

7e année, leçon 1 :

Consommation de substances et choix intelligents

Activité d'apprentissage 1 : Comprendre les substances



**Vrai ou
Faux ?**



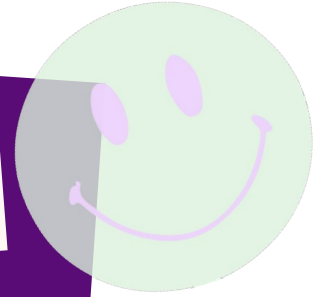
Visitez-nous à l'adresse
suivante [DECYDE.ca/fr](https://decyde.ca/fr)



Donner les moyens à la
jeunesse pour qu'elle

DECYDE

Substances

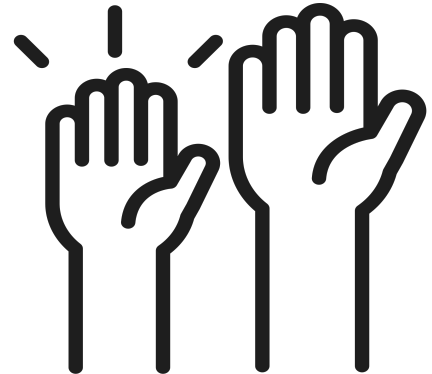


Vrai ou faux



Questions

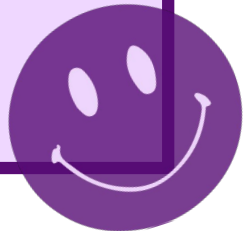
- Si vous **êtes d'accord**, levez les deux mains
- Si vous **n'êtes pas d'accord**, levez la main gauche
- Si vous n'êtes pas sûr.e.s, levez la main droite.





Vrai ou faux ?

Le vapotage crée une dépendance



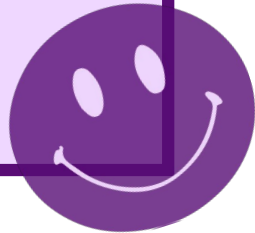
Vrai

Le vapotage contient de la nicotine, qui peut créer une forte dépendance.



Vrai ou faux ?

La consommation d'alcool est un bon moyen de réduire le stress et l'anxiété



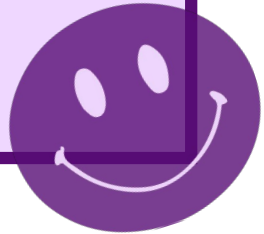
Faux

Bien que de nombreuses personnes boivent de l'alcool pour réduire le stress ou l'anxiété, l'alcool est un déprimeur et peut en fait aggraver votre état.



Vrai ou faux ?

L'alcool peut provoquer des lésions
cérébrales
chez les adolescent.e.s



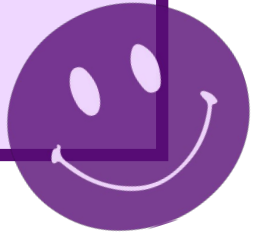
Vrai

Le cerveau continue à se développer jusqu'à l'âge de 25 ans. Les substances peuvent donc causer des lésions cérébrales avant cet âge, même s'il est légal de boire de l'alcool à partir de 19 ans.



Vrai ou faux ?

Vous pouvez développer des problèmes de santé en côtoyant une personne qui fume.



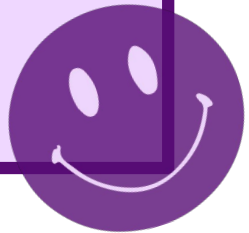
Vrai

D'autres personnes peuvent respirer la fumée ou la vapeur, ce qui peut entraîner des problèmes de santé chez quelqu'un d'autre, tout comme la fumée secondaire d'une personne qui fume des cigarettes.



Vrai ou faux ?

Le tabac tue plus que toute autre drogue



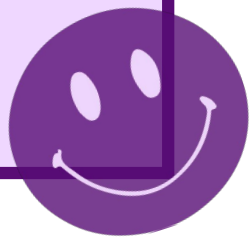
Vrai

La cigarette présente de nombreux risques pour la santé à long terme, tels que le cancer, les maladies pulmonaires ou les maladies cardiaques.



Vrai ou faux ?

Le méthylphénidate (par exemple, Concerta, Ritalin) est un médicament de la famille des médicaments couramment prescrits pour le Déficit de l'attention et l'hyperactivité (TDAH).



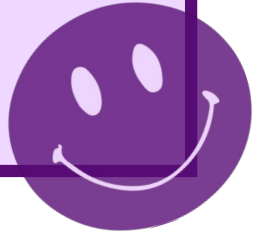
Vrai

Le méthylphénidate aide à améliorer la concentration et l'attention et à réduire l'impulsivité.



Vrai ou faux ?

Le méthylphénidate (par exemple,
Concerta, Ritalin)
est un dépresseur

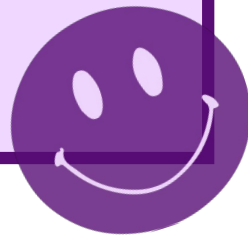


Faux

Le méthylphénidate est un stimulant.

Vrai ou faux ?

Les cigarettes contiennent
généralement plus de nicotine que les
vapoteuses.



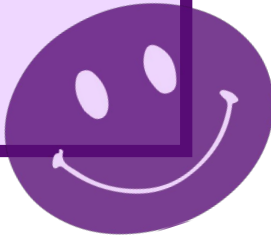
Faux

Le jus de vapoteuse contenu dans les vapoteuses contient souvent beaucoup plus de nicotine que les cigarettes et peut entraîner une forte dépendance.



Vrai ou faux ?

