

Trousse d'outils sur le vapotage

Équipe de production

Alyssa Bedard, agente de promotion de la santé communautaire, Programme d'écoles saines

Sandee Guindon, chef de programme, Programme d'écoles saines

Natalie Dupuis-Blanchfield, agente de promotion de la santé communautaire, Programme d'écoles saines

Nous remercions sincèrement les personnes suivantes :

Alicia Topp, Ontario Health Indigenous Tobacco Program

Corina Artuso, Algoma Public Health

Eileen Berwick, Nipissing-Parry Sound Catholic District School Board

Lisa Spencer, Near North District School Board

Marie-Léa Bray, North East Tobacco Control Area Network

Wendy Legros, Porcupine Health Unit

Pour plus de renseignements :

Programme des Écoles saines, 705 474-1400, poste 5231, healthy.schools@healthunit.ca

Référence suggérée : Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound. (2022). *Trousse d'outils sur le vapotage - Guide pour les éducatrices et éducateurs*, North Bay, ON.

Dernière mise à jour : mars 2022
Élaborée : novembre 2020



Table des matières

Bienvenue!	4
Renseignements sur la trousse d’outils	4
À qui la trousse d’outils s’adresse-t-elle ?	4
Sur quoi l’apprentissage porte-t-il ?	4
Différence entre l’utilisation de produits du tabac commerciaux et l’utilisation du tabac en tant que remède sacré	4
Comment utiliser la trousse	4
Avant de commencer	4
Cartes	5
Contenu en ligne	5
Façons d’utiliser les cartes	5
Évaluation	6
Au sujet du vapotage	6
Qu’est-ce que le vapotage ?	6
Le vapotage est-il répandu chez les jeunes?	6
Pourquoi faut-il s’inquiéter du vapotage?	7
Pourquoi les jeunes vapotent-ils?.....	7
Comment peut-on prévenir le vapotage?.....	8
Guide du contenu des cartes	9
1. La nicotine et le cerveau	9
2. Dépendance	10
3. L’industrie du tabac.....	11
4. Du vapotage à la cigarette ?	12
5. Produits aromatisés	13
6. Marketing.....	14
7. Effets sur la santé.....	16
8. La loi – Fournir des produits de vapotage.....	17
9. La loi – Endroits où il est interdit de fumer et de vapoter	18
Attentes du curriculum	21
Références	26
Annexe A – Images d’articles du quotidien et d’articles de vapotage	29
Annexe B – Publicités sur le tabac	30
Annexe C – Produire un balado	34
Annexe D – Formulaire de planification d’un balado	35

Bienvenue!

La [Trousse d'outils sur le vapotage](#) permet d'amorcer une discussion avec les jeunes et de favoriser le développement de leur pensée critique au sujet du vapotage afin de les aider à prendre des décisions en ce qui concerne leur santé.

Renseignements sur la trousse d'outils

À qui la trousse d'outils s'adresse-t-elle ?

La trousse a été conçue pour les éducatrices et éducateurs ontariens qui travaillent avec des élèves de la **5^e à la 9^e année** afin de les aider à satisfaire aux attentes concernant le vapotage du Curriculum de l'Ontario 2019, Éducation physique et santé. Elle permet également de faire le lien avec d'autres domaines d'études des curriculums pour les années d'études. On trouvera les liens avec les contenus d'apprentissage dans la section [Attentes du curriculum](#) du présent guide et des suggestions sur la façon d'intégrer [l'apprentissage par l'expérience](#) dans la section [Guide du contenu des cartes](#).

Sur quoi l'apprentissage porte-t-il ?

Grâce aux activités décrites dans la trousse, les élèves se renseigneront sur ce qui suit :

- la nicotine et la dépendance;
- les effets du tabac et des produits de vapotage sur la santé;
- les liens entre les industries du tabac et du vapotage;
- les stratégies de marketing, y compris l'utilisation de produits aromatisés et les emballages;
- les décisions à prendre en ce qui concerne le vapotage et les sources de soutien;
- les lois régissant le vapotage en Ontario.

Différence entre l'utilisation de produits du tabac commerciaux et l'utilisation du tabac en tant que remède sacré

Le terme « tabac » utilisé dans la trousse renvoie aux produits du tabac commerciaux (p. ex., les cigarettes, les cigares, le tabac à chiquer, etc.). Il ne renvoie pas au tabac utilisé dans le cadre des traditions culturelles des Premières Nations et des Métis à des fins sacrées ou cérémoniales. Pour plus de renseignements sur l'utilisation du tabac en tant que remède sacré, consultez le site www.tobaccowise.com. Nous vous encourageons à discuter avec vos élèves de la différence entre l'utilisation de produits du tabac commerciaux et l'usage du tabac à des fins traditionnelles avant d'utiliser la présente trousse et pendant que vous vous en servez.

Comment utiliser la trousse

Avant de commencer

1. Regardez la [vidéo d'information](#) (2:36) pour un aperçu de la façon d'utiliser la trousse d'outils.
2. Lisez la section [Au sujet du vapotage](#) du présent guide. Vous y trouverez de l'information sur les effets négatifs du vapotage sur la santé, des statistiques sur les jeunes et des stratégies de prévention.
3. Passez en revue cette [fiche-conseil](#) sur la façon de parler du vapotage aux jeunes. Vous y trouverez des sujets de discussion utiles et un aperçu des stratégies de marketing des produits de vapotage ciblant les jeunes.

Cartes

Il y a neuf cartes dans la trousse d'outils. D'un côté, ces cartes peuvent être réunies comme un casse-tête pour former une image de produits de tous les jours parmi lesquels se « cachent » des produits de vapotage (illustrés sur la couverture du présent guide). De l'autre côté de chacune des cartes sont inscrits un thème et le titre de cinq sections :

- **Les faits** : Messages clés et renseignements sur le thème de la carte.
- **Recherche** : Les élèves font des recherches sur le thème.
- **Réponse** : Les élèves font part de leur opinion au sujet d'une vidéo, d'une citation ou d'une image, ou réalisent une entrevue.
- **Communication** : Les élèves établissent des liens ou approfondissent leur apprentissage grâce à la création, à la rédaction, à la conception ou à l'analyse.
- **Appel à l'action** : Les élèves partagent ce qu'ils ont appris afin d'avoir un impact positif.

Vous trouverez dans la section [Guide du contenu des cartes](#) le contenu et le thème de chaque carte, ainsi que des idées, des ressources et des suggestions pour l'apprentissage par l'expérience qui vous aideront à animer la discussion.

Contenu en ligne

La page principale du contenu en ligne de la trousse d'outils est la suivante :

www.myhealthunit.ca/troussevapotage. Chaque carte de la trousse d'outils possède un code QR. Les élèves peuvent utiliser leur appareil pour scanner ce code, qui les mènera à la page Web de la carte où ils trouveront ce dont ils ont besoin pour réaliser l'activité (p. ex., vidéos, publicités sur le tabac, etc.). Les pages Web des cartes sont également accessibles à partir de la page principale de la trousse d'outils. Certaines d'entre elles renferment également des liens menant à d'autres ressources fiables dont les élèves peuvent prendre connaissance.

Façons d'utiliser les cartes

La trousse d'outils peut être utilisée de n'importe quelle manière pour soutenir vos objectifs pédagogiques. Voici des suggestions sur la façon d'utiliser les cartes en classe :

Activité de présentation

- Demandez aux élèves d'assembler le casse-tête.
- Demandez-leur de décrire l'image. Ils y verront des produits de tous les jours et des produits de vapotage.
- Demandez aux élèves de trouver les 14 produits de vapotage cachés dans l'image (y compris les vapoteuses, les cartouches et les liquides). Vous trouverez dans l'[annexe A](#) les produits de vapotage cachés dans l'image et leur nom.
- Demandez aux élèves pourquoi les produits de vapotage ressemblent à des produits qu'ils utilisent tous les jours (ils semblent moins nocifs, ils sont plus faciles à dissimuler ou à camoufler).

Aperçu de la trousse d'outils

- Présentez aux élèves la [vidéo d'information](#), qui décrit le processus d'apprentissage des cartes.

Options d'apprentissage

- Répartissez les élèves en neuf groupes et demandez à chaque groupe de faire les activités décrites sur la carte qui lui a été attribuée.

- Demandez à des groupes d'élèves d'expliquer au reste de la classe ce qu'ils ont appris en effectuant les activités décrites sur la carte.
- Passez en revue avec la classe le contenu de chaque carte. Présentez les sections les unes après les autres et utilisez plusieurs cartes au cours de la période de temps dont vous disposez.
- Demandez aux élèves de faire une présentation orale ou virtuelle à partir du contenu de la carte.
- Demandez aux élèves de rédiger un texte à partir du contenu de la carte.
- Développez les capacités de leadership des élèves en leur faisant réaliser des projets de type Appel à l'action qu'ils présenteront à la communauté de l'école.
- Utilisez le cycle [d'apprentissage par l'expérience](#) (participer, réfléchir, réinvestir) afin d'enrichir les activités.
- Utilisez les cartes d'autres façons qui soutiennent vos apprenants et leurs intérêts.

Évaluation

Nous apprécierions vos commentaires sur cette trousse. Un sondage destiné aux éducatrices et éducateurs et aux étudiants est disponible sur la [page Web principale](#) de la trousse ou sur les liens suivants :



[Sondage éducatrice/éducateur](#)



[Sondage étudiant](#)

Au sujet du vapotage

Qu'est-ce que le vapotage ?

Le vapotage consiste à inhaler et à expirer un aérosol généré par un dispositif de vapotage, également appelé cigarette électronique. Le dispositif chauffe un liquide (également appelé liquide à vapoter), qui se transforme en aérosol. Les liquides à vapoter sont souvent aromatisés et la plupart d'entre eux contiennent de la nicotine. Pour plus de renseignements sur le vapotage, consultez le site Web de [Santé Canada](#).

Le vapotage est-il répandu chez les jeunes?

Selon le [Sondage sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario](#) (SCDSEO), de plus en plus d'élèves de la 7^e à la 12^e année vapotent. Entre 2017 et 2019, le pourcentage d'élèves ayant

déclaré avoir utilisé une cigarette électronique au cours de l'année écoulée a plus que doublé, passant de 11 % à 23 %. Environ 13 % des élèves vapotent toutes les semaines ou tous les jours.

Pourquoi faut-il s'inquiéter du vapotage?

Il y a plusieurs raisons de s'inquiéter du vapotage :

- Le vapotage peut entraîner une exposition à des substances chimiques nocives pouvant causer des dommages aux poumons.
- Même s'il est de courte durée, le vapotage peut causer des problèmes comme des plaies dans la bouche, une irritation de la gorge, des étourdissements, de la toux et des nausées.
- La nicotine contenue dans les liquides de vapotage crée une dépendance. Pour certaines marques, une cartouche de liquide de vapotage contient la même quantité de nicotine que 20 cigarettes. Parmi les signes de la dépendance à la nicotine chez les jeunes, citons le fait d'en consommer dans des endroits où cela est interdit (p. ex., à l'école), avoir fortement envie de demander à des amis de prendre quelques bouffées, ne dire à personne que l'on consomme de la nicotine et vapoter même après avoir ressenti ses effets secondaires négatifs.
- Le vapotage de la nicotine peut nuire au développement du cerveau des jeunes, à la mémoire et à la concentration.
- On a relevé un lien entre le vapotage de la nicotine et les symptômes d'anxiété et de dépression. Certains jeunes vapotent pour soulager ces symptômes alors que le vapotage pourrait les intensifier.
- Une consommation excessive de nicotine peut causer des symptômes de maladie.
- Il arrive souvent que des amis utilisent la même cigarette électronique, ce qui peut propager des virus et des infections et même entraîner une amende.
- Il a été signalé que des élèves vapotent dans les toilettes de leur école et à d'autres endroits où cela est interdit en vertu de la *Loi de 2017 favorisant un Ontario sans fumée*. Les contrevenants s'exposent à une amende.
- Il pourrait y avoir un lien causal entre le vapotage et la cigarette, car le vapotage entraîne une exposition précoce à la nicotine, ce qui accroît l'exposition aux influences du milieu social (p. ex., personnes qui fument ou certains milieux sociaux) et pourrait contribuer à « renormaliser » l'usage de la nicotine et du tabac.
- Un grand nombre des effets à long terme du vapotage sur la santé demeurent inconnus.

Pourquoi les jeunes vapotent-ils?

Parmi les facteurs qui peuvent contribuer au vapotage chez les jeunes, citons la curiosité, l'ennui, la normalisation parmi les camarades, la pression sociale, le désir de composer avec le stress ou l'anxiété, l'euphorie provoquée par la nicotine, les arômes attirants, la perception selon laquelle les dispositifs de vapotage sont à la mode ou un symbole de statut, la non-reconnaissance des effets nocifs et les efforts déployés pour fumer moins ou cesser de fumer.

Les entreprises de vapotage, dont bon nombre [appartiennent à des compagnies de tabac](#), ont recours à diverses stratégies pour commercialiser leurs produits et atténuer la perception selon laquelle ils sont

nocifs ou entraînent une dépendance. En ciblant les jeunes, elles contribuent à normaliser le vapotage au sein de ce groupe et à attirer des personnes qui consommeront leurs produits toute leur vie.

Les stratégies de marketing mises en œuvre par les entreprises de vapotage sont semblables à celles utilisées par l'industrie du tabac depuis des décennies pour vendre des produits du tabac. Elles ont simplement été adaptées à de nouveaux produits. Par exemple, ces entreprises ont créé des arômes et des emballages attirants. De plus, elles font la promotion de leurs produits, offrent des rabais, commanditent diverses activités, paient des influenceurs, s'assurent que leurs produits sont vus au cinéma et à la télévision, ciblent des sous-cultures ou des groupes précis, induisent en erreur au sujet des bienfaits de leurs produits pour la santé, etc.

De nos jours, les entreprises de vapotage ont également recours aux médias sociaux pour cibler les jeunes. Les produits de vapotage ont des lignes épurées et une allure moderne et ressemblent souvent à des articles que les jeunes utilisent tous les jours. Les entreprises de vapotage ont adopté cette stratégie afin que leurs produits aient l'air moins dangereux et qu'il soit plus facile de les cacher ou d'en changer l'apparence.

Comment peut-on prévenir le vapotage?

L'approche de sensibilisation qui consiste à « Dire non aux drogues » ne fonctionne pas, qu'elle cible les drogues ou le vapotage. Plusieurs facteurs influencent la décision de vapoter. Un programme unique ne permet pas de s'attaquer à tous ces facteurs. Pour modifier les comportements et les attitudes en permanence, il faut former divers partenariats de longue durée dans la communauté et adopter une approche globale comprenant des initiatives de sensibilisation et des politiques visant notamment à changer les normes sociales.

La sensibilisation des jeunes à l'aide de renseignements crédibles fait donc partie d'une approche globale et s'est avérée efficace pour prévenir le vapotage. En raison des liens étroits entre les industries du tabac et du vapotage, la présente trousse d'outils fait appel à une stratégie antitabac connue sous le nom de dénormalisation de l'industrie du tabac (DIT). « La DIT révèle la vérité au public sur le rôle de l'industrie du tabac en tant que vecteur de maladies qui permet le développement et le maintien de l'épidémie de tabagisme... » [traduction] (Association pour les droits des non-fumeurs). En parlant aux jeunes de la publicité sur le vapotage et le tabac, on les aidera à repérer les publicités qui les ciblent et les moyens utilisés par les entreprises pour normaliser le vapotage chez les adolescents.

Pour être efficaces, les messages transmis aux jeunes doivent être alignés sur leurs valeurs et leurs intérêts. De plus, il faut déterminer les groupes de jeunes les plus à risque et consacrer davantage de ressources à leur soutien. Les parents, les tuteurs et l'ensemble de la société ont tous un rôle à jouer pour sensibiliser les jeunes à l'usage de substances, y compris au vapotage.

La présente trousse d'outils s'inscrit dans le cadre d'une approche globale visant à réduire le vapotage en aidant les éducatrices et éducateurs à amorcer un dialogue avec les élèves afin que ces derniers puissent prendre les meilleures décisions possibles pour leur santé.

Guide du contenu des cartes

1. [La nicotine et le cerveau](#)

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
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 ?	Les élèves peuvent présenter leur réponse de façon orale, écrite ou virtuelle. Voir les attentes du curriculum .
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

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
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	<ol style="list-style-type: none"> 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. 	Intégration de <u>l'apprentissage par l'expérience</u> : <ul style="list-style-type: none"> • Invitez des partenaires communautaires dans votre classe pour faire une présentation sur les dépendances et animer une discussion à ce sujet. • Intégrez des stratégies de réflexion tirées du cycle de l'apprentissage par l'expérience (participer, réfléchir, réinvestir).
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. <ol style="list-style-type: none"> 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.	Les publicités peuvent être sous forme d'affiches, de messages diffusés à la radio ou sur les médias sociaux, etc. Demandez aux élèves de réaliser une campagne publicitaire à partir de leurs publicités.
Appel à l'action	Utilisez les listes dressées dans la section <i>Recherche</i> 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.	Créez un tableau d'affichage que vous installerez dans le corridor où les élèves pourront indiquer les services de soutien en matière de dépendance.

3. L'industrie du tabac

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs								
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 ?	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Compagnie de tabac</th> <th>Marque de produits de vapotage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Altria (anciennement Philip Morris Companies)</td> <td>JUUL</td> </tr> <tr> <td>JTI-MacDonald</td> <td>Logic</td> </tr> <tr> <td>Imperial Tobacco</td> <td>VYPE</td> </tr> </tbody> </table>	Compagnie de tabac	Marque de produits de vapotage	Altria (anciennement Philip Morris Companies)	JUUL	JTI-MacDonald	Logic	Imperial Tobacco	VYPE
Compagnie de tabac	Marque de produits de vapotage									
Altria (anciennement Philip Morris Companies)	JUUL									
JTI-MacDonald	Logic									
Imperial Tobacco	VYPE									
Réponse	<p>« 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</p> <ol style="list-style-type: none"> Que pensez-vous de cette citation ? Selon vous, pourquoi les compagnies de tabac s'intéressent-elles tant aux habitudes de consommation de tabac des adolescents ? 	<p>Réponses possibles des élèves :</p> <ul style="list-style-type: none"> L'industrie du tabac est consciente du pouvoir d'achat des adolescents. Si les adolescents deviennent dépendants de ses produits, ils seront des clients à vie. L'industrie a besoin d'une nouvelle génération de fumeurs pour survivre. Les compagnies de tabac utilisent des publicités où on montre des personnes qui s'amuse ou qui ont l'air de vedettes, créent des arômes que les jeunes aiment et utilisent des emballages attrayants. L'industrie du vapotage utilise les techniques de marketing de l'industrie du tabac pour attirer une nouvelle génération de clients. 								
Communication	<p>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 :</p> <ol style="list-style-type: none"> Qui est visé par cette publicité ? Justifiez votre réponse. Quel message cette publicité véhicule-t-elle ? Quelles stratégies l'entreprise a-t-elle utilisées pour rendre son produit attrayant ? Modifiez la publicité pour qu'elle dise la vérité sur les méfaits du produit (c'est ce qu'on appelle la contre-publicité). 	<p>Demandez aux élèves de présenter les publicités choisies et leurs réponses.</p> <p>Vous trouverez des publicités sur le tabac à l'Annexe B.</p> <p>Activité supplémentaire : Analysez une ou deux autres publicités.</p>								

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.	Ajoutez le mur de graffitis au tableau d'affichage placé dans le corridor.
-------------------------	---	--

4. [Du vapotage à la cigarette ?](#)

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
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 ?	Réponses possibles des élèves : <ul style="list-style-type: none"> • L'usage du tabac est la principale cause de maladies du cœur et d'accidents vasculaires cérébraux. Le tabac joue un rôle dans des dizaines de cancers, la maladie pulmonaire obstructive chronique et le diabète de type 2. De plus, il affecte presque tous les organes et systèmes du corps. • La fumée de tabac contient plus de 7 000 produits chimiques et au moins 69 d'entre eux peuvent causer 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 : « <i>Nous rejetons l'idée selon laquelle le tabac contient des agents nocifs.</i> » – 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	<p>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 :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les médecins constatent que le tabac a des effets nocifs sur la santé de leurs 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. <p>Présentez votre reportage sous forme de vidéo.</p>	<p>Les élèves peuvent se baser sur les effets du tabac sur la santé trouvés dans la section Recherche pour préparer leur reportage. Ils peuvent également :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trouver d'autres citations de l'industrie du tabac en réponse aux preuves scientifiques. • Faire des recherches sur les moyens de réduire les effets de la fumée secondaire. • Se renseigner sur les services d'aide à l'abandon du tabac.
Appel à l'action	<p>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.</p>	<p>Kahoot permet aux élèves de créer des jeux et de jouer à ces jeux à l'aide d'un appareil comme une tablette. Déterminez si vos élèves utiliseront cette plate-forme ou répondront aux questions sur papier. Les élèves peuvent jouer au jeu-questionnaire seuls ou en équipes. Prenez les arrangements nécessaires avec l'enseignant.e de la classe d'élèves plus jeunes pour que vos élèves organisent le jeu-questionnaire.</p>

5. Produits aromatisés

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
Les faits	<p>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.</p>	
Recherche	<p>Faites des recherches sur les effets de l'interdiction des produits du tabac aromatisés sur les taux de tabagisme chez les jeunes.</p>	<p>Réponse possible des élèves : L'interdiction des cigarettes aromatisées est associée à une réduction de la probabilité que les jeunes de l'élémentaire et du secondaire deviennent des fumeurs et du nombre de cigarettes que fument les jeunes.</p>

Réponse	<p>Scannez le code QR pour accéder à une vidéo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 ? 	<p>Les élèves peuvent présenter leur réponse verbalement, en équipe, en petit groupe ou dans un journal.</p>
Communication	<p>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.</p>	<p>Activité supplémentaire : Organisez un débat. Répartissez les élèves dans deux groupes (pour ou contre). Selon le groupe dont ils font partie, les élèves devront dire pourquoi ils sont pour ou contre l'interdiction, quelle que soit leur opinion. Donnez un montant de temps approprié aux groupes afin de trouver des arguments à l'appui de leur position.</p>
Appel à l'action	<p>Rédigez une lettre convaincante destinée à Santé Canada.</p> <p>Expliquez l'importance d'interdire la vente de produits de vapotage aromatisés.</p> <p><i>OU</i></p> <p>Décrivez la meilleure façon, selon vous, de réduire le vapotage chez les jeunes.</p> <p>Activité supplémentaire : Rédigez une pétition à ce sujet et recueillez des signatures à l'école ou dans la communauté.</p>	<p>Intégration de l'apprentissage par l'expérience : Apportez les lettres au bureau du député. Prenez rendez-vous avec le député afin que les élèves puissent lui parler de cette question ou invitez-le à prendre la parole en classe.</p>

