

## Section 4. La difficulté de cesser l'habitude à la nicotine

### Activité 4.1



**Vous avez besoin :**  
des fiches, une par  
élève

### Objectifs de vie

1. Distribuez une fiche ou du papier carré à chaque élève.
2. Demandez aux élèves de prendre 1 à 2 minutes pour écrire ce qui les définit en tant que personnes et leurs objectifs. Les objectifs peuvent être à court terme ou à long terme.
3. Demandez aux élèves d'inverser leurs fiches et d'écrire leurs réponses à la question suivante : La dépendance à la nicotine aurait quels effets sur ce que vous avez défini en tant que personnes et sur vos objectifs?
4. Demandez aux élèves de partager leurs réponses