

UNITÉ

3




PLANS  
D'APPRENTISSAGE

DE LA 8<sup>E</sup> ANNÉE

85

UNE QUESTION D'INFLUENCE : COMPLÉMENT AU PROGRAMME D'ÉTUDES





## INTRODUCTION À L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE DE LA 8<sup>e</sup> ANNÉE

Le principal objectif de cette unité d'apprentissage du programme de la 8<sup>e</sup> année est de sensibiliser les élèves aux divers facteurs qui influent sur leurs décisions lorsque la consommation d'alcool ou d'autres drogues est en cause dans le but de les aider à faire des choix sains et éclairés. Un des principaux ingrédients de ce processus est d'accroître leur connaissance en ce qui a trait aux risques et aux dangers associés à la consommation de substances psychotropes – ce plan d'apprentissage traitera principalement des risques associés à la consommation d'alcool et de cannabis. Pour ce qui est de la suite de cette unité, nous aborderons la question des influences qu'exercent la famille et les médias sur les adolescents.

Avant tout, il faut savoir que les adolescents préfèrent consommer de l'alcool et du cannabis, principalement parce qu'il est facile de s'en procurer et que ces substances sont abordables. Toutefois, le sondage réalisé en 2007 auprès des élèves de la Nouvelle-Écosse au sujet de leur consommation de drogues (*Nova Scotia Student Drug Use Survey 2007*) démontre que les hallucinogènes (mescaline ou psilocybine) viennent au troisième rang des substances psychotropes les plus populaires auprès des jeunes. Le programme de mode de vie sain prévoit dans ses résultats d'apprentissage la sensibilisation des élèves aux risques rattachés à la consommation abusive de médicaments en vente libre et de médicaments sur ordonnance. Il semble que la meilleure approche en matière d'éducation antidrogue soit de sensibiliser les jeunes aux substances qu'ils peuvent facilement se procurer et qu'ils sont susceptibles de consommer, plutôt que d'aborder toutes les substances qui existent. Mais encore là, les tendances et les habitudes de consommation des jeunes évoluent à un rythme que même les données de sondage les plus précises ne peuvent maintenir. La première leçon du programme de la 8<sup>e</sup> année a été conçue dans le but de permettre aux enseignants de déterminer quelles autres substances leurs élèves consomment afin qu'il puisse adapter leurs plans d'activité en conséquence.

### Survol de l'unité de la 8<sup>e</sup> année

Cette partie du programme *Une question d'influence*, destinée aux élèves de la 8<sup>e</sup> année, couvre les trois cercles d'influence — personnel, social et culturel — sous forme de trois thèmes d'apprentissage, soit : « comment puis-je m'influencer moi-même? », « comment les autres m'influencent-ils? » et « comment le monde qui m'entoure m'influence-t-il? » Chaque thème



d'apprentissage comprend du matériel destiné aux enseignants et aux élèves et un ensemble d'activités conformes aux résultats d'apprentissage visés dans le programme de mode de vie sain de la 8<sup>e</sup> année. Les trois thèmes d'apprentissage sont précédés d'une leçon d'introduction visant à présenter le contenu de l'unité aux élèves et à établir les bases du programme en vue des diverses activités. Une cinquième et ultime séance complète l'unité d'apprentissage (leçon de conclusion). Elle a pour but d'encourager les élèves à réfléchir sur ce qu'ils ont appris au sujet des divers facteurs qui influencent leurs décisions lorsque vient le temps de choisir de consommer ou non de l'alcool, du cannabis ou d'autres drogues. Cette leçon permet également à l'enseignant d'évaluer ce que les élèves ont retenu de l'unité d'apprentissage dans son ensemble.<sup>1</sup>

Chacun des trois thèmes d'apprentissage, leçons d'introduction et leçons de conclusion inclut des notes préliminaires visant à orienter l'enseignant dans le but de faciliter le déroulement des activités. Chaque leçon et chaque thème comprennent leur propre tableau sommaire décrivant les résultats d'apprentissage visés dans le programme de mode de vie sain, les objectifs propres à chacune des activités, la durée de l'activité prévue et la préparation nécessaire à l'animation des différentes activités en classe. À la fin de l'unité d'apprentissage, on retrouve les références (« fiches ») destinées aux enseignants et les documents destinés aux élèves.

