

Activité 3.3



Vous avez besoin :
fiche d'activité - « Les actions pour réduire le vapotage », une photocopie par équipe

Réduire les dommages du vapotage

1. Écrivez < Les événements provoquant les changements > sur le tableau. Demandez aux étudiants d'identifier des situations qui peuvent influencer ou changer par rapport à leur décision de ne pas vapoter. Écrivez-les sur le tableau.
2. Demandez à la classe s'ils seraient capables de gérer les situations indiquées sur le tableau s'ils possèderaient les connaissances nécessaires au sujet des risques potentiels de la nicotine et les statistiques démontrant que la plupart des jeunes ne vapotent pas.
3. Distribuez une copie de la fiche d'activité - « Les actions pour réduire le vapotage » à chaque équipe (ou écrivez sur le tableau les diverses situations du tabagisme démontrées sur la fiche).
4. Demandez aux étudiants d'identifier deux ou trois actions qui peuvent être utilisées par la personne décrite dans chaque scénario pour leur aider à réduire les dommages du vapotage. Les actions pourraient inclure :
 - Quelqu'un qui ne vapote pas ou qui ne veut pas vapoter.
 - Restez sans vapotage et ne soyez pas tentés de l'essayer.
 - Soyez confiant en disant < Non merci, je ne veux pas vapoter >.
 - Encouragez les autres d'arrêter de vapoter.
 - Évitez les situations de vapotage où les dispositifs de vapotage et les pods sont offerts, ainsi que les situations donc les expérimentations sont encouragées.

< Les événements provoquant les changements >

- Ils sont plus jeunes que ceux qui vapotent.
- Ils ressentent que les autres veulent qu'ils vapotent.
- Ils veulent être acceptés avec leurs pairs.
- La plupart de leurs amis vapotent.
- Ils croient que la plupart des jeunes vapotent Ils croient qu'ils ont une apparence 'cool' s'ils vapotent.
- Leur copine ou copain vapote.
- Leurs frères ou sœurs suggèrent qu'ils vapotent.
- Ils ont trop peur de dire 'non'.
- Ils vivent avec des membres de famille qui vapotent.

Section 3. Les dommages causes au corps par le vapotage et la fumee du tabac

Fiche d'activité : Les actions pour arrêter le vapotage (Réduire les dommages du vapotage)

Un individu qui ne vapote pas et souhaite ne pas vapoter, mais subit des pressions à commencer

Une personne qui vapote une à deux fois par jour

Une personne qui vapote seulement lors des fêtes ou soirées

Une personne dont la majorité de ses amis vapotent