



Donner les moyens à la
jeunesse pour qu'elle

DECYDE



Activité

d'apprentissage 1 :

Qui suis-je ?



Visitez-nous à l'adresse
suivante [DECYDE.ca/fr](https://decyde.ca/fr)

- **Écoute la question**
- **Réfléchis-y**
- **Collabore avec ton équipe**
- **Mettez-vous d'accord sur une réponse**
- **Affichez la bonne réponse : A B C ou D**
- **Discutez**



Question 1

**Je suis un liquide incolore que l'on peut boire.
Je suis une substance enivrante. Je suis
souvent considéré.e comme une substance
réglementée.**

A) Antigél

**B) Produits de
nettoyage**

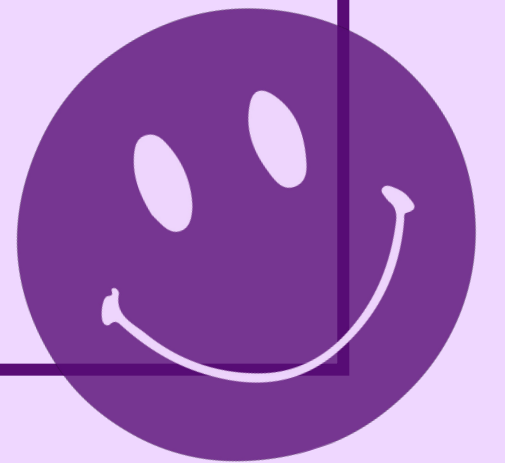
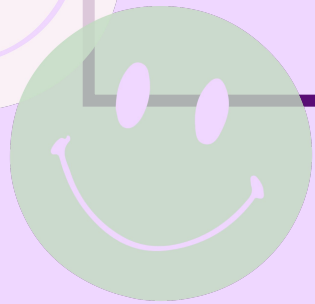
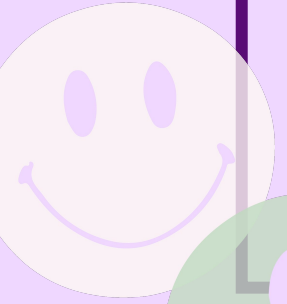
C) Éthanol

**D) Alcool de
contrebande**

C) Éthanol

Question 2

Mes effets dépendent de la personne qui me consomme, de la manière dont je suis consommé.e et de la quantité consommée. Je peux être inhalé (fumé.e ou vapoté.e) ou ingéré.e (mangé.e). Je suis parfois considéré.e comme une substance réglementée.



A) Alcool

B) Cannabis

C) Cocaïne

B) Cannabidiol

Question 3

Je suis souvent inhalé.e. Je suis considéré.e comme un stimulant et je peux augmenter votre rythme cardiaque et votre tension artérielle. Je peux nuire au développement du cerveau. Je peux affecter votre mémoire et votre concentration. Plus vous en consommez, plus vous risquez d'en devenir dépendant.e.

A) Alcool

C) Cannabis

B) Caféine

D) Nicotine

D) Nicotine

Question 4

Je suis un dépresseur, qui peut ralentir le rythme cardiaque et respiratoire. Je peux également ralentir votre cerveau et votre pensée. Il se peut que vous ne soyez pas en mesure de prendre des décisions sécuritaires lorsque vous m'ingérez. Il se peut aussi que vous vous sentiez très détendu.e.

A) Alcool

B) Cocaïne

**C) Boissons
énergétiques**

**D) Psilocybine
(Champignons magiques)**

A) Alcool

Question 5

Je suis une méthode de consommation du cannabis où il faut parfois plus d'une heure pour en ressentir les effets.

A) Dabbing

C) Fumer

B) Manger

D) Vapoter

B) Manger

Question 6

Traditionnellement, je suis utilisé pour traiter la douleur et les maux et pour aider à la guérison spirituelle. On pense que ma fumée purifie le corps et l'esprit, favorisant l'équilibre et l'harmonie.

