



## Informations à connaître pour renseigner **les jeunes** et **répondre** à leurs questions

Après un confinement de plusieurs semaines imposé par le gouvernement pour lutter contre la COVID-19, le déconfinement peut susciter de nombreuses questions. Tant les intervenants que les jeunes s'interrogent sur ce qui est maintenant permis ou interdit, tout comme sur les consignes à respecter pour réussir collectivement cette importante phase de déconfinement.



### D'où viennent les directives qu'on demande aux jeunes de respecter et pourquoi elles ont été émises ?

Les jeunes doivent savoir que les directives qu'on leur demande de respecter ne viennent pas de vous, ni de leurs parents, mais des autorités de santé publique et du gouvernement. Ces directives qui peuvent évoluer avec le temps concernent notamment les mesures de déconfinement et les consignes de prévention établies pour protéger la santé de la population et assurer sa

sécurité en temps de pandémie. Les recommandations de la santé publique visent à limiter autant que possible la propagation du virus.

**Toute la population du Québec est appelée à respecter les directives de la santé publique, les plus jeunes comme les plus vieux !**



### Est-ce que les jeunes ont le droit de se rassembler ?

Le nombre maximal de personnes permis dans **certains lieux publics intérieurs** est de 250 (ex.: salles de spectacles, de cinéma, événements sportifs, salles communautaires).

**Ce nombre maximal de personnes permis est fortement recommandé pour les lieux publics extérieurs.**

[Pour en savoir plus sur les rassemblements publics](#)

Autant que possible, respectez une distance physique de deux mètres entre les personnes, afin de limiter les risques de propagation de la COVID-19.

Le port d'un couvre-visage ou d'un masque non médical est aussi fortement recommandé dans les lieux extérieurs, lorsque la distance physique de deux mètres entre les personnes ne peut pas être respectée.

Les **rassemblements privés d'un maximum de 10 personnes, à l'intérieur ou à l'extérieur** d'un domicile, sont également permis en respectant certaines mesures.

[Pour en savoir plus sur les rassemblements privés](#)

**Pour soutenir l'intervention réalisée auprès des jeunes, consulter le [Guide d'aide à l'intervention jeunesse \(COVID-19\)](#).**

3

### Quelles sont les consignes de prévention essentielles à transmettre aux jeunes pour freiner la propagation du virus ?

Le déconfinement entrainera inévitablement une augmentation des contacts entre les individus, qui pourrait se traduire par une hausse possible de la transmission du virus au sein de la population. Pour limiter les impacts négatifs qui pourraient être provoqués par une nouvelle vague de COVID, les **principes de protection de base** suivants doivent être respectés, pour se protéger soi-même et protéger les autres :

**Maintenir une distance physique de deux mètres entre les personnes.** Aucune distance n'est requise pour les personnes issues d'un même ménage ou vivant à la même adresse.

**Porter un couvre-visage** jetable ou lavable, qui protège le nez et la bouche, lorsque le deux mètres de distance entre les personnes ne peut pas être respecté, dans les lieux extérieurs.

Le port du couvre-visage est **obligatoire dans les lieux publics fermés** ou semi-fermés (ex.: transport en commun, commerces, lieux où sont pratiquées des activités sportives ou récréatives, lieux où sont offerts des services municipaux) pour les personnes de 12 ans et plus, sous peine d'amende. Les personnes dont la condition médicale l'en empêche peuvent être exemptées de cette obligation.

[Pour en savoir plus sur les obligations concernant le port du couvre-visage.](#)

#### Appliquer les mesures d'hygiène recommandées :

- éternuer et tousser dans le pli du coude;
- éviter de se toucher le nez, la bouche et les yeux avec les mains;
- se laver les mains plusieurs fois par jour avec de l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes ou avec une solution désinfectante à base d'alcool (ex.: Purell).

#### Rester à la maison, en évitant d'être en contact avec d'autres personnes, dans les cas suivants :

- être atteint de la COVID ou en présenter des symptômes (ex.: toux, fièvre, difficultés respiratoires, perte soudaine de l'odorat et du goût sans congestion nasale, fatigue, écoulement nasal, mal de gorge, mal de tête, courbatures, diarrhée, etc.);
- avoir eu un contact significatif avec un cas confirmé de COVID-19.

#### En plus de respecter les principes de protection de base et les mesures d'hygiène recommandées, les jeunes devraient également appliquer les règles suivantes, soit :

- ne pas partager de cigarette, vapoteuse, verre ou bouteille avec d'autres personnes, puisque ces pratiques peuvent favoriser la transmission du virus, en raison du contact d'un objet avec la bouche;
- éviter, autant que possible, de partager des objets avec d'autres personnes (ex.: cellulaire, clés, articles de sports, instruments de musique, couvre-visage), considérant que la transmission du virus par des objets contaminés peut être possible, même si elle demeure faible;
- nettoyer, autant que possible, entre chaque utilisation, ses mains ou les objets partagés avec un produit désinfectant approprié.

