

# La nicotine et mon cerveau

## Guide d'activités, niveaux 3 à 5



# Know Your Neuro



### Questions du quiz vidéo

- 1) Pourquoi le vaporisateur a-t-il été créé ? Réponse : L'homme qui a inventé le vaporisateur... Il souhaitait créer une façon plus saine de consommer de la nicotine car son père était décédé d'un cancer du poumon dû au tabagisme.
- 2) Que contient un e-liquide ? Réponse : Des produits chimiques comme le propylène glycol et la glycérine végétale. Ces produits chimiques sont utilisés dans les peintures et les produits ménagers.
- 3) Qu'ont en commun les cigarettes de tabac et les cigarettes électroniques ou les e-liquides ? Réponse : La nicotine.
- 4) La nicotine crée-t-elle une dépendance ? Réponse : Oui. La nicotine est la substance la plus addictive.
- 5) Comment les cigarettes et les e-liquides peuvent-ils affecter votre santé ? Réponse : Les cigarettes et les e-liquides peuvent ralentir le développement cérébral, provoquer des maladies pulmonaires et des cancers, endommager la peau... Le tabagisme maternel pendant la grossesse peut nuire aux bébés à naître et entraîner une dépendance.
- 6) Les entreprises qui vendent et commercialisent des cigarettes et des cigarettes électroniques disent-elles toujours la vérité sur les effets potentiels de leurs produits ? Est-ce nocif ? Réponse : Non. Ils peuvent omettre cette information ou tenter de faire croire que leurs produits sont sans danger.

## Activités en classe

### Questions de discussion

- 1) Connaissez-vous quelqu'un qui fume ou vapote ? Comment est-ce ? Être en leur compagnie ? Trouvez-vous ça cool ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- 2) Pourquoi pensez-vous que les gens essaient de fumer ou de vapoter même s'ils savent à quel point c'est nocif pour leur santé ?
- 3) Quel sera votre code ou votre règle concernant le tabagisme ou le vapotage ? Pourquoi ?

### Exercices de refus

Un de vos amis vous montre une cigarette électronique qu'il a reçue de son grand frère. Ils vous demandent d'aller aux toilettes pour essayer la cigarette électronique avec eux. Que faites-vous ? Que répondez-vous ? Utilisez la phrase de refus ci-dessous et ajoutez vos propres mots.

Je n'utiliserai pas \_\_\_\_\_ fumer des cigarettes ou vapoter parce que \_\_\_\_\_

Mon code

Je n'utiliserai pas \_\_\_\_\_ ou \_\_\_\_\_ parce que \_\_\_\_\_

### Nommez ces objets



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_