A) Cannabis

B) Cocaïne

C) Tabac

C) Tabac

Question 7

Je suis censé.e augmenter l'énergie, la conscience mentale et l'estime de soi et améliorer les perceptions sensorielles telles que la vue et l'ouïe. Je peux entraîner une forte dépendance psychologique. La confusion, l'anxiété, la dépression et l'hypertension sont également des effets secondaires.

A) Alcool

B) Cocaïne

C) Cannabis

D) Nicotine

B) Cocaïne

Question 8

Je suis censé.e aider certains cerveaux à mieux fonctionner et à augmenter l'attention et la conscience. Je suis un médicament délivré sur ordonnance aux personnes souffrant d'un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) afin d'aider leur cerveau à mieux fonctionner. Seul.e un.e professionnel.le de la santé peut me prescrire.

A) Cannabis

C) Codéine

B) Fentanyl

D) Méthylphénidate

D) Méthylphénidate

Question 9

Je peux entraîner une perte de concentration et d'initiative. Le cerveau et le corps peuvent ralentir. Je peux également provoquer une accélération du rythme cardiaque et une diminution de la tension artérielle. Je peux être fumé.e, inhalé.e ou mangé.e. Parfois, je suis une substance réglementée. Parfois, je ne le suis pas.

A) Alcool

C) Cannabis

B) Cocaïne

D) Méthylphénidate

c) Cannabidiol

Question 10

Pour certaines personnes, je suis populaire lors de célébrations spéciales. Je suis servi.e à de nombreuses occasions de détente, de socialisation et de célébration. Je suis également utilisé.e lors de rituels religieux et de célébrations de fêtes.

A) Alcool

B) Cannabis

C) Nicotine



A) Alcool

Question 11

Je suis un médicament souvent connu pour provoquer des arythmies cardiaques ou un rythme cardiaque irrégulier.



A) Alcool

B) Cocaïne



C) Cannabis

D) Nicotine

B) Cocaïne

Question 12

Je peux être très doux et contenir beaucoup d'alcool. En fait, je peux contenir suffisamment d'alcool pour intoxiquer gravement une personne. Mes effets peuvent ne pas être ressentis immédiatement, c'est pourquoi la surconsommation est un risque.

A) Bière

**B) Boissons
énergétiques**

C) Coolers

c) Coolers

Question 13

Je peux être un médicament efficace lorsqu'il est utilisé conformément à la prescription pour soulager la douleur. Cependant, je peux aussi créer des sentiments d'euphorie. Je peux également provoquer un trouble lié à l'utilisation d'une substance, c'est-à-dire que l'on ne peut pas s'arrêter d'en consommer malgré les conséquences néfastes. J'ai des effets puissants qui peuvent entraîner une dépendance.

A) Cocaïne

B) Crystal Meth

C) Opioïdes

c) Opioïides

Question 14

On peut me trouver caché.e ou mélangé.e à d'autres drogues telles que la cocaïne. Je suis difficile à détecter. Je suis toxique et extrêmement dangereux.se. Mes effets sont imprévisibles car personne ne connaît le niveau de pureté ou la puissance.

A) Codéine

B) Fentanyl

C) Nicotine

B) Fentanyl

Question 15

Je contiens une substance chimique connue sous le nom de **THC**. Le THC affecte la façon dont votre cerveau et votre corps réagissent à mon produit et peut vous faire ressentir un "high" ou une "intoxication".

A) Cannabis

C) Fentanyl

B) Nicotine

D) Psilocybine
(Champignons magiques)

A) Cannabidiol

Question 16

Je peux provoquer des hallucinations. Les hallucinations peuvent modifier la façon dont vous entendez, voyez, ressentez, sentez ou goûtez. Elles peuvent sembler réelles, mais elles n'existent que dans votre esprit.

A) Alcool

B) Cocaïne

C) Psilocybine
(Champignons magiques)

C) Psilocybine

(champignons

magiques)

Question 17

Je peux provoquer des effets secondaires problématiques à court terme chez certaines personnes, tels que l'anxiété, un temps de réaction retardé, des nausées, une accélération du rythme cardiaque, une diminution de la tension artérielle et de la paranoïa. Les adolescent.e.s qui commencent à en consommer peuvent ressentir des effets à plus long terme, tels que des problèmes de mémoire et d'apprentissage, que ceux et celles qui ne me consomment pas pendant leur adolescence.

