

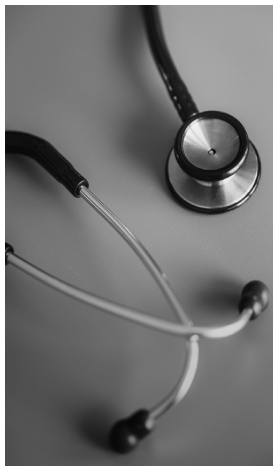
Toute forme de fumée est nuisible!

La fumée de cannabis - comme celle de tabac - est nuisible.

La perception que les gens ont du cannabis et de ses effets a tendance à être moins négative que celle envers le tabac. Mais attention: toute forme de fumée est nuisible! La fumée de cannabis est semblable à la fumée de tabac. Elle contient bon nombre des mêmes produits chimiques toxiques et cancérigènes, du monoxyde de carbone et des métaux lourds.

L'utilisation combinée du cannabis et du tabac augmente les risques pour la santé.

Fumer du cannabis combiné avec du tabac est particulièrement nuisible à vos poumons et votre système respiratoire. Si vous utilisez les deux substances de façon combinée, vous augmentez votre risque d'effets néfastes sur votre santé. De plus, les gens qui commencent par fumer soit du tabac, ou du cannabis, sont plus portés à essayer l'autre substance et à en devenir accros. Ceci est particulièrement évident chez les adolescents et les jeunes adultes.



L'utilisation de produits de vapotage présente elle aussi des risques pour la santé.

Des recherches supplémentaires sont nécessaires sur le vapotage. Nous continuons à en apprendre davantage quant à ses répercussions sur la santé.

Le vapotage n'est pas destiné aux jeunes ni aux non-fumeurs. Bien que vapoter est moins nocifs que fumer des cigarettes, l'utilisation de produits de vapotage peut tout de même exposer votre corps à des produits chimiques pouvant nuire à votre santé, comme le formaldéhyde et l'acroléine, ainsi qu'à des métaux et à des contaminants tels le nickel, l'étain et l'aluminium. De plus, l'ajout de nicotine ou de cannabis à vos dispositifs de vapotage expose votre corps aux propriétés addictives de ces substances.

Si vous fumez actuellement des cigarettes, passer au vapotage est considéré comme une option moins nocive pour votre santé. La meilleure option pour votre santé est, bien entendu, de cesser complètement de fumer et de vapoter.

Sources:

- [Tobacco Use in Canada - Cannabis Supplement](#), Propel Centre for Population Health Impact, University of Waterloo (2017)
- [Enquête canadienne sur le cannabis](#), Santé Canada (2017)
- [Vapotage](#), Santé Canada (2018)
- [Chemical and biological analysis of marijuana smoke condensate](#). Research article by Sparacino, CM, Hyldborg PA & Hughes TJ. NIDA Res Monogr 99 (1990): 121-40

Respectons les endroits sans fumée!

Renseignez-vous sur les lois!

En vertu de la Loi sur la réglementation du cannabis au Nouveau-Brunswick, il est illégal de consommer du cannabis en public.

De plus, la Loi sur les endroits sans fumée du Nouveau-Brunswick, qui vise à protéger les citoyens contre la fumée secondaire, interdit de fumer et de vapoter du tabac, du cannabis et toutes autres substances dans tous les endroits publics intérieurs, lieux de travail intérieurs, ainsi que dans un véhicule en présence d'une personne âgée de moins de 16 ans.

Il est aussi interdit de fumer et vapoter dans plusieurs endroits publics extérieurs, comme:

- les terrasses de restaurants et de bars;
- près des fenêtres et portes des édifices publics;
- les terrains des écoles élémentaires et secondaires;
- les terrains de jeux;
- les aires de sports et de loisirs;
- les plages;
- les sentiers;
- les parcs provinciaux; et
- les terrains des régions régionales de la santé (hôpitaux, centres de santé, etc.).



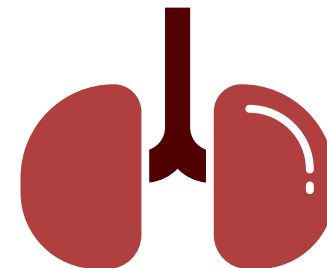
Si vous fumez ou vapotez, veuillez respecter les environnements sans fumée.

Si vous fumez ou vapotez, veuillez à ce que ce soit à l'extérieur et loin des lieux publics désignés sans fumée. Respectez la loi et le désir des autres de ne pas être exposés à de la fumée secondaire.

Nous avons tous intérêt à vivre, travailler et jouer dans des environnements 100% sans fumée !

La fumée secondaire de cannabis et/ou de tabac est nocive.

Saviez-vous que même dans un environnement extérieur, la fumée secondaire peut être dangereuse?



En fonction des conditions extérieures, telles que la vitesse du vent, le nombre de fumeurs et leur proximité, les non-fumeurs peuvent être exposés à autant de fumée secondaire que s'ils se trouvaient à l'intérieur.

Protégez-vous contre la fumée secondaire en veillant à ce que personne ne fume ou vape dans votre maison, votre voiture et tout autre environnement personnel.

Si vous voyez une personne en train de fumer ou de vapoter dans un lieu public sans fumée, vous pouvez poliment lui rappeler de respecter la loi ou vous pouvez en informer les autorités qui sont responsables de ce lieu.

Vous pouvez signaler des infractions à la Loi sur les endroits sans fumée en composant le 1-866-234-4234.

Sources:

- Loi sur les endroits sans fumée, Gouvernement du Nouveau-Brunswick
- Loi sur la réglementation du cannabis, Gouvernement du Nouveau-Brunswick
- Endroits extérieurs: sans fumée pour tous, Coalition antitabac du Nouveau-Brunswick (2015)