[Pour aider les jeunes de 12 à 17 ans à connaître et à respecter les consignes de prévention, consulter et diffuser la bande-dessinée Comment être «safe» avec la COVID-19 quand on se rassemble ?](#)

4

## Quelles activités les jeunes peuvent-ils faire lorsqu'ils se rassemblent ?

L'ensemble des activités sportives, de loisir et de plein air individuelles, collectives, intérieures ou extérieures sont autorisées sous réserve de l'application des recommandations des autorités de santé publique<sup>1</sup>.

Une distance de deux mètres entre les participants qui ne réside pas sous le même toit doit être respectée en tout temps et en tout lieu et ce, autant pour les activités intérieures qu'extérieures.

Les personnes qui pratiquent une activité physique peuvent retirer leur masque ou leur couvre-visage pour la durée de l'activité seulement.

Toutefois, il est recommandé de porter un masque ou un couvre-visage lorsque la distance de deux mètres ne peut être respectée et que l'activité physique est d'un faible niveau d'intensité (ex. : marche d'un pas lent ou modéré).

Pour les activités physiques plus intense, le port du masque ou d'un couvre-visage par le participant peut présenter un certain nombre d'inconvénients. Pour cette raison, si la distance de deux mètres entre les personnes ne peut pas être respectée, l'activité ne devrait pas avoir lieu.

Il est à noter que le risque est plus élevé lorsqu'une activité est pratiquée à l'intérieur et en équipe, peu importe l'activité physique ou sportive. Le risque est également plus élevé lorsque les contacts entre les joueurs sont nombreux et prolongés. Ainsi, dans les sports d'équipe, en situation de jeu, des rapprochements et des contacts de courte durée sont permis pourvu qu'ils soient peu fréquents.

Les combats dans certains sports demeurent interdits jusqu'à nouvel ordre, mais les entraînements sont possibles dans le respect de la distanciation physique en vigueur.

[Pour en savoir plus sur les Directives de santé publique - Reprise des activités physiques et sportives, individuelles et en équipe, à l'intérieur et à l'extérieur.](#)

Équipement sportif : en raison du faible risque de contamination par contact indirect avec du matériel qui pourrait être partagé entre les personnes en situation de jeu à l'extérieur<sup>2</sup> (ex.: frisbee, ballon), il est possible de pratiquer de telles activités, tout comme de toucher avec les mains à certains équipements extérieurs dans l'espace public (ex.: modules de jeu, balançoire).

Toutefois, pour limiter le risque de propagation possible, étant donné qu'il est difficile d'éviter de porter les mains au visage lors de la pratique d'activités sportives, il est recommandé :

- d'utiliser, autant que possible, son propre matériel ou équipement (ex.: chaque personne devrait utiliser des balles distinctes entre les joueurs de tennis);
- de désinfecter, autant que possible, le matériel utilisé qui serait partagé entre les personnes, avant et après l'activité;
- de se laver les mains avec de l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes ou avec une solution hydroalcoolique, avant et après l'activité au cours de laquelle du matériel aurait été partagé.

### On continue de se protéger !

- Les personnes présentant des symptômes de la COVID-19 ou ayant reçu un résultat positif doivent rester à la maison. Les personnes qui sont considérées comme des contacts étroits d'un cas de la COVID-19 sont soumises à la même règle d'isolement.
- Si une toilette ou un lavabo à l'intérieur d'un bâtiment est accessible, les principes de protection de base illustrés ci-dessous doivent être appliqués en tout temps.



Toussez dans votre coude



Lavez vos mains



Gardez vos distances



Couvrez votre visage

<sup>1</sup> Toutes les activités autorisées peuvent être pratiquées par des participants ayant une limitation physique. Les personnes habitant sous le même toit que la personne handicapée pourront offrir un accompagnement au besoin.

<sup>2</sup> Pour en savoir plus sur la transmission par des contacts avec des surfaces contaminées situées à l'extérieur, veuillez consulter : <https://www.inspq.qc.ca/publications/3002-environnement-exterieur-covid19>

5

## Qu'est-ce que les jeunes devraient savoir au sujet des risques à la consommation de tabac ou de cannabis associés la COVID-19 ?

Les adolescents devraient être sensibilisés aux risques de la consommation de tabac ou de cannabis en temps de pandémie. Fumer ou vapoter du tabac ou du cannabis peut avoir des effets néfastes sur la santé pulmonaire et cardiovasculaire et réduire la réponse immunitaire. Les consommateurs qui font un usage régulier de tabac ou de cannabis accroissent leur risque de contracter le virus et d'aggraver les symptômes de la maladie.