La durée des activités a été établie en fonction des résultats réels obtenus lors de l'expérimentation en milieu d'apprentissage effectuée en hiver et au printemps 2006. La présentation de l'unité dans son ensemble devrait nécessiter de 5 à 6 heures de cours ou un maximum de 8 périodes de 45 minutes. Malheureusement, ce ne sont pas tous les enseignants qui bénéficieront de périodes de 45 minutes dans le cadre de ce programme; il faudra donc adapter les activités en fonction du temps de cours alloué.

Il n'est pas recommandé de retirer des thèmes d'apprentissage en vue de raccourcir la durée de l'unité. Voici quelques suggestions qui vous permettront de réduire la durée de quelques activités si le temps vous manque :

- Réduisez le nombre d'études de cas ou d'histoires lors des activités de groupe.
- Réduisez le nombre de groupes et augmentez leur effectif. S'il vous est impossible d'accroître la taille de petits groupes, attribuez la même histoire à plusieurs groupes. Une fois l'activité terminée, demandez à l'un d'entre eux de faire un compte-rendu à la classe et, une fois leur compte-rendu complété, demandez aux autres groupes qui ont travaillé sur la même histoire s'ils désirent offrir des commentaires.

<sup>1</sup> Vous trouverez quelques suggestions quant à l'évaluation du rendement des élèves à l'annexe D intitulée *Grilles d'appréciation*.



- Imposez des limites de temps strictes lors des activités de remue-méninges (cinq minutes, par exemple) au lieu d'essayer d'obtenir les toutes idées ou tous les commentaires possibles.
- Étudiez les études de cas avec la classe entière en utilisant des fiches ou des acétates.

### **Note concernant l'approche préconisée dans ce complément**

Ce complément s'inspire en majeure partie du modèle fondé sur les influences sociales — l'approche éducative en matière de prévention de la toxicomanie qui, selon les recherches effectuées au cours des 25 dernières années, a obtenu les meilleurs résultats auprès des élèves des écoles secondaires de premier cycle. Ce modèle prétend que la consommation d'alcool et d'autres drogues chez les adolescents dépend largement de l'influence qu'exercent leurs pairs, les médias et la culture sur ceux-ci. Ces influences sociales prennent la forme de messages laissant entendre que notre société tolère la consommation de substances : par exemple, la modélisation de la consommation d'alcool et d'autres drogues par les pairs et les personnalités médiatiques, la publicité de persuasion ou les substances offertes par des pairs. Ce complément tient également compte de l'importance des influences personnelles qui découlent du développement normal de l'adolescent, à savoir son besoin d'être indépendant et d'affronter les risques. Ce modèle a pour objectif de sensibiliser davantage les élèves à ces trois cercles d'influence — personnel, social ou interpersonnel, et culturel ou environnemental — et de leur permettre d'acquérir les connaissances qui leur permettront de mieux les analyser et de minimiser leurs effets.

### **Note concernant l'utilisation du terme « cannabis »**

Vous aurez sans doute constaté que nous avons choisi d'utiliser le terme « cannabis » dans ce complément. Lors de la phase d'expérimentation en milieu d'apprentissage, quelques élèves nous ont fait remarquer que « cannabis » était désormais le terme qu'ils préféreraient employer. Bien que les élèves des écoles secondaires de premier cycle soient plus familiers avec le terme « marijuana », nous avons opté pour l'utilisation du terme « cannabis » en raison qu'il englobe les autres substances populaires telles que la marijuana, le haschisch et l'huile de haschisch. Il serait bon que les enseignants spécifient aux élèves que le terme « cannabis », qui sera utilisé dans ces unités, signifie également marijuana, herbe, haschisch, huile de haschisch, pot, weed, dope ou grass.



## PREMIER COURS — PRÉSENTATION DE L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE AUX ÉLÈVES DE LA 8<sup>e</sup> ANNÉE

### Introduction

Cette première leçon du programme de mode de vie sain destiné aux élèves de la 8<sup>e</sup> année prévoit une mise à jour des facteurs qui influent sur leurs décisions lorsque la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues est en cause. Cette unité continue sur la lancée du programme de mode de vie sain de 7<sup>e</sup> année qui a pour objectif d'aider les élèves à définir les facteurs d'influence rattachés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues (B3.7), lesquels constituent les bases de ce complément au programme d'études. Cette leçon a également pour but de présenter aux élèves le contenu global de l'unité d'apprentissage et de préparer la voie aux activités qui auront lieu lors des semaines à venir. Ce premier cours comprend une brève activité de remue-méninges au cours de laquelle les élèves doivent partager leurs opinions au sujet des substances psychotropes présentes dans leur communauté et des substances qu'ils croient que les autres adolescents du même âge consomment. Par l'entremise de cette activité, les élèves pourront définir le rôle que jouent les influences environnementales (accessibilité des substances) et sociales (influences qu'exercent leurs pairs) sur leurs choix.



