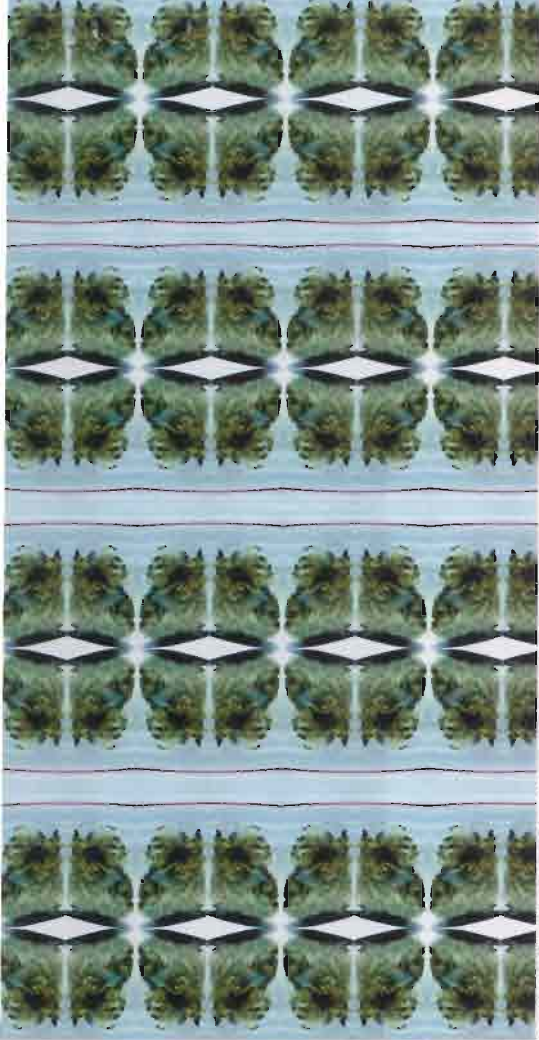
- Sautes d'humeur avec alternance d'agressivité, d'apathie et de renfermement.
- Traits tirés, yeux rouges et pupilles dilatées.
- Manque de motivation, mémoire défaillante.
- Difficulté à se concentrer, à faire ses devoirs, résultats scolaires en baisse.
- Et un signe que l'ado se soucie rarement de dissimuler à ses parents: le cannabis aiguisant l'appétit, il dévalise le frigo dès qu'il rentre à la maison.

prononcer le mot cannabis et de ne pas fouiller sa chambre. En retour, l'ado promet de ne pas fumer dans l'appartement et de rentrer aux heures convenues. Après un mois, on fait le point et on renégocie un nouveau contrat.

Les parents ne sont pas seuls à s'inquiéter. Dans les écoles aussi, on se bat depuis des années contre le fléau des préaux. Car les enseignants sont unanimes: une consommation régulière de cannabis est incompatible avec des études. Lors de leur dernière rafle dans le beau jardin qui entoure le Cessev, à Lausanne (1400 élèves entre 15 et 16 ans), les policiers ont interpellé une douzaine de jeunes pour consommation illégale de cannabis. Simple hasard, mais tous étaient des doublards.

LES DÉPISTAGES URINAIRES

Le Collège international de Brillantmont à Lausanne (90 internes et 50 externes de 13 à 18 ans) a instauré la tolérance zéro depuis dix ans. Instrument de cette politique radicale: les dépistages urinaires. Ils sont prévus dans le règlement de l'école privée, lui-même dûment signé par les parents et les



ERIC O'CONNELL/GETTY IMAGES. PHOTOMONTAGE: FEMINA.

plus, ils sont juridiquement délicats car ils portent atteinte à la sphère privée. D'autres mesures sont donc adoptées. Toutes les écoles déploient de l'énergie, humaine et matérielle, pour lutter contre le cannabis. Indice révélateur: dans le canton de Vaud, l'association Rel'ier recense sous ce thème trente-huit structures ou centres d'information, de prévention, de prise en charge et d'entraide pour les parents.

LES JEUNES PARLENT AUX JEUNES

Dans toute cette artillerie mise en place depuis une dizaine d'années en Suisse romande, une méthode mérite le détour: la médiation par les pairs. Les jeunes discutent entre eux et cherchent ensemble une solution. Au cycle d'orientation de Pérolles (650 élèves entre 12 et 16 ans), à Fribourg, chaque volée compte une quinzaine de jeunes formés à la médiation. Ils s'occupent de gérer, en toute discrétion, les petits et les grands marasmes que traversent leurs compagnons de classe. «Les cas les plus fréquents concernent plutôt les déboires amoureux, explique Sylvain Erard, psychologue et responsable de cette opération. Juste derrière viennent le stress des notes et les tensions familiales. Le cannabis n'arrive qu'ensuite.» Dans les cas lourds, les jeunes médiateurs passent le relais aux médiateurs adultes.