Pour tous les consommateurs de tabac ou de cannabis, fumer ou vapoter implique de porter la main à la bouche, ce qui augmente le risque d'attraper la COVID-19. De plus, partager un joint ou une vapoteuse d'une personne à l'autre favorise la transmission du virus. Enfin, sous l'effet du cannabis, les jeunes risquent d'être moins vigilants et moins rigoureux dans l'observance des mesures de prévention (respect de la distance physique recommandée, port du couvre-visage et lavage fréquent des mains).

### Conseils à communiquer aux jeunes qui consomment

Si vous êtes témoin d'adolescents ou de jeunes adultes de moins de 21 ans qui consomment du cannabis dans l'espace public, vous pouvez :

- les informer qu'ils enfreignent la [Loi](#) et qu'ils s'exposent à des sanctions ou à des amendes;

- leur transmettre certaines consignes pouvant réduire la propagation et les risques à la santé;
  - se laver les mains avant de fumer ou de vapoter;
  - ne pas partager les joints, les pipes, les vapoteuses ou autres dispositifs de consommation;
  - suivre les [recommandations de la Direction de santé publique](#) pour un usage à moindre risque, entre autres :
    - consommez du cannabis provenant du marché légal ;
    - favorisez des produits à faible taux de THC ;
    - évitez les mélanges.
- les encourager à participer aux activités offertes dans leur quartier de manière à tisser des liens positifs avec des intervenants-jeunesse ;
- transmettre des ressources d'aide aux jeunes qui souhaiteraient réduire leur consommation ou obtenir du soutien :
  - [Drogue aide et référence](#)
  - [Tel-Jeunes](#)
  - [toxquebec.com](#)

## Ce que prescrit la Loi

Au Québec, l'âge légal minimum pour posséder, acheter et consommer du cannabis est de 21 ans. Il est de plus interdit de fumer ou de vapoter du cannabis dans tout lieu public, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur.

LOI ENCADRANT LE CANNABIS <sup>1</sup>		
	LÉGALISATION	SANCTIONS
<b>PROFESSION</b>	Il est interdit aux personnes de moins de 21 ans de posséder ou de donner du cannabis. <sup>2</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>De 14 ans à 18 ans moins 1 jour<sup>3</sup> :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Si la personne possède 5 g ou moins, l'amende est de 100 \$</li> <li>Si la personne possède plus de 5 g, la sanction sera en fonction de la LSJPA<sup>4</sup></li> </ul> </li> <li>De 18 ans à 21 ans moins 1 jour :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Si la personne possède 30 g et moins, l'amende est de 100 \$</li> </ul> </li> <li>21 ans et plus :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Si la personne possède plus de 30 g, c'est une infraction criminelle. Elle peut recevoir soit une amende, soit une peine d'emprisonnement soit les deux.</li> </ul> </li> </ul>
<b>USAGÉ</b>	<p>Il est interdit de fumer du cannabis dans les lieux fermés, soit les mêmes lieux où il est interdit de fumer du tabac.</p> <p>Il est interdit de fumer du cannabis dans tous les lieux publics extérieurs incluant la rue, les trottoirs, les parcs, les stationnements, les places publiques, les pistes cyclables ou n'importe quel autre lieu accessible au public.<sup>6</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Moins de 18 ans<sup>5</sup> :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Amende de 500\$</li> </ul> </li> <li>18 ans et plus :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Amende de 500 à 1 500\$</li> </ul> </li> <li>Une personne de 18 ans ou plus qui consomme sur les terrains d'un lieu d'enseignement :               <ul style="list-style-type: none"> <li>Amende de 750 à 2250 \$</li> </ul> </li> </ul>
<b>VENTE</b>	<p>Il est interdit à quiconque de vendre ou de fournir du cannabis à une personne de moins de 21 ans.</p> <p>Il est interdit à une personne de plus de 21 ans d'acheter du cannabis pour une personne de moins de 21 ans.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Il s'agit d'une infraction criminelle. La personne peut recevoir une amende et/ou une peine d'emprisonnement</li> <li>Amende de 500 à 1500\$</li> </ul>

Pour toute question relative à l'application de la Loi encadrant le cannabis, le MSSS met à la disposition du grand public le numéro de téléphone suivant : 1-877-416-8222 (L au V de 8h30 à 16h30. Fermé de 12h à 13h)

<sup>1</sup> Loi concernant le cannabis et modifiant la Loi réglementant certaines drogues et autres substances, le Code criminel et d'autres lois, LC 2018, c 16. [https://laws.justice.gc.ca/PDF/2018\\_16.pdf](https://laws.justice.gc.ca/PDF/2018_16.pdf) et Loi encadrant le cannabis, LQ 2020, c-5.3. <http://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/pdf/cs/C-5.3.pdf>

<sup>2</sup> Si une personne est trouvée en possession de cannabis sur un terrain scolaire (du préscolaire au collégial) l'amende est plus élevée.