**8<sup>e</sup> année – Leçon d'introduction**

**Résultats anticipés du programme de mode de vie sain**

**Identifier** les influences personnelles, sociales et culturelles liées au jeu et à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues. (B3.7 et renforcer B3.7 du programme de la 7<sup>e</sup> année)

**Objectif(s) de l'activité**

**Présenter** le contenu de l'unité aux élèves et préparer la voie aux discussions permanentes au sujet de la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues.

**Activités**

Si vous présentez l'activité *Cercles d'influence* pour la première fois, il est recommandé que les élèves complètent l'activité 7.1 du programme de la 7<sup>e</sup> année.

**Activité 7.1**

*Cercles d'influence*  
– l'enseignant revoit le concept des facteurs d'influences et décrit les activités à venir.

**Activité 8.1**

*Quelles substances se trouvent dans ma communauté?*  
– Par l'entremise d'une activité de remue-méninges, les élèves déterminent quelles substances leur sont accessibles et considèrent les implications qui en découlent.

**Durée**

Jusqu'à 30 minutes

Jusqu'à 45 minutes si vous présentez l'activité *Cercles d'influence* pour la première fois.

**Préparation**

Préparez la fiche 8.A — *Cercles d'influence*, s'il y a lieu.

**Matériel**

Rétroprojecteur  
  
Tableau-papier ou tableau noir.



NOTES DE L'ENSEIGNANT

Empty box for teacher notes with horizontal lines.

ACTIVITÉ 8.1 :

Quelles substances se trouvent dans ma communauté?

Remarque

Les directives de ce premier cours ont été conçues en tenant pour acquis que les élèves de la 8<sup>e</sup> année connaissent déjà le concept des trois types de facteurs qui influent sur leurs décisions lorsque vient le temps de choisir de consommer ou non de l'alcool, du cannabis ou d'autres drogues. S'il s'agit de l'année d'inauguration du programme Une question d'influence (2006–2007), les enseignants devront prolonger la durée de cette séance d'initiation en y ajoutant l'activité 7.1 : Cercles d'influence du programme de la 7<sup>e</sup> année (voir les pages 46 et 47). Pour ce faire, incorporez les directives 1 à 3 de l'activité 7.1 du programme de la 7<sup>e</sup> année à la place de la première directive qui suit (point 1).

- 1. Rappelez aux élèves que la matière du programme de mode de vie sain de la 7<sup>e</sup> année avait pour but de les sensibiliser aux facteurs qui influent sur leurs décisions et leurs comportements lorsque l'alcool, le cannabis et les autres drogues sont en cause. Demandez aux élèves de nommer ces trois types d'influences. Expliquez-leur que les activités du programme de la 8<sup>e</sup> année seront également centrées sur les influences personnelles, sociales et culturelles. Expliquez aux élèves que le contenu des activités de cette unité est plus approfondi que celui présenté aux élèves des niveaux inférieurs.
2. Expliquez aux élèves que les habitudes de consommation de leurs pairs et l'accessibilité aux substances constituent deux des plus importants facteurs d'influence. Afin d'obtenir les résultats escomptés lors des activités à venir, ils doivent se concentrer sur la substance à laquelle ils sont susceptibles d'être exposés. Par conséquent, demandez-leur, selon eux, à quelles substances ils ont accès dans la communauté. Insistez sur le fait que cette question ne vise pas à déterminer qui consomme des substances, mais bien à déterminer les substances disponibles, ce qui ajoutera à la pertinence des activités à venir dans le but d'améliorer l'efficacité du programme.









