

## L'alcool et le cerveau

## Guide d'activités, niveaux 6 à 12



## Quiz vidéo

1) Pourquoi le fait d'attendre avant de consommer de l'alcool protège-t-il les jeunes ?

Réponse : Le développement cérébral est protégé contre l'inhibition du lobe frontal par l'alcool.

2) Comment appelle-t-on le phénomène où le lobe frontal est dysfonctionnel et ne se développe pas en raison de la consommation d'alcool ?

Réponse : Développement arrêté ou hypofrontalité.

3) Outre l'arrêt du développement du lobe frontal, quels sont les autres effets de la consommation d'alcool chez les mineurs ?

Réponse : Ralentissement de la vitesse de réflexion, problèmes de mémoire verbale et spatiale, diminution de l'attention et du contrôle des impulsions, et réduction du traitement de l'information.

4) Quel pourcentage de la population mondiale consomme de l'alcool ? Aux États-Unis ?

Réponse : 30 %, 50 %

5) Quel nom donne-t-on à la majorité des jeunes qui ne consomment pas d'alcool ?

Réponse : La majorité silencieuse.

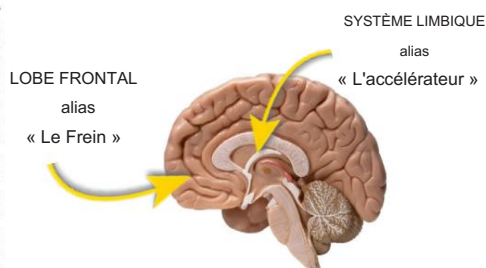
6) Pourquoi la majorité des jeunes qui ne boivent pas est-elle appelée la majorité silencieuse ?

Réponse : Ils ne parlent pas de ne pas boire alors que beaucoup de jeunes qui boivent avant l'âge légal en parlent ou s'en vantent.

## Section de pensée critique

## Questions de discussion

- Quelles sont vos convictions concernant la consommation d'alcool chez les mineurs ? Est-ce un rite de passage dans ce pays ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Connaissez-vous quelqu'un qui abuse de l'alcool ? Comment agissent-ils ? Quel est l'impact sur vous ?
- Votre famille a-t-elle une règle concernant la consommation d'alcool chez les mineurs ? Êtes-vous d'accord avec cette règle ? Pourquoi ?
- À votre avis, pourquoi de plus en plus de jeunes décident de ne pas boire d'alcool avant d'être plus âgés ?
- Pourquoi pensez-vous que la majorité des jeunes qui ne boivent pas d'alcool restent silencieux sur leur choix de ne pas boire ?
- Quelles seront les conséquences à la maison et à l'école si vous consommez de l'alcool chez vous ou sur le campus ?



## Brainstorming de groupe

Divisez les élèves en groupes de 3 à 5. Demandez-leur de trouver le plus de réponses possible aux questions suivantes et d'en discuter :

- Pourquoi certains jeunes essaient-ils ou consomment-ils de l'alcool ?
- L'influence des pairs joue-t-elle un rôle dans la consommation d'alcool chez les mineurs ? De quelle manière ?
- Comment le développement cérébral influence-t-il la décision d'un jeune de boire ou non ?
- Pourquoi les jeunes qui boivent ont-ils tendance à consommer de l'alcool de façon excessive ?
- Que feriez-vous si vous voyiez quelqu'un souffrir d'une intoxication alcoolique ?

## Scénario de défi de

compétences n° 1 : Si une personne plus âgée de votre lycée ou de votre université vous propose de vous procurer de l'alcool, que lui répondriez-vous ?

Scénario n° 2 : Si un ami vous disait qu'il avait fait entrer de l'alcool en cachette à l'école et qu'il voulait que vous alliez aux toilettes pour boire avec lui, que diriez-vous ?

Le dirais-tu à un adulte ? Pourquoi ?

Scénario n° 3 : Si vous saviez qu'un parent ou un proche avait un problème d'alcool, à qui vous adresseriez-vous pour obtenir de l'aide ?

Scénario n° 4 : Comment allez-vous dire à vos amis que vous ne buvez pas lorsqu'ils vous poseront la question ?

Scénario n°4 : Que feriez-vous si un ami proche commençait à boire de l'alcool régulièrement ?

