



1

La nicotine et le cerveau

Les faits

La nicotine est une substance qui entraîne une dépendance très forte. Les jeunes de moins de 25 ans sont plus susceptibles de devenir dépendants de la nicotine que les adultes, car leur cerveau n'a pas fini de se développer. Il leur faut moins de nicotine que les adultes pour en devenir dépendants, la dépendance est plus forte et il est plus difficile pour eux d'y mettre fin. La quantité de nicotine contenue dans une cartouche de vapotage standard équivaut plus ou moins à la quantité de nicotine présente dans 20 cigarettes.

Recherche

Trouvez le plus grand nombre possible de renseignements sur la nicotine. Scannez le code QR pour accéder à un site Web qui vous aidera dans vos recherches. Vous pouvez également consulter d'autres sources.

Réponse

Scannez le code QR pour accéder à une vidéo. Selon vous, pourquoi est-ce si difficile de mettre fin à une dépendance à la nicotine ?

Communication

Créez une vidéo expliquant les effets de la nicotine sur le cerveau.

Appel à l'action

Organisez une séance de visionnement des vidéos que vous aurez créées pour les élèves de l'école.



2

Dépendance

Les faits

La dépendance est un usage problématique d'une substance ou un comportement qui peut avoir un effet négatif sur la vie d'une personne. Par exemple, on peut devenir dépendant de la nicotine, de l'alcool, des jeux de hasard et d'argent ou d'Internet. Les personnes ayant une dépendance ne maîtrisent plus leur consommation de la substance en question et continuent d'en prendre malgré ses conséquences négatives.



Recherche

- 1 Dressez une liste des services offerts dans la communauté et des lignes d'aide téléphoniques pour les jeunes aux prises avec une dépendance, notamment une dépendance à la nicotine.
- 2 Dressez une liste des personnes (p. ex., parents, entraîneur, etc.) à qui les jeunes peuvent s'adresser pour obtenir de l'aide lorsqu'on exerce de la pression sur eux pour qu'ils fassent l'essai du vapotage, du tabac, des drogues ou de l'alcool ou qu'ils éprouvent de la curiosité à ce sujet.

Réponse

Scannez le code QR pour accéder à une vidéo (en anglais). Voici une page Web qui contient des renseignements supplémentaires, en lien avec cette vidéo, en français.

- 1 Selon vous, pourquoi les rats en cage ont-ils un comportement différent de celui des rats dans le parc ?
- 2 Outre les facteurs chimiques, quels autres facteurs peuvent accroître le risque d'avoir une dépendance à une substance ?
- 3 Croyez-vous que le comportement des rats est semblable au comportement des êtres humains ou différent ? Expliquez votre réponse.

Communication

Créez une invention, une nouvelle technologie ou une nouvelle ressource qui pourrait aider à cesser de fumer ou de vapoter. Décrivez le fonctionnement de votre création et dessinez ou construisez un prototype. Concevez une publicité pour faire connaître votre création.

Appel à l'action

Utilisez les listes dressées dans la section Recherche pour présenter aux autres élèves, de façon créative (p. ex., affiche, dépliant, annonces à l'école, message sur les médias sociaux, page écran, etc.), les services de soutien qui leur sont offerts.



3

L'industrie du tabac

Les faits

L'industrie du tabac cible les adolescents depuis plus de 70 ans. Elle dépense près d'un million de dollars l'heure en publicité. Les compagnies de tabac possèdent certaines des marques de produits de vapotage les plus populaires.

Recherche

Quelles marques de produits de vapotage appartiennent en tout ou en partie aux compagnies de tabac suivantes : Altria, Imperial Tobacco et JTI-MacDonald ?