## PREMIER THÈME D'APPRENTISSAGE : COMMENT PUIS-JE M'INFLUENCER MOI-MÊME?

### Introduction

Un des facteurs qui influence un adolescent sur le plan personnel est la connaissance qu'il possède à propos d'un sujet et la pertinence de cette connaissance. Cette activité vise à transmettre aux élèves des renseignements précis concernant les risques associés à la consommation d'alcool, de cannabis et de médicaments sur ordonnance en vue de corriger leurs idées fausses dans ce domaine. Les risques abordés dans ce thème d'apprentissage comprennent les effets nocifs, les problèmes de santé à long terme et les démêlés avec la justice. Pour ce faire, les élèves participent à une activité au cours de laquelle, en équipe, ils s'affrontent dans le cadre d'un jeu-questionnaire où ils doivent se prononcer sur une série d'énoncés portant sur les risques associés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues.



**Premier thème d'apprentissage de la 8<sup>e</sup> année — Comment puis-je m'influencer moi-même?**

**Résultats anticipés du programme de mode de vie sain**

**Être** sensible aux risques associés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues. (B3.6)

**Démontrer** sa connaissance des lois régissant le jeu et la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues. (B3.5)

**Objectif(s) de l'activité**

**Fournir** aux élèves une connaissance des implications juridiques que comporte la possession ou l'usage d'alcool, de cannabis et de médicaments sur ordonnance ou en vente libre à leur âge.

**Fournir** aux élèves une connaissance des risques associés à la consommation d'alcool et de cannabis et à l'utilisation à des fins non médicales de médicaments sur ordonnance ou en vente libre.

**Activités**

**Activité 8.2**  
*Jeu-questionnaire – Connaître les risques associés à la consommation d'alcool et d'autres drogues* – Des équipes d'élèves s'affrontent dans le cadre d'un jeu-questionnaire de type « Génie en herbe » où ils se voient poser une série de questions portant sur les risques associés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues.

**Durée**

Jusqu'à 90 minutes;  
Deux cours de 45 minutes

**Préparation**

Revoir les 15 énoncés des documents 8.A et 8.B. Si, lors de l'activité 8.1, les élèves ont identifié une substance qui n'apparaît pas aux énoncés de ces documents, référez-vous à l'annexe C pour obtenir les renseignements détaillés de la substance en question en vue d'élaborer un ou deux énoncés traitant des risques qu'elle comporte.

Remettez un exemplaire aux élèves des documents 8.A et 8.B – *Comprendre les risques, première et deuxième partie*

Fournissez cinq à six cloches, sifflets, ou autres objets du même genre à chaque équipe.

**Matériel**











NOTES DE L'ENSEIGNANT

Vertical box for teacher notes with horizontal lines.

En vertu du système de délivrance graduelle des permis de conduire de la Nouvelle-Écosse, un détenteur de permis d'apprenti-conducteur ne peut conduire un véhicule que s'il n'est accompagné que d'un seul passager. Le passager en question doit être un conducteur expérimenté et il doit détenir un permis de conduire de classe 5. Le passager est responsable de tout ce qui pourrait survenir lorsque l'apprenti-conducteur est derrière le volant. Selon le Code criminel du Canada, une personne commet une infraction si elle conduit un véhicule automobile, ou si elle en a la garde ou le contrôle lorsque ses facultés sont affaiblies par l'alcool ou les drogues. (Voir [www.gov.ns.ca/snsmr/rmv/safe/alcohol.asp](http://www.gov.ns.ca/snsmr/rmv/safe/alcohol.asp))

**7. Si je me fais prendre avec un joint en ma possession, la police me donnera seulement un avertissement en raison de mon âge.** [*« En désaccord » est la bonne réponse*].

Les plans du gouvernement canadien visant à réduire les peines prévues pour la possession de cannabis sont désormais en suspens. Être en possession de n'importe quelle quantité de cannabis constitue une infraction au Code criminel. En vertu des lois en vigueur, un adolescent appréhendé pour possession de cannabis est sujet à une condamnation criminelle ou à une peine d'emprisonnement. Une condamnation criminelle peut possiblement nuire à la carrière d'un individu, non seulement en raison de son casier judiciaire, mais également parce qu'il lui est interdit de voyager à l'extérieur du pays sans une autorisation spéciale. Même si le gouvernement canadien décriminalise la possession de cannabis en petites quantités, comme il tente de le faire depuis plusieurs années, elle constituerait toujours une infraction et les contrevenants se verraient infligés une amende, peu importe leur âge.