<sup>3</sup> Pour les mineurs, une copie de la contravention sera envoyée aux parents. Les adolescents de moins de 14 ans ne reçoivent pas d'amende.

<sup>4</sup> Loi sur le système de justice pénale pour adolescents.

<sup>5</sup> Un mineur ne peut avoir une contravention supérieure à 500\$ pour usage de cannabis.

<sup>6</sup> Les autorités municipales peuvent adopter des règlements pour autoriser de fumer du cannabis dans certains parcs.

6

## Pourquoi est-il si important que les jeunes respectent les consignes de prévention ?

### Le déconfinement ne signifie pas que tout est permis !

Malgré la reprise graduelle des activités, il est toujours important de limiter les risques associés à la propagation du virus, en adoptant des comportements sécuritaires pour soi-même et pour les autres.

On peut rappeler aux jeunes que :

**Le virus est très contagieux** et qu'il se transmet facilement et rapidement d'une personne à une autre de différentes manières :

- par gouttelettes projetées dans l'air quand une personne infectée parle, tousse ou éternue;
- lorsque nos mains sont portées à la bouche, au nez ou aux yeux, après avoir eu un contact significatif avec une personne infectée, ou encore après avoir touché une surface ou un objet contaminés.

**Montréal demeure encore l'épicentre de la pandémie au Québec, malgré les améliorations constatées.**

**Les personnes plus vulnérables qui contractent le virus sont plus susceptibles de développer des complications et d'en mourir** (ex. : atteintes de maladies chroniques telles que le diabète, les maladies cardiaques, pulmonaires et rénales, ayant un système immunitaire grandement affaibli, enceintes, âgées de 70 ans et plus).

**Les jeunes peuvent attraper la COVID-19.** Même s'ils sont moins susceptibles de développer des maladies graves et ont très peu de risque d'en mourir, ils en subissent les impacts au plan physique (symptômes plus ou moins sévères), au plan social (ex.: fermeture des écoles, perte de liberté individuelle, isolement si test positif ou si en contact avec un cas) et psychologique (ex. : stress, anxiété, négligence, abus, etc.).

**Les jeunes peuvent transmettre la COVID-19** à d'autres personnes, sans nécessairement s'en rendre compte, parce qu'ils sont plus susceptibles que les adultes de ne ressentir aucun symptôme s'ils sont infectés.

**Sans le respect de ces consignes, une possible nouvelle vague de contamination nous forcerait à un resserrement des règles et un retour au confinement.**

On a besoin de la collaboration de tout le monde incluant celle des jeunes pour réussir cette phase importante de déconfinement ! Ça va aller mieux, si chacun fait sa part pour respecter les consignes, le plus possible.

7

## À quoi les jeunes s'exposent-ils s'ils ne respectent pas les consignes de prévention lorsqu'ils se rassemblent ?

En ne respectant pas les consignes de prévention lorsqu'ils se rassemblent, les jeunes peuvent se mettre à risque en attrapant le virus de la COVID et mettre la santé d'autres personnes à risque en leur transmettant le virus.

Pour des jeunes qui se rencontreraient à répétition, aux mêmes endroits, sans respecter les consignes de santé publique, ces jeunes doivent savoir que les policiers du SPVM sont en mesure de leur émettre une contravention.

Un jeune de moins de 18 ans qui ne respecterait pas les consignes de santé publique pourrait s'exposer à recevoir une amende de 560 \$, alors que pour les adultes la pénalité est de 1546 \$.

Il serait possible pour toute personne de contester ces amendes devant les tribunaux, si elle pense avoir reçu un constat d'infraction de façon injuste.

Une mise à jour du présent outil sera effectuée en fonction des nouvelles directives de santé publique et des informations qui seront transmises par le gouvernement au sujet des mesures de déconfinement.

Cet outil a été réalisé grâce à un partenariat entre la Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal et la Ville de Montréal pour soutenir les actions qui seront menées auprès des jeunes dans l'espace public et les diverses installations de la ville.

Si vous avez des questions concernant les informations contenus dans ce document, vous pouvez joindre un professionnel de la Direction régionale de santé publique du CIUSSS Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal à l'adresse courriel suivante : [milieux-jeunesse.drsp.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:milieux-jeunesse.drsp.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca)