

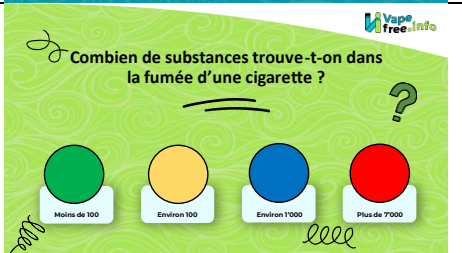

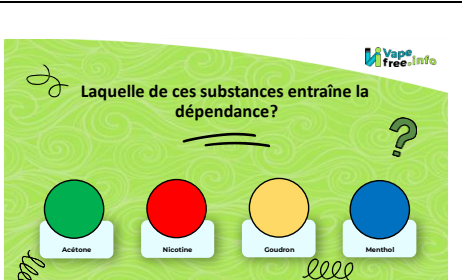


Cours d'introduction thématique destiné aux écoles

Nous savons que l'industrie du tabac a ciblé les jeunes pour les convaincre de consommer des produits du tabac et des produits similaires. Ce cours, qui s'appuie sur des diapositives stimulantes et différents points de discussion, s'adresse aux élèves du degré secondaire I et a pour but de leur expliquer les effets sur la santé des produits du tabac et des produits similaires, comme les cigarettes électroniques jetables et les cigarettes classiques.

Diapo.	Image	Point de discussion
1		<p>Présentation du thème de la cigarette jetable</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aujourd'hui nous parlerons des nouveaux modes de consommation et nous essaierons de comprendre ce qui les différencie, ainsi que leurs effets sur notre vie quotidienne.
2		<p>« Échauffement »</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tout d'abord, que savez-vous du tabac et des produits similaires ? - (Noter les réponses au tableau) <p>Expliquer en quoi consistent les différents produits.</p>
3		<p>Demander aux élèves combien de substances sont contenues dans la fumée d'une cigarette classique.</p>
4		<ul style="list-style-type: none"> - Toutes ces substances, et bien d'autres encore, sont contenues dans la fumée des cigarettes classiques. - Certains additifs servent à masquer le goût amer du tabac et à inhaler plus facilement la fumée (menthol). - Possibilité d'approfondir ce sujet.
5		<ul style="list-style-type: none"> - Demander aux élèves quelle substance crée la dépendance.

12	<p>À combien de cigarettes correspond une vape d'environ 400 bouffées?</p> <p>Options: 50, 1, 30, 10</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Demander aux élèves à combien de cigarettes correspond une cigarette électronique (puff bar) de 400 bouffées environ.
13	<p>30 CIGARETTES</p>	-
14	<p>Quelles sont les conséquences possibles de la consommation de tabac et de nicotine?</p>	<p>Demander aux élèves de réfléchir en petits groupes en leur distribuant une feuille représentant un petit bonhomme : les élèves doivent indiquer les conséquences possibles sur l'organisme (10 min. environ).</p>
14 a		<p>Expliquer que :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'exposition à la nicotine pendant l'adolescence peut : <ul style="list-style-type: none"> - nuire au développement du cerveau, qui se poursuit jusqu'à 25 ans environ, - avoir un impact sur l'apprentissage, la mémoire et l'attention, - augmenter le risque de dépendance future à d'autres substances. - Les jeunes qui utilisent les cigarettes électroniques sont plus susceptibles de consommer des cigarettes classiques par la suite.
15	<p>Et comment peut-on se protéger de ces risques?</p>	<p>Demander aux élèves de réfléchir ensemble à la manière dont on peut se protéger de ces risques, et noter les différents mots-clés au tableau.</p>
16	<p>RESSOURCES</p> <ul style="list-style-type: none"> Savoir demander de l'aide Savoir communiquer Exprimer ses sentiments Estime de soi Savoir dire NON!!! Prendre de l'exercice Gérer les conflits Mettre des limites Savoir gérer la frustration Renoncer Renoncer au plaisir 	<p>Illustrer les différentes ressources.</p>

17



Merci pour votre attention!

Conclusion.