A) Cannabis

B) Boissons
énergétiques

C) Nicotine



A) Cannabidiol

Question 18

Je suis un exemple de produit comestible à base de cannabis approuvé au Canada.

A)



B)



C)



Question 19

C'est en consommant du cannabis que je peux causer le plus de dommages aux poumons d'une personne.



**A) Plantes
comestibles**

B) Vapoter

C) Fumer

D) Dabbing

C) Fumer

Question 20

On le trouve dans le cannabis, mais il ne provoque pas de "high" ou d'intoxication. Je peux provoquer de la somnolence. C'est probablement grâce à moi que le cannabis est utilisé pour soulager la douleur, les nausées et les symptômes d'autres maladies chroniques.

A) THC

(Tétrahydrocannabinol)

B) CBD

(Cannabidiol)

B) CBD (Cannabidiol)

Question 21

Je suis souvent mélangé.e à des joints de cannabis (marijuana ou marijeanne) et fumé.e.

A) Cocaïne

B) Crystal meth

C) Tabac

C) Tabac

Question 22

Les enfants et les animaux domestiques peuvent courir un grave danger s'ils me mangent, car je peux provoquer un empoisonnement. Les animaux domestiques deviennent très malades et peuvent mourir. Les symptômes que l'on peut observer chez les animaux domestiques sont notamment la une salivation excessive, des vacillements, des vomissements et une incontinence. Les enfants peuvent présenter des symptômes graves et doivent être hospitalisés. Ils peuvent perdre leur coordination, devenir très somnolents et avoir des difficultés à respirer. Je dois être stocké correctement.

A) Boissons non alcoolisées

B) Caféine

C) Cannabis

c) Cannabidiol

Question 23

Je suis un opioïde, également appelé narcotique, tel que le fentanyl, la morphine ou la codéine. Je suis prescrit.e avec beaucoup de précautions à des personnes pour quelle raison ?

A) Anxiété

B) Dépression

C) Douleur

C) Douleur

Question 24

Je suis un opioïde, également connu sous le nom de médicament narcotique. L'un de mes effets secondaires les plus dangereux est

_____.

A) Nausées

B) Sommeil

**C) Ralentissement
de la respiration**

**C) Ralentissement de
La respiration**

Question 25

Je suis un médicament à action rapide utilisé pour inverser temporairement les effets d'une overdose d'opioïdes.

A) Cocaïne

C) Naloxone

B) Fentanyl

D) Caféine

C) Naloxone

Question 26

Certaines personnes pensent que je suis magique, mais ce n'est pas le cas. Si quelqu'un m'utilise, je peux affecter sa conscience et son jugement. Il est illégal de me cultiver, de me fabriquer, de m'acheter ou de me vendre au Canada sans licence ou exemption spéciale.

A) Cocaïne

B) Crystal Meth

C) Psilocybine
(Champignons magiques)

C) Champignons

magiques

Question 27

Je suis considéré.e comme un médicament sécuritaire. Je peux également sauver des vies en cas d'overdose d'opioïdes tels que le fentanyl. Je suis disponible en kits dans de nombreux endroits. Je suis maintenant présent dans la plupart des écoles en cas d'urgence.