Donner la parole aux jeunes! La Compagnie Le Caméléon privilégie aussi cette approche. Leur spectacle *Père en Pétard* tourne depuis huit ans. Des centaines de représentations ont sensibilisé les élèves aux effets du cannabis. Dans ce théâtre interactif, les comédiens jouent une

LES CONSEILS

- Le site interactif www.ciao.ch est la référence pour tous les problèmes des ados. Eloquent: la moitié des questions posées concernent le cannabis.
- Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA). Un service complet d'information et de documentation. **Des brochures** remarquables adaptées à chaque public, du matériel pédagogique actualisé. www.sfaispa.ch, avenue Ruchonnet 14, 1001 Lausanne, tél 021 321 29 11.
- **Les Années volées**, film de 28 minutes de Carole Roussopoulos. DVD et guide d'animation à commander à l'ISPA ou à la Ligue valaisanne contre les toxicomanies, place du Midi 36, 1951 Sion, tél. 027 323 29 15.

première fois le scénario. Puis ils reprennent les scènes l'une après l'autre et chaque spectateur peut prendre la place d'un personnage pour changer le dialogue à sa manière. Débat garanti.

C'est dans le même état d'esprit que Carole Roussopoulos, réalisatrice indépendante, a tourné son film *Les Années volées*, sorti le 2 décembre dernier à Sion. Elle donne la parole à six ados qui ont usé et abusé du cannabis. Ils racontent comment ils ont commencé, les expériences grisantes qu'ils ont vécues, les rires euphoriques avec les copains, la connivence clanique du groupe. Puis les choses se gâtent méchamment et ils prennent conscience de leur dépendance, des ravages du cannabis dans leur vie affective et scolaire. Ils décident alors d'arrêter, mais ce n'est pas si simple. Le documentaire retrace ces six tranches de vie sans émettre aucun jugement. La réalisatrice ne

le dit pas dans le film, mais en aparté: «Je n'avais plus goûté un joint depuis trente ans et récemment, quand j'en ai fumé un, j'ai été malade comme un chien. Le cannabis, c'est vraiment devenu de la saloperie.» Tiens, c'est la deuxième personne qui nous dit ça.

Alors, le cannabis est-il dangereux ou non? Cette question met en pétard le professeur Pierre-André Michaud, médecin chef de l'Unité multidisciplinaire de santé des adolescents à Lausanne. «Il m'arrive de dire que le cannabis est moins nocif que l'alcool et qu'il est moins addictogène que le tabac. Mais quand je dis ce genre de choses, les jeunes – et même bien des adultes – entendent: allez-y, fumez des joints. Il est difficile de tenir un discours subtil en Suisse. On est vite étiqueté pour ou contre la dépénalisation. Aujourd'hui, je suis inquiet car on sait que plus on consomme jeune, plus le risque de dépendance augmente. Une autre raison d'inquiétude réside dans l'étendue de notre méconnaissance scientifique. On ne sait pas grand-chose de l'effet biochimique du cannabis sur le cerveau d'un préado. >

élèves. Philippe Pasche, directeur: «En Suisse, le joint jouit d'une tolérance incroyable. C'est comme si la police interdisait de dépasser le 120 km/h sur l'autoroute mais qu'elle n'installait jamais de radars! Croyez-vous vraiment que les automobilistes respecteraient les limitations?» Sur le cannabis, son école organise aussi des séances de prévention et ne renvoie pas l'étudiant qui a tiré une seule fois sur un joint. Il y a tout de même eu deux renvois ces cinq dernières années. «Mais il s'agissait de nouveaux élèves qui fumaient beaucoup et devaient suivre une thérapie. En fait, aujourd'hui, le conformiste est le fumeur de joint et l'anticonformiste celui qui a la force de dire non. C'est cette volonté qu'on essaie de renforcer chez nos élèves.»

Selon les experts, toutefois, les tests d'urine ne résolvent pas le problème. De

«En Suisse, le joint jouit d'une tolérance incroyable.»

> A-t-il des effets pervers sur la manière dont le cerveau se modifie à cet âge? Et le fait d'habituer un cerveau très jeune à ce genre de dopage crée-t-il une appétence pour d'autres drogues? On croyait que ce n'était pas le cas mais on n'en est plus si sûr. Alors, non, ne dramatisons pas, mais arrêtons de banaliser.»