**8. Le cannabis ne crée pas de dépendance.** [*« En désaccord » est la bonne réponse*].

Les gros consommateurs de cannabis peuvent développer une dépendance à cette substance. Cette dépendance est toutefois moins sévère que dans les cas où l'alcool, le tabac et l'héroïne sont en cause. Être dépendant d'une substance signifie que l'on croit qu'il faut en consommer pour se sentir bien et vaquer à ses occupations, même si celle-ci a une incidence négative sur notre vie. Lorsqu'un usager de longue date cesse de consommer du cannabis, il se peut qu'il ressente des symptômes d'abstinence tels que l'insomnie, l'anxiété, l'irritabilité et la perte d'appétit.





NOTES DE L'ENSEIGNANT

Empty box for teacher notes with horizontal lines.

9. Le cannabis est pratiquement légal au Canada. [« En désaccord » est la bonne réponse].

Être en possession de cannabis ou en consommer est contraire à la loi partout au Canada. Les plans du gouvernement canadien visant à troquer les condamnations criminelles pour des amendes sont désormais en suspens. Dans le cadre des changements proposés, il serait toujours contraire à la loi d'être en possession de cannabis ou d'en vendre, mais celle-ci prévoirait désormais, dans les cas de possession de petites quantités de cannabis, d'émettre des amendes aux contrevenants au lieu de les traduire en justice. Selon la loi actuellement en vigueur, la possession de petites quantités de cannabis est sujette à une amende de 1000 \$ ou une peine d'emprisonnement maximale de 6 mois – et dans certains cas, ces deux peines sont jumelées. Des peines plus sévères s'appliquent pour les récidivistes ou lorsque d'importantes quantités sont en cause.

10. Les risques et les effets nocifs associés à la consommation de substances sont les mêmes pour tout le monde, peu importe les substances qui sont en cause. [« En désaccord » est la bonne réponse].

Les risques et les effets nocifs associés à la consommation de substances ne sont pas les mêmes pour tout le monde, peu importe les substances qui sont en cause. Une même substance peut avoir des effets différents sur une même personne lors d'occasions différentes. Le niveau de risque dépend des particularités de la drogue (par exemple, la quantité consommée, si elle est jumelée à une autre substance, etc.), des particularités de la personne (par exemple, son sexe, sa masse corporelle, si elle est à jeun), et le milieu environnant (par exemple, lors d'une rencontre familiale ou d'une fête à la plage avec des amis).

11. Les hommes « tolèrent » mieux l'alcool que les femmes. [« En désaccord » est la bonne réponse].

Le degré de tolérance à l'alcool d'une personne dépend de ses habitudes de consommation, de son état de santé et des autres substances qu'elle consomme simultanément, si tel est le cas. Le sexe de la personne entre également en ligne de compte. Le corps d'un homme élimine l'alcool plus rapidement que celui d'une femme, même si l'homme et la femme ont le même poids. Comme le corps de la femme contient moins d'eau que celui de l'homme, elle ressentira plus rapidement les effets de l'alcool pour une même quantité consommée. Une femme qui tente de boire la







## DEUXIÈME THÈME D'APPRENTISSAGE : COMMENT LES AUTRES M'INFLUENCENT-ILS?

### Introduction

Ce thème d'apprentissage est axé sur les influences qu'exercent les parents sur la vie des élèves. Il prévoit une discussion au sujet des règlements en vigueur au sein de leur foyer et vise à faire comprendre aux élèves que leur consommation d'alcool ou de drogues engendre des répercussions sur l'unité familiale. Réciproquement, ce sont eux qui ressentiront les répercussions si l'un des membres de leur famille est aux prises avec un problème de consommation d'alcool ou de drogues. Les élèves devront participer à une activité de remue-méninges au cours de laquelle ils discuteront de la façon dont la consommation d'alcool ou de drogues peut nuire aux autres membres de la famille et à l'harmonie familiale en général. Ils se verront également présenter un scénario d'étude de cas dont ils devront débattre en petits groupes.

### ◆ Remarque :

---

Il s'agit ici d'un sujet délicat et il se peut que cette leçon fasse ressurgir des problèmes familiaux douloureux chez certains élèves. Ne prenez pas cette éventualité à la légère. Préparez-vous et revoyez les *Conseils à l'égard du dépistage précoce et du processus d'orientation* se trouvant aux pages 23 et 24 de ce complément (n'hésitez pas à consulter le conseiller en orientation si vous désirez obtenir certaines clarifications).



