Bien s'informer sur le CANNABIS c'est important !

Comment lire

L'ÉTIQUETTE D'UN PRODUIT À BASE DE CANNABIS



NUQUITS.CA
1-866-368-7848

Nunavut

LIRE LES ÉTIQUETTES DES ALIMENTS AU CANNABIS

Au Canada, les aliments au cannabis ne peuvent contenir que 10 mg de THC au maximum par emballage individuel.



Un paquet de quatre aliments au cannabis contiendra au maximum 2,5 mg de THC par aliment.



Un paquet de deux biscuits contiendra au maximum 5 mg de THC par biscuit.



Un seul biscuit contiendra au maximum 10 mg de THC.

COMPRENDRE L'ÉTIQUETTE D'UN PRODUIT À BASE DE CANNABIS :

Timbre d'accise
Indique que le produit est légal et destiné à la vente dans une province ou un territoire spécifique.

Étiquette de mise en garde
Fournit des informations importantes sur les risques pour la santé et la sécurité liés au cannabis. Les étiquettes de mise en garde doivent être de couleur jaune vif.

Type de produit
Identifie le type de produit à base de cannabis, tel que le cannabis séché, les aliments ou les extraits.

Marque
Indique le nom de l'entreprise ou de la marque qui a fabriqué le produit.



Poids
Indique la quantité de cannabis contenue dans le produit. Certains produits indiquent également la quantité équivalente de cannabis séché.

Date de péremption et date d'emballage
Indique la date à laquelle le produit a été emballé. Certains produits mentionnent également une date de péremption.

Teneur en THC et en CBD
Indique la quantité de tétrahydrocannabinol (THC) et de cannabidiol (CBD) contenue dans le produit. Des taux de THC plus élevés peuvent entrainer des effets plus marqués. Pensez à choisir des produits dont la teneur en THC est plus faible.

Ingrédients
Énumère les ingrédients contenus dans le produit. Cette mention est obligatoire pour les produits tels que les aliments au cannabis et les extraits.

RÉDUISEZ VOS RISQUES

Voici quelques conseils pour réduire les risques pour votre santé :

- Commencez doucement et allez-y progressivement : Si vous essayez des aliments au cannabis pour la première fois, commencez par une petite quantité (2,5 mg de THC ou moins). Les aliments au cannabis peuvent mettre plus de temps à faire effet.
- Conservez les aliments au cannabis en lieu sûr. Conservez les produits du cannabis sous clé, hors de la vue et de la portée des enfants et des animaux de compagnie.
- Attendez avant d'en consommer davantage. Les différents produits à base de cannabis ont des effets variables selon les personnes. Attendez d'en ressentir pleinement les effets avant d'en prendre davantage.

AIDE ET SOUTIEN

Si votre consommation de cannabis a des répercussions sur votre santé mentale, votre bienêtre ou vos relations, il est possible d'obtenir de l'aide auprès de différents services.

- Parlez-en avec un prestataire de soins de santé.
- Parlez-en avec des personnes ainées, des membres de votre famille et des amis en qui vous avez confiance.
- Appelez la ligne d'aide Sevrage Nunavut en composant le **1-866-368-7848** pour avoir une consultation tout à fait confidentielle en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun ou en français.
- Envoyez un texto à NUQUITS au numéro 123456 pour obtenir du soutien et des conseils.
- Visitez la page Facebook.com/Nuquits.
- Rendez-vous sur **nuquits.ca**.