Réponse

« Les adolescents d'aujourd'hui sont les consommateurs potentiels de demain. Dans la grande majorité des cas, la première cigarette se fume à l'adolescence... Les habitudes de consommation de tabac des adolescents sont particulièrement importantes pour Philip Morris » – Phillip Morris Tobacco Company, 1981

- 1 Que pensez-vous de cette citation ?
- 2 Selon vous, pourquoi les compagnies de tabac s'intéressent-elles tant aux habitudes de consommation de tabac des adolescents ?

Communication

Scannez le code QR pour accéder au lien menant à des anciennes publicités sur le tabac. Analysez une de ces publicités en répondant aux questions suivantes :

- 1 Qui est visé par cette publicité ? Justifiez votre réponse.
- 2 Quel message cette publicité véhicule-t-elle ?
- 3 Quelles stratégies l'entreprise a-t-elle utilisées pour rendre son produit attrayant ?
- 4 Modifiez la publicité pour qu'elle dise la vérité sur les méfaits du produit (c'est ce qu'on appelle la contre publicité).

Appel à l'action

« La vérité sur l'industrie du tabac ! » À partir des renseignements recueillis sur l'industrie du tabac, créez un mur de graffitis en groupe. Inscrivez des messages ou dessinez des images sur une bannière en papier que vous afficherez afin que les autres élèves puissent en prendre connaissance.





4

Du vapotage à la cigarette ?

Les faits

Comparativement aux adolescents qui ne vapotent pas, les jeunes qui vapotent sont plus susceptibles de commencer à fumer la cigarette. Le tabac est la principale cause de maladies et de décès précoces pouvant être évités dans le monde. Le tabac est le seul produit légal qui tue la moitié des personnes qui en consomment lorsqu'il est utilisé comme prévu.



Recherche

Quels sont certains des effets du tabac commercial (comme les cigarettes, les cigares et le tabac à chiquer) ? Combien y a-t-il de produits chimiques dans la fumée de cigarette et combien d'entre eux causent le cancer ?

Réponse

Les chercheurs ont commencé à prouver le lien entre l'usage du tabac et diverses maladies dans les années 1950 et 1960. Les compagnies de tabac ont rejeté ces preuves : « *Nous rejetons l'idée selon laquelle le tabac contient des agents nocifs.* » – **Philip Morris Tobacco Company, 1964.**

Que pensez-vous de cette citation ? Que feriez vous si vous dirigiez une compagnie de tabac et qu'on vous disait que vos produits sont mauvais pour la santé ?

Communication

Imaginez que vous êtes journaliste à une époque où on ne sait pas encore que fumer est mauvais pour la santé. Vous venez de découvrir des preuves que le tabac commercial a des effets nocifs, même mortels, sur la santé. Préparez un reportage portant sur ce qui suit :

- Les effets sur la santé que les médecins constatent chez les patients.
- La réaction des compagnies de tabac face aux preuves recueillies par les chercheurs.
- Ce qu'il faut faire pour se protéger et protéger les autres.
- Les services de soutien offerts.

Présentez votre reportage sous forme de vidéo.

Appel à l'action

Créez cinq (5) questions à choix multiples en vous basant sur ce que vous avez appris au sujet du tabac commercial, puis servez-vous-en pour organiser un jeu-questionnaire destiné aux élèves plus jeunes de votre école. Vous pouvez utiliser une plate-forme de jeu-questionnaire en ligne comme Kahoot ou demander aux élèves de répondre aux questions sur papier. N'oubliez pas de fournir les réponses aux élèves à la fin du jeu.



5

Produits aromatisés

Les faits

Les produits du tabac aromatisés sont interdits au Canada, mais les produits de vapotage aromatisés sont autorisés. En fait, il existe plus de 15 500 arômes de liquides de vapotage et ce nombre ne fait qu'augmenter.

Recherche

Faites des recherches sur les effets de l'interdiction des produits du tabac aromatisés sur les taux de tabagisme chez les jeunes.

Réponse

Scannez le code QR pour accéder à une vidéo.