La caféine est une drogue



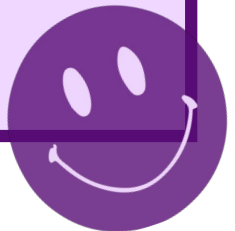
Vrai

La caféine, bien qu'elle soit présente dans des produits comme le café, le thé et les boissons énergisantes, reste une drogue. Les gens boivent de la caféine pour se tenir à distance et avoir plus d'énergie, elle agit donc comme une drogue.



Vrai ou faux ?

L'alcool est un stimulant



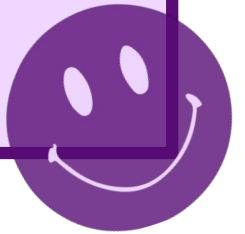
Faux

L'alcool est un dépresseur et peut donner une sensation de sommeil.



Vrai ou faux ?

Les adolescent.e.s peuvent acheter des
vapoteuses en toute légalité



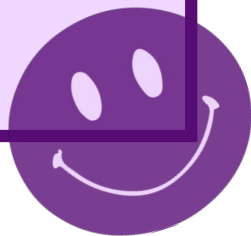
Faux

Il est illégal de vendre tout type de nicotine
(vapoteuses, cigarettes) à toute personne âgée de
moins de 18 ans.



Vrai ou faux ?

Il est légal pour les adultes de fumer du
cannabis et de conduire un VTT



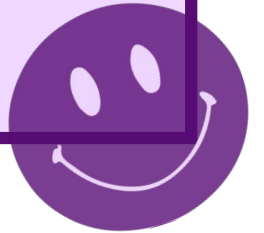
Faux

Il est illégal de consommer du cannabis avant de conduire un véhicule motorisé, qu'il s'agisse d'une voiture, d'un VTT ou d'une motoneige.



Vrai ou faux ?

Le cannabis peut augmenter l'appétit



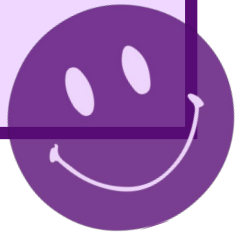
Vrai

Le cannabis augmente souvent l'appétit, ce qui donne envie de manger davantage.



Vrai ou faux ?

Tous les types de boissons alcoolisées
contiennent la même quantité d'alcool.



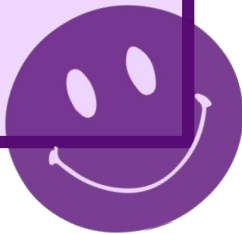
Faux

Les boissons alcoolisées peuvent se présenter sous différents pourcentages et dans des contenants de différentes tailles. Celles qui ont une concentration plus élevée contiennent plus d'alcool.



Vrai ou faux ?

Le cannabis comestible met plus de temps
que le cannabis à fumer à provoquer un
état d'euphorie.



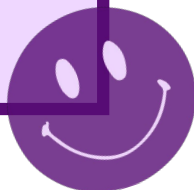
Vrai

Le cannabis comestible agit pendant 30 à 60 minutes et dure plus longtemps, alors que la cigarette commence à agir au bout de 10 minutes et ne dure pas aussi longtemps.



Vrai ou faux ?

Je peux laisser mon ami.e prendre une
partie de mon méthylphénidate
(médicament contre le TDAH) parce qu'il
présente les mêmes symptômes que moi.



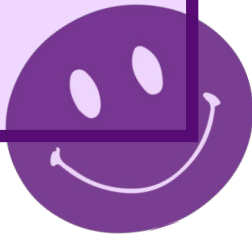
Faux

Il est illégal de partager ou de vendre à d'autres personnes des médicaments délivrés sur ordonnance. Bien qu'ils soient sans danger pour vous, ils peuvent avoir des effets dangereux pour d'autres personnes, comme l'hypertension artérielle ou l'arythmie cardiaque. Les personnes doivent être évaluées par leur propre professionnel de la santé avant de prendre un stimulant.



Vrai ou faux ?

Il est légal d'acheter du cannabis à un.e
ami.e



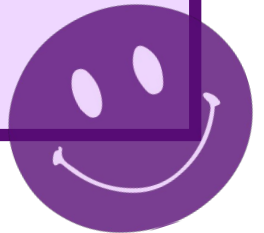
Faux

Le cannabis légal peut être acheté dans un dispensaire de cannabis. L'acheter à n'importe qui n'est pas légal et peut être mélangé à d'autres drogues.



Vrai ou faux ?

On peut seulement consommer la cocaïne
par inhalation.

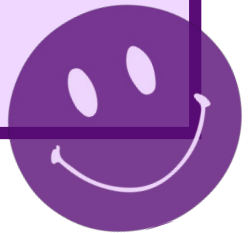


Faux

On peut sniffer la cocaïne, on peut la fumer, l'injecter or l'ingérer par voie orale, bien que chaque méthode comporte des risques différents.

Vrai ou faux ?

« Meth » est l'abréviation de méthylphénidate (médicament contre le TDAH).

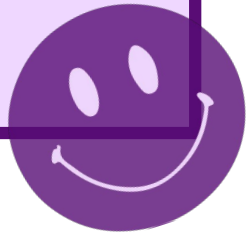


Faux

Le terme « meth » désigne généralement la méthamphétamine, et non le méthylphénidate. Il s'agit de drogues différentes, bien que toutes deux soient des stimulants.

Vrai ou faux ?

Le cannabis est considéré comme unique car il peut agir comme un stimulant, un dépresseur ou un hallucinogène.



Vrai

Le cannabis peut agir comme un stimulant, un dépresseur ou un hallucinogène selon la variété, la dose et la personne.