A CONTRE-COURANT

Auprès des parents, des enseignants et des médecins, l'air du temps est donc à l'inquiétude. Un climat peu favorable à l'initiative pour la dépénalisation du cannabis, déposée le 13 janvier à Berne avec 105 000 signatures. Pour son plus ardent défenseur, le chanvrier valaisan Bernard Rappaz, l'initiative ouvrirait de nouvelles opportunités commerciales. Le chef des stups du Valais, Jean-François de Preux, rappelle le succès de ses boutiques et de ses champs au début des années 1990. «Quand le chanvre a fleuri partout en Valais, on a vu la consommation exploser.» Les ados plus âgés avaient déjà leurs fournisseurs, mais les plus jeunes en ont profité pour cueillir incognito les plus jolies sommités et mener leurs premières expériences. Les champs ont été arrachés... et la culture indoor a pris le relais, avec des taux de toxicité supérieurs.

L'initiative a de quoi convaincre ceux qui ne supportent plus le flou politique actuel. Ceux qui pensent que les dangers foisonnent à chaque coin de la vie et qu'il n'y a aucune raison de focaliser sur le cannabis plutôt que sur l'alcool, le volant, les médicaments ou la malbouffe. Elle est aussi soutenue par des personnes sur le terrain qui ne voient pas d'autres solutions pour contrôler la toxicité du cannabis et en réglementer la vente.

Et les ados là-dedans? «A 16 ans, on a tous fait les phoques, bravé les interdits, testé ses limites et celles de ses parents, explique Claude Guntern. Mais aujourd'hui, les jeunes ont peur de l'avenir, du chômage, ils voient leurs parents stressés, déprimés... Leurs attitudes d'autodérision et d'auto-destruction ne sont peut-être que le reflet de notre société d'adultes. Pour eux, le cannabis est une saloperie.» Tiens, c'est la troisième personne qui nous dit ça.

→ Association Parents-jeunes-cannabis, case postale 98, 1752 Villars-sur-Glâne 2; www.pjc-fr.org; tél. 079 545 61 92.

→ Compagnie théâtrale Le Caméléon, Anne-Michèle Ducret, route de Bellevue 20, 1803 Chardonne, www.lecameleon.ch; tél. 021 921 84 32.

«Comment j'ai arrêté la fumette»

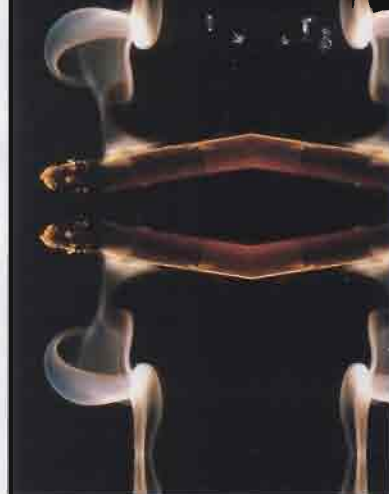
Maryam vient de fêter ses 20 ans. Pendant cinq ans, à l'école puis aux cours d'apprentissage, elle a fumé des joints. Tous les jours. Beaucoup. Et puis l'an dernier, elle a stoppé.