6. [Marketing](#)

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
Les faits	<p>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.</p>	<p>Avant de passer à la section Recherche, amorcez une discussion sur le marketing avec les élèves pour les aider à comprendre ce qu'est une stratégie de marketing. Vous trouverez plus de renseignements à ce sujet dans les documents suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marketing Basics: The 101 Guide to Everything You Need to Know • Parler de vapotage aux enfants <p>Intégration de l'apprentissage par l'expérience :</p>

		Invitez un partenaire communautaire d'une agence de marketing locale dans votre classe pour discuter de marketing avec les élèves.
Recherche	<p>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.</p>	<p>Les élèves peuvent faire des recherches en utilisant les termes « stratégies de marketing ciblant les jeunes ». L'industrie du tabac utilise les techniques de marketing suivantes depuis longtemps :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Publicités ciblées • Remises accordées aux détaillants de cigarettes afin qu'ils accordent un rabais aux consommateurs • Recours à des vedettes et placement de ses produits au cinéma • Exclusion et déni des faits • Modification de ses produits pour accroître le potentiel de dépendance • Médias sociaux • Commandites
Réponse	<p>Regardez la vidéo et scannez le code QR pour accéder à cette photo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 ? 	<p>Vous trouverez à l'Annexe A des exemples d'articles qui ressemblent aux articles de vapotage.</p> <p>Lorsque les articles de vapotage ressemblent aux produits que les jeunes utilisent tous les jours, ils semblent moins nocifs et sont plus faciles à dissimuler ou à camoufler.</p>
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 !).	<p>Scannez le code QR de la carte pour accéder à un exemple de ce type d'activité de réminiscence.</p> <p>Demandez aux élèves de trouver des images que vous mettrez sur le tableau d'affichage dans le corridor.</p>

7. Effets sur la santé

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
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.	Lorsque vous discutez des effets du vapotage sur la santé avec les élèves, vous devez rectifier les perceptions des élèves qui croient que le vapotage est pire que l'usage de la cigarette (ce n'est pas le cas) ou que le vapotage est inoffensif (ce qui n'est pas le cas non plus). Le vapotage est effectivement moins nocif que les produits du tabac commerciaux, car les liquides à vapoter contiennent moins de produits chimiques causant le cancer. Toutefois, le vapotage n'est pas sans danger . À court terme, il peut entraîner une dépendance à la nicotine. De plus, des incidents graves y sont associés comme l'explosion des piles et les lésions aux poumons causées par des liquides de vapotage contaminés. Il faut effectuer d'autres recherches sur les effets à long terme du vapotage.
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.	Cet échange de questions a pour but d'éliminer toute idée préconçue que les élèves pourraient avoir lorsqu'ils cherchent la réponse à leur question.
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.	Après le visionnement, vous pouvez demander aux élèves de discuter de la vidéo au sein de leur groupe.
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 : <ul style="list-style-type: none"> • Les effets du vapotage sur la santé constatés par les médecins 	Une entrée de blogue est affichée sur un forum en ligne appelé blogue. Il peut s'agir d'un message, d'un texte d'opinion, de photos, d'infographies ou de vidéos. Décrivez aux élèves ce qu'est un blogue avant qu'ils ne fassent l'activité. Les sites suivants fournissent plus de renseignements sur le blogage : <ul style="list-style-type: none"> • Comment créer un blog... De A à Z • What Is A Blog? – A Guide to Understanding The Concept Of Blogging • Thing 2: Student Blogging & Writing

	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	Les élèves peuvent utiliser les renseignements fournis dans la section Les faits ou consulter des sources en ligne pour créer leur entrée de blogue. Ils peuvent faire des recherches sur les réactions des fabricants de produits de vapotage aux critiques exprimées quant aux effets de leurs produits sur la santé.
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)).	Faites une recherche en ligne sur University of Kansas Community Toolbox Photovoice . Vous accéderez ainsi à un guide utile sur la méthode Photovoice. Intégration de <i>l'apprentissage par l'expérience</i> : Communiquez avec des partenaires communautaires du secteur de la santé et du bien-être afin d'organiser une exposition au cours de laquelle les élèves pourront s'exprimer par leurs photos.

8. [La loi – Fournir des produits de vapotage](#)

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
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	<ol style="list-style-type: none"> 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 des facteurs qui peuvent amener un jeune à vapoter ? 	Conséquences possibles de l'échange de produits de vapotage entre amis : <ul style="list-style-type: none"> • L'ami devient dépendant de la nicotine • Les deux jeunes ont des ennuis à l'école ou à la maison • Perdre la confiance de la famille de l'ami • Transmettre des microbes à l'ami Facteurs qui peuvent amener un jeune à vapoter : <ul style="list-style-type: none"> • Un ami ou un membre de la famille vapote

		<ul style="list-style-type: none"> • Plusieurs produits aromatisés sont offerts • Le jeune croit que le vapotage est moins nocif que l'usage du tabac
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 <i>Recherche</i> et inclure des extraits de l'entrevue que vous avez faites dans le cadre de la section <i>Réponse</i> .	<p>L'Annexe C décrit les étapes de la création d'un balado. L'Annexe D est un formulaire à remplir pour planifier un balado.</p> <p>Vous pouvez répartir les élèves en groupes et demander à chacun de jouer un rôle précis (p. ex., animateur, intervieweur, responsable des effets sonores, monteur). Les groupes peuvent produire un balado portant sur les différents enjeux liés au vapotage (p. ex., effets sur la santé, facteurs qui influencent les jeunes, lois, stratégies de marketing de l'industrie du vapotage, etc.).</p> <p>Intégration de l'apprentissage par l'expérience : Demandez à un partenaire communautaire (p. ex., animateur de radio, journaliste) de vous donner des idées et des suggestions sur la façon de réaliser une entrevue efficace.</p>
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.	Utilisez des mots que les élèves plus jeunes comprendront et incluez des images.

9. [La loi – Endroits où il est interdit de fumer et de vapoter](#)

Section	Contenu	Idées et ressources pour les éducatrices et éducateurs
Les faits	En vertu de la <i>Loi de 2017 favorisant un Ontario sans fumée</i> , il est interdit de fumer et de vapoter : <ul style="list-style-type: none"> • À l'intérieur de l'école 	La <i>Loi de 2017 favorisant un Ontario sans fumée</i> impose également des restrictions quant à la consommation de cannabis, qu'elle soit sous forme de joint ou à l'aide d'une vapoteuse. De

	<ul style="list-style-type: none"> • 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 <p>En 2020, quiconque vapote à 20 mètres ou moins d'une école est passible d'une amende de 305 \$.</p>	<p>plus, certaines municipalités ont adopté des règlements qui vont au-delà de la Loi et imposent d'autres restrictions quant aux endroits où il est interdit de fumer ou de vapoter.</p>
Recherche	<p>Nommez d'autres endroits où il est interdit de fumer et de vapoter en Ontario.</p>	<p>Autres endroits où il est interdit de fumer et de vapoter :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lieux publics fermés • Terrains de jeu • Zones d'activités sportives publiques • Installations de loisirs communautaires • Garderies • À bord d'un véhicule où se trouve une personne de moins de 15 ans • Hôpitaux et autres centres de soins • Terrasses de restaurants et de bars <p>Tapez dans Google « endroits où il est interdit de fumer ou de vapoter en Ontario ». Une page du site Ontario.ca devrait apparaître dans les résultats. Vous y trouverez plus de renseignements sur ces endroits.</p>
Réponse	<p>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.</p>	<p>Faites un lien entre cette activité et les mathématiques. Demandez aux élèves de trouver des articles qui les intéressent ou sont importants pour eux (p. ex., un vélo, des jeux vidéo, des billets de spectacle, des emplettes (lien avec les études familiales), de l'essence pour la voiture s'ils auront leur permis de conduire bientôt, etc.).</p>
Communication	<p>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 :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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	<p>Créez un mème pour encourager les élèves à ne pas vapoter à l'école et ailleurs. Inscrivez</p>	<p>Un mème est une image qui est combinée à un court texte afin de transmettre une idée amusante ou de faire un commentaire social.</p>

	un court texte sous une photo pour défendre votre point de vue.	Assurez-vous que les mèmes des élèves sont appropriés et mettez-les sur le tableau d'affichage.
--	---	---

Attentes du curriculum

Éducation physique et santé

5e année

A1. 2 mettre en pratique des habiletés permettant de reconnaître les sources de stress et de faire face aux difficultés, y compris être capable de demander de l'aide, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le développement de la résilience personnelle. (Vie saine : savoir comment obtenir de l'aide dans différentes situations)

A1. 6 mettre en pratique des habiletés l'aidant à penser de manière critique et créative, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser l'établissement de liens, l'analyse, l'évaluation, la résolution de problèmes et la prise de décisions. (Vie saine : décrire la façon dont les médias peuvent influencer ses choix alimentaires).

D2.3 décrire des habiletés relatives à la prise de décisions, à l'affirmation de soi et au refus pour résister à la pression des pairs quant à la consommation d'alcool ou à tout autre comportement (p. ex., tabagisme*, vapotage, consommation de drogues, pratique compulsive de jeux de hasard et de jeux vidéo) pouvant mener à une dépendance. [A 1.4 Relations, 1.6 Pensée]

D2.6 décrire son rôle, et les limites de ce rôle, pour venir en aide à une personne qui peut avoir besoin de soutien en santé mentale. [A1.2 Adaptation, 1.4 Relations, 1.5 Identité]

D3.3 décrire des facteurs personnels et sociaux (p. ex., facteur émotionnel, physique, psychologique, spirituel, culturel; démêlés avec la justice; influence des médias et des pairs) qui peuvent mener une personne à consommer de l'alcool ou du cannabis à différentes périodes de sa vie. [A1.2 Adaptation, 1.6 Pensée]

6e année

A1. mettre en pratique, au mieux de ses capacités, diverses habiletés socioémotionnelles dans l'acquisition de connaissances et d'habiletés liées aux attentes et aux contenus d'apprentissage dans les domaines Vie active, Compétence motrice et Vie saine pour son année d'études.

D1.4 déterminer des personnes, des ressources et des services à l'école ou dans la communauté (p. ex., membres de la famille, travailleuses et travailleurs en santé mentale et en toxicomanie, travailleuses et travailleurs sociaux, psychologues; lieux de culte, centres de santé, centres récréatifs, organismes communautaires, maisons des jeunes, bureaux de santé publique, lignes d'assistance téléphonique) dont l'accès peut offrir un soutien lorsqu'une personne éprouve des problèmes de santé mentale et est confrontée à des choix ou des situations associés à la consommation de drogues et d'alcool et à des comportements de dépendance. [A1.1 Émotions, 1.2 Adaptation, 1.6 Pensée]

D1. 5 démontrer sa compréhension des liens entre les pensées, les émotions et les actions d'une personne et l'impact potentiel de la pensée positive et négative sur la santé mentale. [A1.1 Émotions, 1.5 Identité, 1.6 Pensée]

D2.4 décrire des facteurs (p. ex., valeurs personnelles, pression des pairs, influence des médias, curiosité, sanctions sociales et légales, enseignements culturels, religieux, spirituels) et des stratégies concernant la consommation de drogues comme l'alcool, le tabac* et le cannabis ainsi que des activités telles que le vapotage, afin de faire des choix personnels judicieux, y compris choisir de s'abstenir. [A1.2 Adaptation, 1.4 Relations, 1.5 Identité, 1.6 Pensée]

D3.2 décrire des responsabilités et des risques associés au fait de se prendre en main et de prendre soin des autres (p.ex., rester seule ou seul à la maison; faire des courses pour un parent ou un voisin plus âgé; garder des enfants; faire du bénévolat; aider une personne ayant un handicap; s'occuper d'un animal de compagnie; préparer des repas; aller à l'école à bicyclette ou en fauteuil roulant) ainsi que les pratiques et les procédures appropriées à mettre en pratique lors de situations potentiellement dangereuses (p. ex., pratiques sécuritaires de préparation des aliments; comportement en réponse à une réaction allergique, un incendie, une blessure sportive, une urgence dentaire ou à un cas d'hypothermie, d'intimidation, d'abus). [A1.4 Relations, 1.5 Identité, 1.6 Pensée]

7e année

A1. 2 mettre en pratique des habiletés permettant de reconnaître les sources de stress et de faire face aux difficultés, y compris être capable de demander de l'aide, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le développement de la résilience personnelle. (Vie saine : expliquer comment obtenir différentes formes de soutien en cas de problèmes de santé mentale ou de consommation de substances psychoactives).

D1. 2 déterminer des ressources dans son milieu scolaire et communautaire (p. ex., adulte de confiance à l'école, conseillère ou conseiller d'orientation, service d'assistance téléphonique, centre de services sociaux) auprès desquelles on peut obtenir de l'appui sur des questions concernant les liens entre la santé mentale et l'usage problématique de substances psychoactives ou d'autres comportements de dépendance, y compris le lien entre le développement du cerveau et la consommation de cannabis. [A1.2 Adaptation, 1.4 Relations, 1.6 Pensée]

D3.2 expliquer les conséquences personnelles et sociales résultant de l'usage problématique de substances, de la dépendance et des comportements associés (p. ex., effets de la cyberdépendance sur les relations personnelles, sur la santé physique et sur le rendement à l'école et au travail; conséquences du visionnement fréquent de contenus pornographiques sur les relations intimes; risques associés au vapotage et à la consommation du tabac à mâcher; effets de la fumée secondaire sur les non-fumeurs et les enfants; conséquences juridiques et sanitaires de la consommation d'alcool et de cannabis chez les mineurs; dommages corporels et perte de réputation chez les athlètes en raison de l'utilisation de stéroïdes et d'autres drogues améliorant la performance; risque de contracter le VIH ou le sida par l'usage de drogues injectables; risque de développer le syndrome d'alcoolisation fœtale [SAF], résultant de la consommation d'alcool durant la grossesse). [A1.6 Pensée]

8e année

A1. 2 mettre en pratique des habiletés permettant de reconnaître les sources de stress et de faire face aux difficultés, y compris être capable de demander de l'aide, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le développement de la résilience personnelle (Vie saine : déterminer les cas où les habitudes de vie saine et les stratégies d'adaptation de sa routine quotidienne

peuvent ne pas être suffisantes pour maintenir sa santé mentale et qui peuvent nécessiter de l'aide professionnelle).

A1. 6 mettre en pratique des habiletés l'aidant à penser de manière critique et créative, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser l'établissement de liens, l'analyse, l'évaluation, la résolution de problèmes et la prise de décisions (Vie saine : analyser des situations potentiellement dangereuses et formuler des solutions pour les rendre plus sécuritaires).

D1. 3 décrire des signes précurseurs de l'usage problématique de substances diverses, y compris le cannabis, et des comportements associés

D2.4 décrire des façons d'incorporer de saines habitudes et des stratégies d'adaptation dans sa routine quotidienne afin d'aider à conserver sa santé mentale et sa résilience en période de stress. [A1.1 Émotions, 1.2 Adaptation, 1.3 Motivation, 1.6 Pensée]

9e année

PPL10

1.3 communiquer verbalement en français ainsi que de façon non verbale dans le contexte de sa participation à des activités physiques, du développement de ses habiletés motrices et de l'acquisition de connaissances se rapportant à un mode de vie actif et sain (p. Ex. Vie saine : démontrer, à partir d'un jeu de rôle, l'impact d'un comportement de dépendance; répondre de façon appropriée à des commentaires qui pourraient déclencher un conflit; offrir de la compassion et du soutien à une amie ou un ami qui semble avoir un problème émotionnel).

1.5 utiliser les habiletés de la pensée critique et créative (prise de conscience, analyse, décision, jugement) pour développer la capacité d'analyse et de discernement nécessaire pour se fixer des objectifs, prendre des décisions éclairées et relever ses défis d'apprentissage en santé et bien-être, et en éducation physique (p. Ex Vie saine : décrire de bonnes habitudes à prendre telles que planifier à l'avance, considérer les conséquences de ses décisions qui affectent la vie quotidienne, s'affirmer face à la pression de ses pairs en refusant de fumer des cigarettes et de consommer de la drogue ou de l'alcool, même dans des situations sociales).

C1.3 analyser des facteurs de risque qui peuvent mener à la consommation de substances nocives et/ou à l'adoption d'un comportement de dépendance, et des facteurs de protection (HP, PC)

C3.4 décrire comment des habiletés de prise de décision et de communication peuvent améliorer sa capacité à résister aux pressions relatives à la consommation de substances potentiellement néfastes pour la santé (p. ex., alcool, caféine, suppléments alimentaires pour la musculation, drogues améliorant les performances, tabac, médicament sur ordonnance) et aux activités et comportements pouvant mener à une dépendance (p. ex., sédentarité, jeux vidéo, trouble de l'alimentation, jeux sur ordinateur). (HI, PC)

Attentes du curriculum dans d'autres matières

5e année

Éducation artistique	Art dramatique	A1.1 recourir au processus de création artistique pour réaliser diverses productions dramatiques
	Arts visuels	B1.2 créer des œuvres en deux ou trois dimensions en explorant différents points de vue B1.3 élaborer des œuvres qui expriment une émotion ou une opinion sur un thème particulier (p. ex., joie, fierté, peur, sport, fête familiale, environnement, accord, désaccord) en appliquant des éléments clés, des principes esthétiques et une technique (p. ex., dessin, sculpture, photographie numérique)
Études sociales		B3.4 décrire différents moyens auxquels peuvent recourir les gouvernements pour solliciter l'appui ou l'opinion du public
Sciences et technologie	Les systèmes du corps humain	évaluer l'impact de facteurs sociaux et environnementaux sur la santé et proposer des solutions de rechange permettant d'en contrer les inconvénients et de profiter des bienfaits
Français	Écriture	<ul style="list-style-type: none"> déterminer, seul ou en groupe, le sujet, les destinataires, l'intention d'écriture et le genre de texte à produire dans diverses situations d'écriture utiliser, seul ou en groupe, différentes stratégies de préécriture pour produire des textes diviser ses textes en unités cohérentes en fonction du genre de texte à produire intégrer à ses textes des éléments visuels et des effets sonores, s'il s'agit de textes écrits à l'ordinateur ou de présentations

6e année

Éducation artistique	Art dramatique	A1.1 recourir au processus de création artistique pour réaliser diverses productions dramatiques
	Arts visuels	B1.3 élaborer une œuvre en deux dimensions donnant l'impression de distance en utilisant la perspective linéaire à un point de fuite B1.4 utiliser plusieurs techniques dans la création de ses propres œuvres
Français	Écriture	<ul style="list-style-type: none"> déterminer, seul ou en groupe, le sujet, les destinataires, l'intention d'écriture et le genre de texte à produire dans diverses situations d'écriture utiliser, seul ou en groupe, différentes stratégies de préécriture pour produire des textes diviser ses textes en unités cohérentes en fonction du genre de texte à produire intégrer à ses textes des éléments visuels et des effets sonores ou des animations dans ses textes écrits à l'ordinateur

7e année

Éducation artistique	Art dramatique	A1.2 rédiger des scénarios (p. ex., scénario comique) pour explorer divers thèmes (p. ex., amitié, protection de l'environnement, respect, inclusion).
	Arts visuels	B1.3 élaborer des œuvres en utilisant une variété d'éléments clés, de principes esthétiques et de techniques pour créer une illusion optique B1.4 utiliser des techniques complexes dans la création de ses propres œuvres
Français	Écriture	<ul style="list-style-type: none"> déterminer, seul ou en groupe, le sujet et l'intention d'écriture dans diverses situations d'écriture utiliser, seul ou en groupe, une variété de stratégies de préécriture diviser ses textes en unités cohérentes présentant des éléments caractéristiques du genre de texte à produire intégrer à ses textes des éléments visuels, des effets sonores ou des animations

8e année

Éducation artistique	Art dramatique	A1.3 jouer successivement différents personnages en adaptant sa voix, ses gestes et le niveau de langue dans plusieurs situations dramatiques
	Arts visuels	B1.1 recourir au processus de création artistique pour réaliser diverses œuvres d'art B1.4 utiliser des techniques complexes dans la création de ses propres œuvres
Français	Écriture	<ul style="list-style-type: none"> déterminer, seul ou en groupe, le sujet et l'intention d'écriture dans diverses situations d'écriture utiliser, seul ou en groupe, une variété de stratégies de préécriture diviser ses textes en unités cohérentes présentant des éléments caractéristiques du genre de texte à produire intégrer à ses textes des éléments visuels, des effets sonores ou des animations

Références

Ressources générales

- American Lung Association. (2019, October 1). *What It Means to Be "Nic-Sick"*. Retrieved from <https://www.lung.org/blog/nic-sick>
- Boak, A., Elton-Marshall, T., Mann, R. E., & Hamilton, H. A. (2020) Drug Use Among Ontario Students, 1977-2019: Detailed findings from the Ontario Student Drug Use and Health Survey (OSDUHS). Toronto, ON: Centre for Addiction and Mental Health. Retrieved from https://www.camh.ca/-/media/files/pdf---osduhs/drugusereport_2019osduhs-pdf.pdf
- Centre for Addiction and Mental Health. (n.d.). *Primary Education Resources for Teachers*. Retrieved from <https://www.camh.ca/en/health-info/guides-and-publications/primary-education-resources-for-teachers>
- Chadi, N., Vyver, E., & Bélanger, R. E. (2021, April 14). *Position Statement: Protecting children and adolescents against the risks of vaping*. Retrieved from Canadian Paediatric Society: <https://cps.ca/documents/position/protecting-children-and-adolescents-against-the-risks-of-vaping>
- Government of Canada. (2021, February 5). *About vaping*. Retrieved from <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/smoking-tobacco/vaping.html>
- Hammond, D., Reid, J. L., Cole, A. G., & Leatherdale, S. T. (2017). Electronic cigarette use and smoking initiation among youth: a longitudinal cohort study. *Canadian Medical Association Journal*, E1328-36. doi:10.1503/cmaj.161002
- MediaSmarts. (2020). *Talking to Kids About Vaping*. Retrieved from https://mediasmarts.ca/sites/default/files/tip-sheet/tipsheet_talking_kids_vaping.pdf
- Ministry of Education. (2016). *Community-Connected Experiential Learning, Kindergarten to Grade 12*. Retrieved from http://scwi.ca/resources/symposium_files_2016/1.09_Experiential_Learning_Policy_Framework.pdf
- Ministry of Education. (n.d.). *The Ontario Curriculum - Elementary*. Retrieved from <http://www.edu.gov.on.ca/eng/curriculum/elementary/>
- Ministry of Education. (n.d.). *The Ontario Curriculum - Secondary*. Retrieved from <http://www.edu.gov.on.ca/eng/curriculum/secondary/>
- Non-Smokers' Rights Association. (2004). *Tobacco Industry Denormalization*. Toronto. Retrieved from https://nsra-adnf.ca/wp-content/uploads/2016/08/TID_Booklet.pdf
- Obisesan, O. H., Mirbolouk, M., Osei, A. D., Orimoloye, O. A., Uddin, S. M., Dzaye, O., . . . Blaha, M. J. (2019). Association Between e-Cigarette Use and Depression in the Behavioral Risk Factor Surveillance System, 2016-2017. *JAMA Network Open*. doi:10.1001/jamanetworkopen.2019.16800
- Ontario Health. (n.d.). *Indigenous Tobacco Program*. Retrieved from <https://tobaccowise.cancercareontario.ca/en>
- Panico, G. (2019, January 10). *High school removing washroom doors to snuff out vaping*. Retrieved from CBC News: <https://www.cbc.ca/news/canada/ottawa/high-school-removing-washroom-doors-to-snuff-out-vaping-1.4971232>
- Prochaska, J. J., Vogel, E. A., & Benowitz, N. (2021). Nicotine delivery and cigarette equivalents from vaping a JUULpod. *Tobacco Control*. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33762429/>
- Rescue. (n.d.). *Approach*. Retrieved from <https://www.rescueagency.com/approach>
- Truth Initiative. (2019, February 26). *How much nicotine is in JUUL?* Retrieved from <https://truthinitiative.org/research-resources/emerging-tobacco-products/how-much-nicotine-juul>
- Truth Initiative. (2021, September 19). *Colliding Crises: Youth Mental Health and Nicotine Use*. Retrieved from <https://truthinitiative.org/research-resources/emerging-tobacco-products/colliding-crises-youth-mental-health-and-nicotine-use>
- University of Bath. (2021, March 15). *E-cigarettes*. Retrieved from Tobacco Tactics: <https://tobaccotactics.org/wiki/e-cigarettes/>
- U.S. Department of Health and Human Services. (2016). *E-Cigarette Use Among Youth and Young Adults - A Report of the Surgeon General*. Rockville, MD: Office of the Surgeon General. Retrieved from https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/e-cigarettes/pdfs/2016_sgr_entire_report_508.pdf
- Windsor-Essex County Health Unit. (2021, December 13). *Why do youth vape?* Retrieved from <https://www.wechu.org/substance-use-harm-reduction-vaping/why-do-youth-vape>

1. La nicotine et le cerveau

- Centre for Addictions Research of BC. (2011). *iMinds: A health literacy resource for BC schools*. Retrieved from <https://www.uvic.ca/research/centres/cisur/assets/docs/iminds-grade8.pdf>
- Not An Experiment. (n.d.). *Addiction Alert!* Retrieved from Not An Experiment: <https://www.notanexperiment.ca/health-effects-and-addiction-alert/>

2. Dépendance

- Canadian Mental Health Association. (n.d.). *Substance use and addiction*. Retrieved from <https://ontario.cmha.ca/addiction-and-substance-use-and-addiction/>
- Centre for Addiction and Mental Health. (n.d.). *Addiction*. Retrieved from <https://www.camh.ca/en/health-info/mental-illness-and-addiction-index/addiction>
- Centre for Addictions Research of BC. (2016). *Rat Park*. Retrieved from iMinds: <https://www.uvic.ca/research/centres/cisur/assets/docs/iminds/rat-park-6-7.pdf>

3. L'industrie du tabac

- Bach, L. (2021, November 3). *Tobacco Company Marketing to Kids*. Retrieved from Campaign for Tobacco-Free Kids: <https://www.tobaccofreekids.org/assets/factsheets/0008.pdf>
- Stanford Medicine. (n.d.). *Activity: Deconstructing & Reconstructing Advertisements*. Retrieved from Tobacco Prevention Toolkit: https://med.stanford.edu/tobacopreventiontoolkit/activity-pages/Deconstructing_and_Reconstructing_Ads.html
- Stanford University. (n.d.). *Stanford Research into the Impact of Tobacco Advertising*. Retrieved from <https://tobacco.stanford.edu/>
- Teen Futures Media Network. (n.d.). *Tobacco*. Retrieved from Teen Health and the Media: <http://depts.washington.edu/thmedia/view.cgi?section=tobacco>
- Truth Initiative. (2017, November 2). *New report: Tobacco industry spends nearly \$1 million per hour marketing tobacco products*. Retrieved from <https://truthinitiative.org/research-resources/tobacco-industry-marketing/new-report-tobacco-industry-spends-nearly-1-million>
- Ubelacker, S. (2018, May 31). *Imperial Tobacco gets into vaping business*. Retrieved from CTV News: <https://www.ctvnews.ca/business/imperial-tobacco-gets-into-vaping-business-1.3954276>
- Weeks, C. (2019, November 16). *How the vaping industry is targeting teens – and getting away with it*. Retrieved from The Globe and Mail: <https://www.theglobeandmail.com/canada/article-vaping-advertising-marketing-investigation/>

4. Du vapotage à la cigarette?

- Fahim, M., Dragonetti, R. & Selby, P. (2016). *An Interprofessional Comprehensive Course on Treating Tobacco Use Disorder*. Toronto, ON: Centre for Addiction and Mental Health.
- Lung Health Foundation. (n.d.). *Quitting Tobacco Toolkit*. Retrieved from <https://lunghealth.ca/tobacco/>
- National Cancer Institute. (2017, December 19). *Harms of Cigarette Smoking and Health Benefits of Quitting*. Retrieved from <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/tobacco/cessation-fact-sheet>
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Hoffman, B. L., Soneji, S., Sargent, J. D., . . . Fine, M. J. (2018). Initiation of Traditional Cigarette Smoking after Electronic Cigarette Use Among Tobacco-Naïve US Young Adults. *The American Journal of Medicine*, 443.E1-ff3.E9. doi:<https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2017.11.005>
- Truth Initiative. (2018, October 18). *Using e-cigarettes increases likelihood of using cigarettes among youth, study finds*. Retrieved from <https://truthinitiative.org/research-resources/emerging-tobacco-products/using-e-cigarettes-increases-likelihood-using>

5. Produits aromatisés

- Government of Canada. (2020, November 9). *Tobacco and Vaping Products Act - Prohibited Additives*. Retrieved from Justice Laws Website: <https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/acts/T-11.5/section-sched450048.html?txthl=flavouring+flavour>
- Hsu, G., Sun, J. Y., & Zhu, S.-H. (2018). Evolution of Electronic Cigarette Brands From 2013-2014 to 2016-2017: Analysis of Brand Websites. *Journal of Medical Internet Research*, 20(3). doi:10.2196/jmir.8550
- Physicians for a Smoke-Free Canada. (2019, November 21). *Health Canada consumer research on vapers' attitudes to flavours*. Retrieved from <https://smoke-free-canada.blogspot.com/2019/11/health-canada-consumer-research-on.html>
- School of Public Health Sciences University of Waterloo. (n.d.). *Flavoured Tobacco Products*. Retrieved from Tobacco Use in Canada: <https://uwaterloo.ca/tobacco-use-canada/adult-tobacco-use/other-tobacco-use/flavoured-tobacco-products>

