

# Vapotage: Les EX Files

5e  
ANNÉES

Examions

4e années: Expliquerons

5e années: Examions

6e années: Exposons

## Jeu PowerPoint 5e année: Notes et Réponses des Enseignants

Lien Kahoot: <https://create.kahoot.it/share/vaping-the-ex-files-let-s-examine-vaping-grade-5/f136e0dd-d1c8-45a5-a691-8f09bfd0d439>

1. Quels sont les moyens de garder votre esprit et votre corps en bonne santé?
  - Bonne réponse: **Tout ce qui précède**
  - Associer la vie sans fumée ni vapotage à d'autres comportements de vie sains
  - Message clé: Rester sans fumée ni vapotage est important pour votre santé
2. SONDAGE: Êtes-vous curieux du vapotage?
  - Pas de bonne réponse
  - Message clé: Rappelez à la classe qu'il s'agit d'un sondage anonyme et qu'ils doivent être aussi honnêtes que possible. Personne ne saura qui a dit quoi, ce qui vous permettra d'avoir une discussion plus honnête dans un espace sûr. Tout le monde est curieux de ces choses et ce n'est pas grave.
3. SONDAGE: Dans quelle mesure avez-vous confiance dans votre capacité à refuser une vape si elle vous était proposée?
  - Demandez aux élèves de noter/se rappeler comment ils répondent à cette question. Ne révélez pas que cela sera répété à la fin du Kahoot.
  - Message clé: Chacun aura différents niveaux de confiance dans ses connaissances et son niveau de confort. Certains peuvent dire qu'ils ne refuseraient pas, ce qui crée la possibilité soit a) de développer des compétences en matière de refus, soit b) de fournir des informations permettant de prendre une décision plus éclairée.

Diapositive de transition pour présenter l'examen des points clés de la présentation Powerpoint «le Vapotage Expliqué et Exploré» qui a précédé ce jeu.





4. Quelle drogue addictive trouve-t-on à la fois dans les cigarettes et dans les produits de vapotage?
  - Message clé: **Nicotine**
  - Cette question rappelle aux étudiants que la nicotine est contenue à la fois dans les cigarettes et dans les vapes.
  - Message clé: fumer et vapoter constituent essentiellement une consommation de drogue.
5. Comment la nicotine affecte-t-elle votre cœur??
  - Bonne réponse: **Augmente la fréquence cardiaque**
  - Comblent une lacune dans les programmes de santé et de sciences existants en les identifiant comme le vapotage peut nuire au système circulatoire.
  - Message clé: LA nicotine issue du vapotage nuit à votre cœur

6. Comment la nicotine affecte-t-elle les vaisseaux sanguins?
  - Bonne réponse: **Augmente la tension artérielle**
  - Comblent une lacune dans les programmes de santé et nuire au système circulatoire.
  - Message clé: La nicotine issue de vapotage endommage vos vaisseaux sanguins
  
7. Comment le vapotage affecte-t-il votre système respiratoire?
  - Bonne réponse: **Tout ce qui précède**
  - Comblent une lacune dans les programmes de santé et de sciences existants en identifiant comment le vapotage peut nuire au système respiratoire. Tous les produits chimiques contenus dans le vapotage et produits par le vapotage irritent, enflamment et endommagent les voies respiratoires et les poumons.
  - Message clé: Le vapotage nuit à l'ensemble de votre système respiratoire
  
8. Pourquoi les produits de la vape aromatisés sont-ils dangereux pour les jeunes?
  - Bonne réponse: **Tout ce qui précède**
  - Identifier que les jus de vape aromatisés comportent des risques et constituent un stratagème marketing de l'industrie. Ceci est lié à l'alphabétisation des consommateurs
  - Message clé: Les jus de vape aromatisés sont conçus pour inciter les jeunes à utiliser des produits de vapotage et peuvent conduire à une dépendance à la nicotine.

Diapositive de transition pour présenter la section suivante du jeu qui examinera les scénarios de prise de décision et mettra en pratique les compétences de refus. La plupart des diapositives suivantes sont des questions de sondage sans bonne ou mauvaise réponse. L'intention est d'illustrer que chacun se sent à l'aise en faisant des choses différentes et qu'il n'y a pas de bonne façon de refuser. C'est ce qui fonctionne pour vous à ce moment-là

9. Que signifie prendre une décision éclairée?
  - Bonne réponse: **Tout ce qui précède**
  - Relie les pratiques de prise de décision aux choix que les étudiants pourraient devoir faire face en matière de vapotage
  - Message clé: Il y a un choix à faire en matière de vapotage et ils disposent d'un ensemble de compétences qu'ils peuvent utiliser pour le faire.
  
10. SONDAGE: Comment pouvez-vous répondre à la pression indésirable/négative des pairs?  
Message clé: Il existe de nombreuses façons de répondre à la pression négative des pairs. Laquelle de ces options met les étudiants à l'aise? L'enseignant peut demander si d'autres options non répertoriées fonctionnent également.
  
11. Toutes ces compétences sont des compétences de refus SAUF...
  - Bonne réponse: **Acceptez ce qu'ils font**
  - Il existe de nombreuses façons de dire non, les réponses fournies ne constituent pas une liste exhaustive
  - Message clé: Les enfants peuvent dire non de la manière qui leur convient.

**LES QUESTIONS 16 À 20 sont les scénarios de compétences en matière de prise de décision et de refus. Veuillez prévoir suffisamment de temps pour la discussion après la publication des résultats du sondage, car les étudiants voudront peut-être discuter d'autres options qu'ils souhaitent.**

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <p><b>Scène 1: Au rentrant de l'école, votre meilleur ami vous offre une bouffée de sa vape. Quelle compétence de refus utiliseriez-vous?</b></p>            | <p>Dites «Non merci» et répétez si nécessaire</p> <p>Donnez une raison: je fais du sport/d'un instrument et je ne veux pas endommager les poumons</p> <p>Blâmez vos parents: je perdrais mon téléphone, donc cela ne m'intéresse pas</p> <p>Changer de sujet: Non, allons prendre une collation, j'ai faim.</p>                           | <p><b>Scène 2: Au parc, on vous propose une vape d'un enfant que vous ne connaissez pas. Ils sont plus âgés et plus grands que vous. Que fais-tu?</b></p>       | <p>Dis que tu dois y aller et quitter le parc</p> <p>Donnez une raison: je souffre d'asthme et je ne peux donc pas vapoter</p> <p>Fais une blague: non merci mon pote, j'ai besoin de toutes les cellules cérébrales possibles</p> <p>Soyez un disque rayé, en disant non avec confiance à chaque fois</p> |
| <p><b>Scène 3: Avec 6 amis, 2 se lancent dans la vape et proposent de partager. Il y a 2 saveurs à essayer et elles sentent bon. Que feriez-vous?</b></p>  | <p>Dites non, je ne veux pas COVID de votre part, merci!</p> <p>Exercer une pression positive sur les 4 amis pour qu'ils ne vapotent pas</p> <p>Donnez une raison: il y a de la nicotine dans les vapes, donc pas question, jamais.</p> <p>Utilisez l'humour: partager des vapes, c'est comme embrasser tout le monde ici, alors non!</p> | <p><b>Scène 4: Votre équipe vient de remporter l'or et fait la fête chez un coéquipier. Quelques vapes apparaissent et viennent à vous. Que fais-tu?</b></p>  | <p>Transmettez-le et ignorez-le</p> <p>Passer à un autre groupe de coéquipiers</p> <p>Dites à l'équipe: comment allons-nous continuer à gagner si nous vapotons tous?</p> <p>Dites que vous me permettez d'être facilement le meilleur joueur si vous vapotez tous</p>                                     |

**SONDAGE DIAPOSITIVE 12: Dans quelle mesure avez-vous confiance en votre capacité à refuser une vape si elle vous était proposée?**

- Déterminez si les réponses des élèves ont changé depuis le début du Kahoot (diapositive 3).
- Questions de discussion:
  - Se sentent-ils désormais un peu plus en confiance et prêts à dire non au vapotage?
  - Que pensent-ils du vapotage maintenant?
  - Y a-t-il eu un changement dans leurs attitudes?
- Message clé: Chacun aura différents niveaux de confiance dans ses connaissances et son niveau de confort. Certains peuvent dire qu'ils ne refuseraient pas, ce qui crée la possibilité soit a) de développer des compétences en matière de refus, soit b) de fournir des informations permettant de prendre une décision plus éclairée.