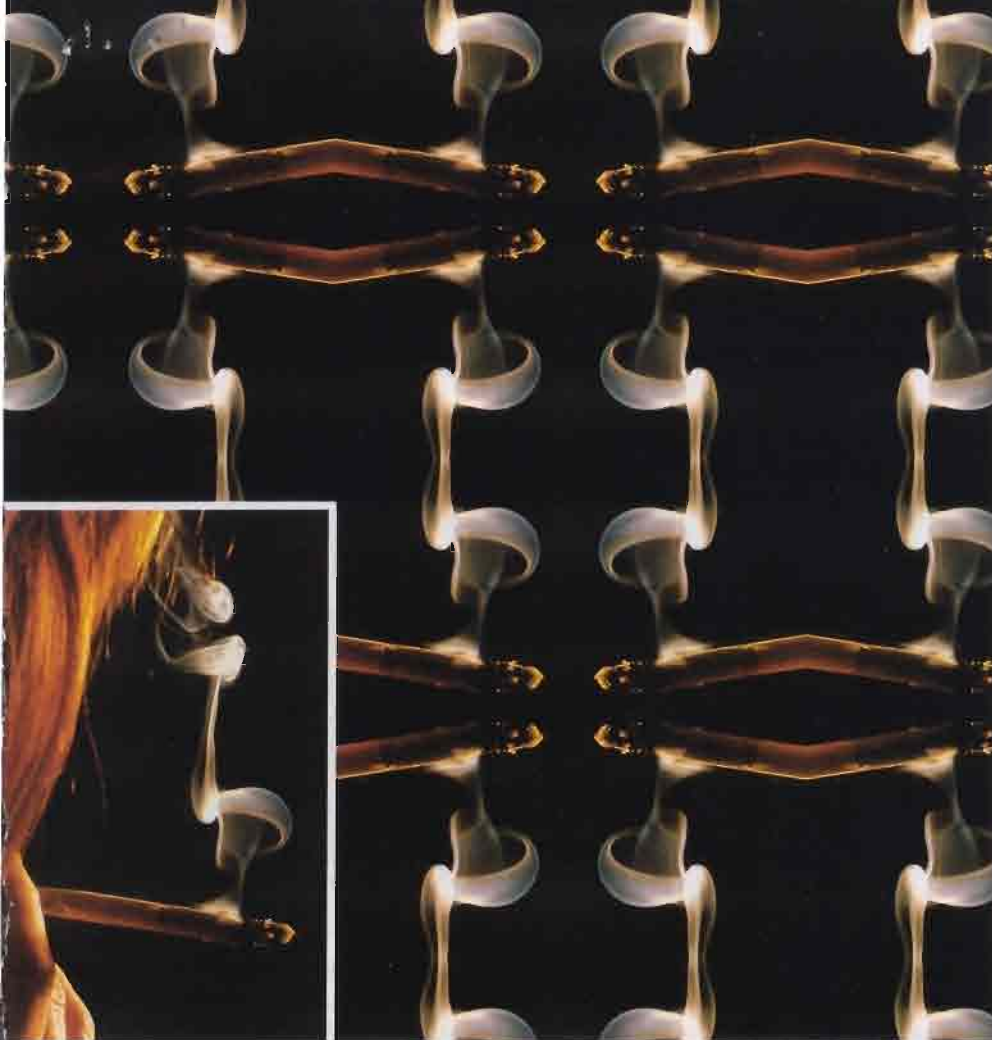
«J'avais 13 ans et demi et j'étais en huitième. Un jour, des copains de neuvième m'ont invitée à fumer un joint avec eux. Je ne me souviens pas vraiment de l'effet que j'ai ressenti. Mais je me souviens bien que cette invitation m'avait flattée parce que des «grands» me considéraient comme une des leurs. J'ai eu une petite poussée d'adrénaline quand je me suis rendue dans le garage souterrain avec eux. C'était moins le cannabis lui-même que l'attrait de la découverte et l'excitation de braver un interdit.

Moins d'un mois plus tard, j'ai refumé. Là, l'effet a été plus fort. Des fous rires à n'en plus finir. C'était vraiment cool. Puis tout s'est enchaîné sans que je m'en rende compte. A la sortie de l'école, on se retrouvait pour fumer ensemble. Notre groupe s'est élargi. La moitié de ma classe s'est mise à fumer régulièrement. Dans les autres classes, et d'ailleurs dans tout le cycle d'orientation, c'était pareil: ça fumait beaucoup. Ça nous mettait de bonne humeur. Au fil des mois, avec ma copine, on se retrouvait le matin à 7 h 15 pour rouler notre premier joint.

En neuvième, je fumais tous les jours. Ça me semblait normal: dans mon entourage familial et social, les adultes fumaient aussi. Eux, ils fumaient plutôt de l'herbe, c'est plus léger. Et souvent de l'«exté», les fleurs qui poussent à l'extérieur. Nous, on achetait de l'«inté» et du shit. C'est-à-dire des substances qui ont des doses de THC dix fois plus grandes. L'afghan, le pollen et surtout le «black», le plus fort. Je ne sais pas comment je faisais pour trouver l'argent, parce qu'un joint ne coûte que 5 francs, mais les substances qu'on fumait coûtent deux fois plus cher. On se débrouillait. Je n'ai jamais volé. On avait un peu d'argent de poche, des grands-parents qui nous refilaient aussi de temps en temps un billet de 50 francs. Et puis certains élèves avaient un peu plus d'argent.

Après une année d'école de commerce, j'ai suivi l'École de culture générale. Là, c'était de la folie furieuse. On fumait dans la cour, dans les couloirs, même parfois dans les toilettes. On séchait les cours pour fumer. Certains jours, j'arrivais en classe avec mon walkman sur les oreilles et des lunettes de soleil pour





KEYSTONE/SCIENCE PHOTO LIBRARY/CORDELIA MOLLOY. PHOTOMONTAGE: FEMINA.