6. Marketing

- American Lung Association. (n.d.). *Tobacco Industry Marketing*. Retrieved from <https://www.lung.org/policy-advocacy/tobacco/tobacco-industry-marketing>
- Browne, J. (2018, December 11). *7 Strategies That The Tobacco Industry Uses To Outsmart You*. Retrieved from MTL Blog: <https://www.mtlblog.com/7-strategies-that-the-tobacco-industry-uses-to-outsmart-you>
- California Tobacco Control Program. (2021, July 6). *Identify Which Products Teens Are Vaping*. Retrieved from <https://tobaccofreeca.com/e-cigarettes/identify-which-products-teens-are-vaping/>
- Menjivar, J. (n.d.). *The Hit We'll Take: A Throwback Anti-Vaping Guide*. Retrieved from DoSomething.org: <https://www.dosomething.org/us/articles/throwback-anti-vaping-guide>
- Perrone, M., & Lardner, R. (2019, July 25). *Juul never intended electronic cigarette for teens: co-founder*. Retrieved from Global News: <https://globalnews.ca/news/5686412/juul-never-intended-for-teens/>
- Sailer, B. (2018, October 8). *Marketing Basics: The 101 Guide to Everything You Need to Know*. Retrieved from CoSchedule Blog: <https://coschedule.com/blog/marketing-basics-101-guide>
- Truth Initiative. (2018, March 19). *The 3 main reasons youth use e-cigarettes*. Retrieved from <https://truthinitiative.org/research-resources/emerging-tobacco-products/3-main-reasons-youth-use-e-cigarettes>

7. Effets sur la santé

- Cool Tools for School. (n.d.). *Thing 2: Student Blogging & Writing*. Retrieved from <https://cooltoolsforschool.net/student-blogging-writing/>
- Government of Canada. (2020, June 11). *Risks of vaping*. Retrieved from <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/smoking-tobacco/vaping/risks.html>
- Spencer, J. (n.d.). *What Is A Blog? – A Guide to Understanding The Concept Of Blogging*. Retrieved from Makeawebsitehub.com: <https://makeawebsitehub.com/what-is-a-blog/>

The University of Kansas. (n.d.). *Chapter 3 - Section 20. Implementing Photovoice in Your Community*. Retrieved from Community Tool Box: <https://ctb.ku.edu/en/table-of-contents/assessment/assessing-community-needs-and-resources/photovoice/main>

8. La loi – Fournir des produits de vapotage

Hicks, J., Winnick, L., & Gonchar, M. (2018, April 19). *Project Audio: Teaching Students How to Produce Their Own Podcasts*. Retrieved from The New York Times: <https://www.nytimes.com/2018/04/19/learning/lesson-plans/project-audio-teaching-students-how-to-produce-their-own-podcasts.html>

Ministry of Health. (2021, September 23). *Rules for selling tobacco and vapour products*. Retrieved from <https://www.ontario.ca/page/rules-selling-tobacco-and-vapour-products>

NPR. (2018, November). *Teaching Podcasting: A Curriculum Guide for Educators*. Retrieved from NPR Student Podcasting Challenge: https://media.npr.org/assets/news/2018/11/teaching-podcasting_FULL-VERSION.pdf

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

Ministry of Health. (2021, September 23). *Where you can't smoke or vape in Ontario*. Retrieved from <https://www.ontario.ca/page/where-you-cant-smoke-or-vape-ontario>

Annexe B – Publicités sur le tabac

NOUVEAU!
Belvedere LÉGÈRE

Goûtez-en tout le plaisir!

Belvedere
LÉGÈRE
25 CIGARETTES - FOLLIER FILTRÉ

**Un vrai bon goût.
Régulier-King Size-100**

AVIS: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage—éviter d'inhaler.
Moyenne par cigarette Belvedere Légère—Régulier, King Size et 100: "Goudron" 12 mg, Nicotine 1.1 mg.

le style de vos 20 ans



BOULE D'OR FILTRE:

Le goût de vos 20 ans. Le plaisir de vos 20 ans.
Légère Boule d'Or Filtre. en France: 2F
en Belgique: 18F

BOF 6 K - 2536 F - Lintas



Le goût de l'aventure

EXPORT 'A'  SATISFACTION

AVIS: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage—éviter d'inhaler. Moyenne par cigarette—
Export "A" Douce format régulier: "goudron" 12 mg, nicotine 0.9 mg. Format King Size: "goudron" 13 mg, nicotine 0.9 mg.
Export "A" Légère format régulier: "goudron" 10 mg, nicotine 0.8 mg. Format King Size: "goudron" 11 mg, nicotine 0.8 mg.

HB - La cigarette filtre N°1 en Europe. Découvrez la vraie douceur.



Jeux de l'écume et du vent. Glisser de vague en vague.
Chercher la perfection de l'équilibre, et sur la plage
retrouver l'équilibre parfait de HB. HB: un mélange de
tabacs de tout premier choix. Une douceur exceptionnelle.
HB - quand la nouvelle vague aborde le rivage.

*Une cigarette douce
pour une vie plus douce.*

Annexe C – Produire un balado

1^{re} étape : Planification du balado

Demandez aux élèves de remplir le [formulaire de planification d'un balado](#) (voir l'[Annexe D](#)), en commençant par inscrire l'objet du balado. Pour remplir le formulaire, les élèves devront déterminer le type de commentaire, de narration et d'entrevue qu'ils utiliseront. Ils décriront leur balado dans ses grandes lignes à la deuxième page.

2^e étape : Collecte des fichiers audio

Lorsqu'ils auront élaboré le plan de leur balado, les élèves enregistreront leurs commentaires, leur histoire et leurs entrevues. Ils peuvent faire une partie de ce travail en classe, mais devront peut-être faire le reste à l'extérieur de l'école.

Les élèves devraient également réunir tout fichier sonore supplémentaire qu'ils voudront intégrer à leur balado. Rappelez-leur que s'ils veulent utiliser des effets sonores et de la musique, ceux-ci ne doivent pas être protégés par des droits d'auteur. Ils trouveront des effets sonores et de la musique non protégés par des droits d'auteur sur les sites [Bensound](#) et [Freesound](#). Ils peuvent également créer leur propre musique à l'aide d'un logiciel de montage audio.

3^e étape : Montage et diffusion

Lorsque les élèves ont tous les fichiers audio dont ils ont besoin, ils doivent faire le montage à l'aide d'un logiciel et assembler le balado. N'oubliez pas que cette étape peut prendre beaucoup de temps.

Lorsque les balados sont terminés, vous pouvez les téléverser sur un grand nombre de sites. [SoundCloud](#), [Buzzsprout](#), [Podomatic](#) et [Spreaker](#) offrent des services gratuits d'hébergement de balados (avec certaines limites). [Ms. Bannerman's Podcasting Class](#), sur le site SoundCloud, donne un exemple de la façon dont une enseignante diffuse les balados de ses élèves et les rend accessibles au monde entier.

4^e étape : Célébration et écoute des balados

Les élèves auront l'occasion de célébrer le fruit de leur travail. Vous pouvez organiser une séance d'écoute de tous les balados en classe. Vous pourriez même inviter les parents ou d'autres personnes. Si vous n'avez pas assez de temps, vous pouvez laisser les groupes d'élèves écouter les balados de leurs camarades avec des écouteurs. Quoi que vous décidiez, vous voudrez peut-être donner la chance aux élèves de faire des commentaires sur le travail de leurs camarades de classe.

Ressources supplémentaires :

- **NPR – Teaching Podcasting: A Curriculum Guide for Educators** https://media.npr.org/assets/news/2018/11/teaching-podcasting_FULL-VERSION.pdf
- **New York Times – Project Audio: Teaching Students How to Produce Their Own Podcasts**

Adapté du *New York Times* – [Project Audio: Teaching Students How to Produce Their Own Podcasts](#)

Annexe D – Formulaire de planification d'un balado

Adapté du *New York Times – Project Audio: Teaching Students How to Produce Their Own Podcasts*

Nom :

Date :

Objet du balado

Y a-t-il un narrateur ? Quel est son rôle ?

Mènerez-vous des entrevues ? Qui interviewerez-vous ? Où ? Quelles questions poserez-vous ?

Raconterez-vous une ou plusieurs histoires dans le balado ? Lesquelles ?

Y aura-t-il des effets sonores ou de la musique dans le balado ? Si oui, dressez-en la liste.

Comment envisagez-vous l'introduction et la conclusion du balado ?



Décrivez les grandes lignes de votre balado.