**Deuxième thème d'apprentissage de la 8<sup>e</sup> année — Comment les autres m'influencent-ils?**

**Résultats anticipés du programme de mode de vie sain**

	Objectif(s) de l'activité	Activités	Durée	Préparation	Matériel
<p><b>Identifier</b> et mettre en œuvre des stratégies visant à éviter les situations potentiellement dangereuses. (B4.2)</p> <p><b>Comparer</b> ses valeurs familiales à celles des autres élèves (C1.2)</p>	<p><b>Encourager</b> les élèves à déterminer les règles auxquelles ils doivent se soumettre à la maison en ce qui concerne la consommation d'alcool et de drogues et leur faire comprendre pourquoi de telles règles existent.</p>	<p><b>Activité 8.3</b> <i>Les règles à la maison</i> — Par l'entremise d'une discussion en classe, les élèves déterminent à quelles règles ils doivent se soumettre à la maison en ce qui a trait à la consommation d'alcool et de drogues.</p>	<p>Jusqu'à 30 minutes.</p>		<p>Tableau noir et tableau-papier</p>
<p><b>Être</b> sensible aux répercussions qu'engendrent les problèmes de jeu compulsif et de consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues sur l'unité familiale. (B3.8)</p>	<p><b>Permettre</b> aux élèves de reconnaître les répercussions qu'engendrent les problèmes de consommation d'alcool et de drogues d'un des membres de leur famille sur l'unité familiale.</p> <p><b>Aider</b> les élèves à reconnaître les signes indiquant qu'un de leurs pairs ou un des membres de leur famille est aux prises avec un problème de consommation de substances.</p>	<p><b>Activité 8.4</b> <i>Les répercussions sur les membres de la famille</i> — Les élèves participent à une activité de remue-méninges au sujet de ce qui peut se produire à la maison lorsqu'un des membres de la famille est aux prises avec un problème de consommation d'alcool ou de drogues.</p>	<p>Jusqu'à 30 minutes</p>	<p>Affichez des feuilles de tableau-papier dans la classe est intitulez-les « Mère », « Père », « Frères et sœurs aînés » et « Famille étendue ».</p>	<p>Tableau-papier et crayons marqueurs</p>
<p><b>Être</b> sensible aux répercussions qu'engendrent les problèmes de jeu compulsif et de consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues sur l'unité familiale. (B3.8)</p>	<p><b>Aider</b> les élèves à reconnaître les signes indiquant qu'un des membres de leur famille est aux prises avec un problème de consommation de substances.</p>	<p><b>Activité 8.5</b> <i>Histoires de famille</i> — <i>Qu'est-ce qui ne va pas?</i> — À l'aide des cinq scénarios familiaux, les élèves discutent des problèmes propres à chacun des scénarios et tentent de trouver des moyens d'aider le membre de la famille visé.</p>	<p>Jusqu'à 45 minutes</p>	<p>Distribuez aux élèves des exemplaires des documents 8.C — <i>Histoires de famille</i> et 8.D — <i>Histoires de famille – Questions</i>.</p>	















NOTES DE L'ENSEIGNANT

Vertical box for teacher notes with horizontal lines.

### ACTIVITÉ 8.5 : Histoires de famille — Qu'est-ce qui ne va pas?

1. Expliquez aux élèves qu'il peut être difficile de déterminer si un des membres de leur famille est aux prises avec un problème de consommation d'alcool ou de drogues. En classe, ils seront appelés à examiner ce que vivent des familles fictives et devront déterminer ce qui ne va pas au sein de celles-ci et quelles seraient les mesures à prendre pour venir en aide aux personnes visées.
2. Divisez la classe en cinq groupes et attribuez-leur un point du document 8.C intitulé *Histoires de famille*. Demandez à chaque groupe de lire leur histoire et de répondre aux cinq questions du document 8.D intitulé *Histoires de famille – Questions*.
3. Donnez de 10 à 15 minutes aux groupes afin qu'ils puissent lire leur histoire et répondre aux questions. Demandez à chaque groupe de partager leurs réponses avec la classe.
4. Demandez aux élèves ce qu'ils ont appris de ces histoires.