A) Naloxone

B) Fentanyl

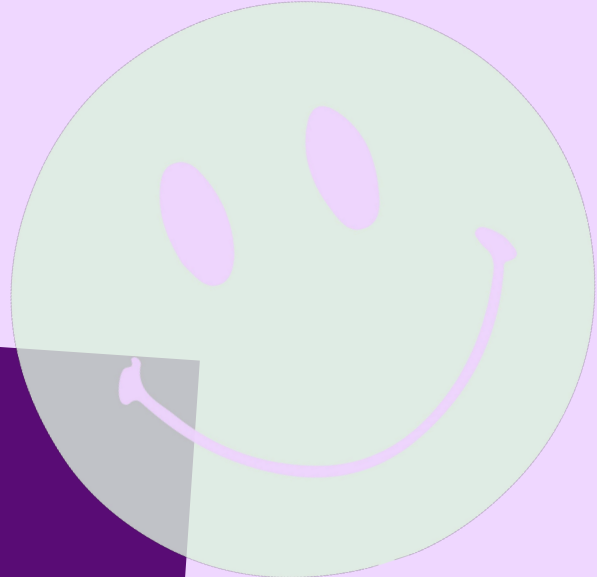
C) Cannabis

A) Naloxone

Excellent travail !!!



Rester plus en sécurité



Réduction des risques



Stratégies

Question 28

Je suis une stratégie de réduction des risques qui suggère de commencer par une petite quantité d'une substance et d'attendre de voir ses effets avant d'en consommer davantage. Je contribue à prévenir les surdoses et les réactions indésirables.

A) Porter un kit de naxolone

B) Ne pas utiliser seul

C) Commencer doucement, aller lentement

**C) Commencer doucement,
aller lentement**

Question 29

Je suis la pratique qui consiste à éviter toute consommation de substances. Je suis le SEUL moyen garanti de prévenir tout dommage lié à la consommation de substances.

A) Abstinence

B) Ne pas utiliser seul

C) Commencer doucement, aller lentement

A) Abstinence

Question 30

Je suis une stratégie de réduction des risques pour ceux qui choisissent de boire de l'alcool. Cela permet de ralentir l'absorption de l'alcool.

A) Manger avant de boire

B) Avoir des journées sans alcool

C) Prévoir un retour à la maison

A) Manger avant de boire

Question 31

Je suis une pratique qui consiste à utiliser des outils neufs et propres à chaque fois. Cela réduit le risque de maladie et d'infection.

A) Transporter un kit de naloxone

B) Ne pas mélanger les substances

C) Utiliser du matériel stérile

**C) Utiliser du matériel
stérile**

Question 32

Je suis une loi qui protège ceux qui aident les autres en cas d'urgence. Je garantis que vous n'aurez pas d'ennuis si vous appelez à l'aide lors d'une crise liée à la drogue.

A) Loi sur le cannabis

B) Loi d'urgence

C) Loi sur le bon samaritain

**C) Loi sur le bon
samaritain**

Question 33

Je suis une mesure de sécurité qui vous permet d'obtenir de l'aide en cas de besoin lors d'une sortie nocturne.

A) Charger mon téléphone

B) Prévoir mon retour chez nous

C) Demander à quelqu'un de me surveiller

A) Chargement du téléphone

Question 34

Je suis une stratégie de réduction des risques qui vise à s'assurer que vous n'exagérez pas lorsque vous consommez des substances.

A) Transporter un kit de naloxone

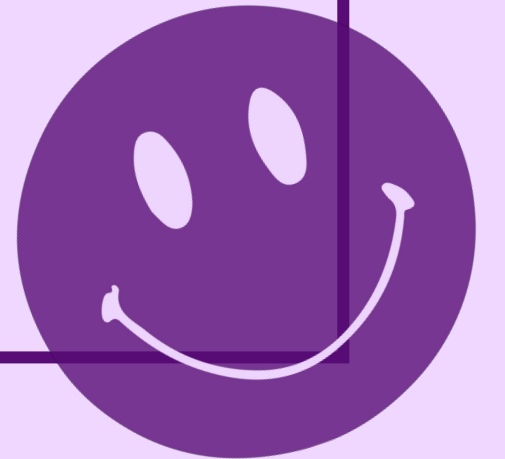
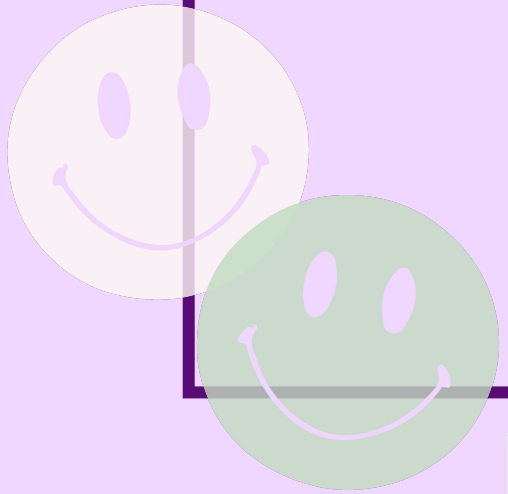
B) Ne pas utiliser seul.e