«Les adultes fumaient aussi. De l'herbe. C'est plus léger. Nous on achetait de l'«inté» et du shit. C'est-à-dire des substances qui ont des doses de THC dix fois plus grandes.»

cacher mes yeux rouges. Les profs ne disaient rien. Il y a bien eu un élève qui a été renvoyé de l'école, peut-être deux même, je ne sais pas. En tout cas pas assez pour m'impressionner. Pendant toute cette période, des copains ont loupé leurs examens ou redoublé, ou tout abandonné sans aucun diplôme. Moi, j'ai eu de la chance, j'ai toujours réussi à garder un peu de lucidité pour passer mes examens avec de bonnes notes.

Quand j'ai commencé mon apprentissage de commerce à l'Etat de Genève, ça a bien sûr continué. Aux cours, la moitié des apprentis fumaient. Comme j'étais très intéressée par ma formation, j'ai réussi à «assurer», mais j'avais quand même de la peine à me concentrer.

Pour que je comprenne ce qu'elle me disait, ma mère devait me parler lentement, et

moi aussi je répondais au ralenti. Aujourd'hui, je dirais que j'étais presque comme un légume, parce que je réagissais si peu à tout ce qui venait de l'extérieur. Quand on fume, on a tendance à ne pas se soucier des choses importantes et à s'inquiéter parfois pour des trucs banals. Mais sur le moment, quand mes parents me disaient que la fumette altère les capacités de concentration, les facultés de raisonnement, je ne voulais pas l'admettre. Pendant toutes ces années, on buvait aussi beaucoup. On achetait la vodka à 30 francs à la Coop. Et on s'envoyait une bouteille à trois en un rien de temps. Juste pour être complètement ivres.

Je fumais toujours mes cinq joints par jour. J'en avais pour plus de 500 francs par mois, tout mon salaire d'apprentie y passait, et plus même. Je fumais souvent

seule. Quand on commence à fumer seul, je crois qu'on devrait s'inquiéter parce que ce n'est plus pour faire la fête, pour rigoler en groupe. Là, ça devient vraiment une dépendance. J'avais l'impression que je fumais pour me relaxer, pour dormir, pour ne pas avoir le blues. Mais c'était une fuite. J'avais déjà arrêté le «bong» (la dose qu'on aspire d'un coup par une pipe) parce que j'avais la gorge toute brûlée. Et peu à peu, j'ai senti que je ne me maîtrisais plus, que j'étais dominée par les joints. Pendant les vacances d'été, on en a beaucoup parlé avec une très bonne amie, celle avec laquelle j'ai fait les quatre cents coups. Elle a arrêté la première. J'ai alors profité de la rentrée scolaire pour changer mes habitudes. Comme je commençais l'année du certificat, une étape importante pour moi, c'était motivant. La première semaine, j'ai été tentée de craquer mais ma copine m'a soutenue.

Deux mois après avoir arrêté, j'ai tiré juste une latte et j'ai été étonnée de l'effet que j'ai alors ressenti. C'était nettement plus fort que lorsque je fumais beaucoup. Je riais bêtement et j'en ai eu honte. Je sentais mes pensées filer à toute allure sans que je parvienne vraiment à les suivre et ça m'a fait peur. J'ai clairement senti que ma tête ne fonctionnait pas normalement. D'ailleurs, de ces cinq années pendant lesquelles j'ai fumé, j'ai des souvenirs flous, estompés. Depuis que j'ai arrêté, je me souviens clairement de ce que je vis, des fêtes, des rires. Certains disent que les joints donnent de l'inspiration, mais je crois que c'est une excuse parce que des copains musiciens qui ont arrêté ont toujours autant d'inspiration aujourd'hui.

J'ai eu de la chance parce que mon aventure aurait pu mal se terminer. A l'école, les *flyers* qu'on nous distribuait disent que le cannabis est une drogue douce. Peut-être... Je sais qu'il est quand même dangereux. Je sais aussi que chacun doit aller à son rythme. Je me suis mariée l'an dernier et mon mari continue à fumer. Je n'ai pas réussi à le convaincre et je n'insiste pas parce qu'il est inutile de faire peur aux fumeurs. Chacun doit trouver sa manière d'avancer. Beaucoup considèrent que c'est cool de fumer des joints. Mais c'est aussi cool de faire la fête sans. Ce serait trop facile de dire que je regrette ces cinq années parties en fumée, mais je suis contente d'avoir retrouvé ma liberté. Et j'ai plein de projets.

Propos recueillis par Marylou Rey

«Et peu à peu j'ai senti que j'étais dominée par les joints.»