- 1 Selon vous, quelle a été la réaction des clients lorsqu'ils ont appris qu'il y avait de la nicotine dans leur crème glacée ?
- 2 Quelle serait votre réaction dans cette situation ?
- 3 Selon vous, pourquoi y a-t-il tant d'arômes de liquides de vapotage ?

Communication

Croyez-vous que l'interdiction des liquides de vapotage aromatisés réduirait le vapotage chez les jeunes ? Prenez position (oui ou non) et défendez votre point de vue. Créez une vidéo, une présentation orale ou une bande dessinée ou rédigez un texte pour faire valoir votre point de vue.

Appel à l'action

Rédigez une lettre convaincante destinée à Santé Canada.

Expliquez l'importance d'interdire la vente de produits de vapotage aromatisés.

OU

Décrivez la meilleure façon, selon vous, de réduire le vapotage chez les jeunes.

Activité supplémentaire : Rédigez une pétition à ce sujet et recueillez des signatures à l'école ou dans la communauté.



6

Marketing

Les faits

Comme c'est le cas pour les produits du tabac et l'alcool, la vente et la fourniture de produits de vapotage ne sont pas censées viser les jeunes. Les fabricants de cigarettes électroniques ont conçu leurs produits pour qu'ils ressemblent aux articles du quotidien que les adolescents connaissent bien.

Recherche

Pour commercialiser ses produits auprès des jeunes, l'industrie du tabac conçoit des produits et des emballages attrayants. Faites des recherches sur les autres moyens ou « astuces » utilisés par les industries pour inciter les jeunes à acheter leurs produits (p. ex., les industries de l'alimentation, du tabac, du maquillage, etc.) et présentez les résultats de ces recherches. Scannez le code QR pour obtenir plus de renseignements à ce sujet.

Réponse

Regardez la vidéo et scannez le code QR pour accéder à cette photo.

- 1 Dressez une liste de produits du quotidien qui ressemblent aux articles de vapotage.
- 2 Selon vous, pourquoi les articles de vapotage ressemblent-ils aux produits que les jeunes utilisent tous les jours ?

Communication

Faites des recherches sur la façon dont les influenceurs aident les entreprises à vendre leurs produits. Imaginez que vous êtes un influenceur et créez une vidéo, un message pour les médias sociaux ou une page Web ayant pour but de vendre un produit qui est bon pour la santé.

Appel à l'action

#TBT: Dressez une liste des techniques de marketing qui étaient utilisées il y a plusieurs années et que l'industrie du vapotage ne devrait pas adopter. Indiquez également d'anciennes techniques amusantes qui pourraient revenir à la mode (p. ex., au lieu de produits du tabac à saveur de fruits, ramenons les Fruit-O-Long ! Au lieu de cacher les faits, jouons à la cachette !)





NEW

WHITE PEACH

7-IT

LEMON
SPARKLING LEMONADE

7

Effets sur la santé

Les faits

Le vapotage est assez récent et nous n'en connaissons pas les effets à long terme sur la santé avant plusieurs années. Parmi les effets possibles du vapotage sur la santé, citons la dépendance à la nicotine, l'exposition à des produits chimiques et à des métaux nocifs, les lésions causées aux poumons par certains produits de vapotage, l'empoisonnement si la nicotine est avalée ou absorbée, ainsi que les brûlures et les blessures causées par l'explosion de piles défectueuses.

Recherche

Qu'est-ce qui vous intrigue au sujet du vapotage ? Inscrivez votre question et échangez-la avec un partenaire. Faites des recherches afin de répondre à la question de votre partenaire.

Réponse

Scannez le code QR pour accéder à une vidéo. Selon vous, que pensait le jeune de sa décision de vapoter après en avoir subi les effets sur sa santé ? Justifiez votre réponse. Dressez une liste des effets du vapotage mentionnés dans la vidéo autres que ceux sur la santé.