C) Fixer des limites à la consommation d'alcool

C) Fixer des limites à la consommation d'alcool

Question 35

**Je suis le mode d'utilisation du cannabis qui
causera le moins de dommages à vos
poumons.**



A) Manger

B) Dabbing

C) Fumer

A) Manger

Question 36

Je suis une méthode qui vous permet de savoir exactement quelle quantité d'alcool vous consommez.

A) Demander à un.e ami.e

B) Boire de l'alcool non dilué

C) Boire des boissons pré-mélangées en cannette

**C) Boire des boissons
pré-mélangées en
canette**

Question 37

Je suis un moyen d'assurer votre sécurité lorsque vous consommez de l'alcool. Vous éviterez ainsi que quelqu'un ne manipule votre boisson.

A) Choisir des boissons alcoolisées à faible pourcentage

B) Commencer doucement et aller lentement

C) Regarder sa boisson et se servir soi-même

**C) Regarder sa
boisson et se servir
soi-même**

Question 38

Je suis un moyen d'obtenir du cannabis. L'achat de cette manière garantit que les produits du cannabis sont sécuritaires, testés et légaux, ce qui réduit le risque de préjudice.

A) Acheter au comptant

B) Acheter dans un magasin agréé

C) Acheter à un ami de confiance

**B) Achat dans un
magasin agréé**

Question 39

Je suis un service qui fournit gratuitement des produits propres et stériles aux personnes qui consomment des substances.

A) Programme d'approvisionnement en premiers secours

B) Programme d'échange de seringues

C) Programme d'éducation à la toxicomanie

B) Programme d'échange de seringues

Question 40

Je suis un numéro que vous pouvez appeler pour obtenir un kit de naloxone gratuit.

A) 911

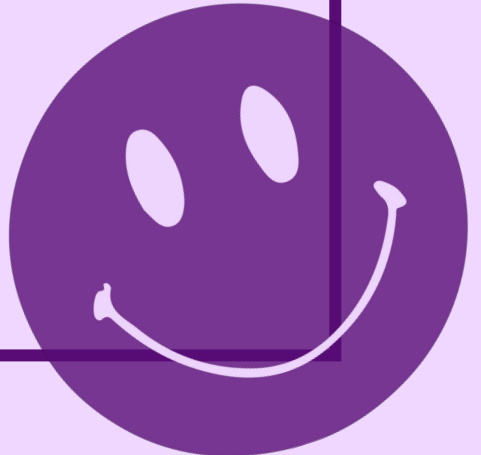
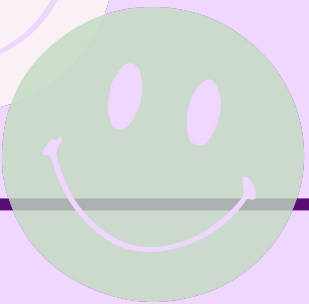
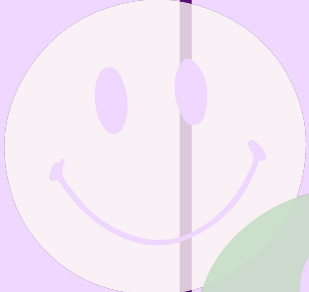
B) 811

C) 411

B) 811

Question 41

Je suis le numéro à appeler en cas d'urgence vitale liée à la consommation de substances psychoactives.



A) 911

B) 811

C) 411

A) 911

Excellent travail !!!