Communication

Imaginez que vous êtes un blogueur du futur et que vous avez découvert des preuves sur les effets du vapotage sur la santé. Rédigez une entrée de blogue dans laquelle vous fournirez les renseignements suivants :

- Les effets du vapotage sur la santé constatés par les médecins
- La réaction des fabricants d'articles de vapotage face à ces preuves
- Les mesures à prendre pour se protéger, et protéger les autres, contre les effets du vapotage
- L'aide offerte aux personnes qui vapotent

Appel à l'action

Photovoice : Prenez des photos d'objets, de personnes ou d'endroits illustrant le concept d'être en santé. Choisissez vos trois meilleures photos et rédigez une courte explication pour chacune de vos photos. Partagez votre travail de façon créative (p. ex., sous forme de présentation, d'affiche, d'album souvenir (scrapbook)).





8

La loi – Fournir des produits de vapotage

Les faits

Il est illégal de vendre ou de fournir des produits de vapotage à une personne de moins de 19 ans. Le fait de partager entre amis équivaut à fournir des produits de vapotage à des jeunes et peut entraîner une accusation. Les personnes qui fournissent de tels produits à un mineur (y compris lors d'échanges entre amis) sont passibles d'une amende de 490 \$ (en date de 2020).

Recherche

- 1 Dressez une liste des conséquences possibles, autres qu'une amende, de l'échange de produits de vapotage avec un ami.
- 2 Quels sont certains facteurs qui peuvent amener un jeune à vapoter ?

Réponse

Préparez des questions sur le vapotage que vous poserez à quelqu'un (p. ex., votre père, votre mère, votre frère, votre sœur, votre entraîneur, un ami, etc.). Faites un enregistrement audio de cette entrevue, si la personne y consent, et résumez ses réponses.

Communication

Enregistrez un balado sur le vapotage que vous diffuserez en classe ou ailleurs à l'école. Vous pouvez utiliser les réponses aux questions posées dans la section Recherche et inclure des extraits de l'entrevue que vous avez faites dans le cadre de la section Réponse.

Appel à l'action

Devenez un influenceur : En groupes ou tous ensemble, créez une bannière où seront affichés des messages destinés aux élèves plus jeunes de l'école. Ces messages doivent porter sur ce qu'on peut dire ou faire si une personne nous offre de vapoter ou met de la pression sur nous en ce sens, ainsi que sur les raisons de ne pas vapoter.





9

La loi – Endroits où il est interdit de fumer et de vapoter

Les faits

En vertu de la Loi de 2017 favorisant un Ontario sans fumée, il est interdit de fumer et de vapoter :

- À l'intérieur de l'école
- Sur le terrain de l'école, y compris les terrains de jeu et les terrains de sport
- Dans les zones publiques à moins de 20 mètres de l'école

En 2020, quiconque vapote à 20 mètres ou moins d'une école est passible d'une amende de 305 \$.

Recherche

Nommez d'autres endroits où il est interdit de fumer et de vapoter en Ontario.

Réponse

Dressez une liste d'articles que vous achèteriez avec le montant de l'amende (305 \$) imposée aux personnes qui vapotent à l'école ou le montant de l'amende (490 \$) imposée aux personnes qui fournissent des produits de vapotage aux jeunes. Indiquez le prix de chacun, puis faites le total.

Communication

On vous a confié la mission de communiquer avec des extra-terrestres. Vous devez leur écrire une lettre sur un sujet qu'ils ne connaissent pas, le vapotage, et le problème qu'il cause sur la Terre. Vous devez expliquer ce qui suit :

- Ce qu'est le vapotage
- Les raisons pour lesquelles certaines personnes vapotent
- Les raisons pour lesquelles certains considèrent que le vapotage a des effets positifs ou négatifs
- Les raisons pour lesquelles vous recommandez qu'ils permettent ou non le vapotage sur leur planète

Appel à l'action

Créez un mème pour encourager les élèves à ne pas vapoter à l'école et ailleurs. Inscrivez un court texte sous une photo pour défendre votre point de vue.