#### Remarque :

---

Il se peut que des élèves vivent ou aient vécu à la maison des situations similaires à celles présentées dans le cadre de cette activité. Gardez à l'esprit que cette activité peut rendre certains élèves mal à l'aise et il se pourrait également que certains d'entre eux admettent qu'ils vivent ce genre de situations à la maison. Il serait bon de prévoir une rencontre avec le conseiller en orientation de votre école avant de tenir cette activité afin de déterminer de quelle façon vous gérerez les malaises et les aveux des élèves, s'il y a lieu.



## TROISIÈME THÈME D'APPRENTISSAGE : COMMENT LE MONDE QUI M'ENTOURE M'INFLUENCE-T-IL?

### Introduction

Cette séance a pour but de sensibiliser les jeunes aux idées fausses que renferment les messages publicitaires de boissons alcoolisées. Un élément important de cette activité est de comprendre les conséquences qu'entraîne la consommation d'alcool – les points négatifs sont toujours négligés dans ce type de messages publicitaires. Les élèves discuteront des mythes qui entourent la consommation d'alcool et qui sont entretenus par l'entremise de ces messages publicitaires. En groupes, les élèves doivent parodier les messages publicitaires de boissons alcoolisées afin de redresser les idées fausses et de faire ressortir le côté sombre de la consommation d'alcool.

### Troisième thème d'apprentissage de la 8<sup>e</sup> année – Comment le monde qui m'entoure m'influence-t-il?

#### Résultats anticipés du programme de mode de vie sain

**Évaluer** le rôle que jouent les médias en encourageant la consommation d'alcool et d'autres drogues. (B3.4)

**Évaluer** l'effet qu'ont les médias sur l'image de soi et ses habitudes de vie. (C3.1)

#### Objectif(s) de l'activité

**Sensibiliser** les jeunes aux conséquences négatives qu'entraîne la consommation d'alcool.

**Aider** les élèves à mieux comprendre et à évaluer de façon critique les messages publicitaires de boissons alcoolisées.

#### Activités

**Activité 8.6**  
*Mythes entourant l'alcool et parodies de messages publicitaires* — En petits groupes, les élèves créent leur propre parodie de message publicitaire dans le but de dénoncer quelques-uns des mythes véhiculés dans les publicités de boissons alcoolisées.

#### Durée

Jusqu'à 90 minutes; deux cours de 45 minutes pour la préparation et la présentation des parodies de messages publicitaires.

#### Préparation

Préparez les fiches 8.B à 8.E — *Mythes des messages publicitaires de boissons alcoolisées.*

#### Matériel

Rétroprojecteur.



NOTES DE L'ENSEIGNANT

Empty box for teacher notes with horizontal lines.

### ACTIVITÉ 8.6 : **Mythes entourant l'alcool et parodies de messages publicitaires<sup>3</sup>**

1. Expliquez aux élèves de la classe que les deux prochains cours seront axés sur quelques-uns des mythes que véhiculent les messages publicitaires de boissons alcoolisées. Expliquez-leur qu'ils auront la chance de dénoncer ces mythes en créant leur propre parodie de message publicitaire.
2. À l'aide des fiches 8.B à 8.E, discutez de chacun des mythes suivants avec les élèves.

#### **Mythe n° 1 — Boire ne comporte aucun risque.**

Voici deux messages publicitaires qui laissent croire que boire de l'alcool ne comporte aucun risque. Quels messages véhiculent-ils?

- Il n'existe aucun lien entre la violence et la consommation d'alcool — en fait, il est plus simple de résoudre un désaccord en prenant un verre « amical » (« Il n'existe aucun désaccord que le bras de fer ne peut résoudre »).
- Boire vous fait sentir séduisant et il est normal d'avoir des relations sexuelles avec quelqu'un que vous venez tout juste de rencontrer dans un bar (« Vos noms n'ont pas d'importance »).

#### **Mythe n° 2 — Boire de façon abusive est normal.**

Voici deux messages publicitaires qui laissent croire que boire de façon abusive est un comportement normal. Pouvez-vous identifier ces messages?

- Boire beaucoup d'alcool est normal (« Un verre de qualité après toutes ces années de quantité »)
- Boire au point de ne plus être en mesure de vaquer à nos occupations quotidiennes est normal (« Jour de relâche Smirnoff »).

#### **Mythe n° 3 — L'alcool est une potion magique qui permet de se sentir mieux dans sa peau.**

Que pensez-vous de ces messages publicitaires qui veulent vous laisser croire que boire de l'alcool va vous transformer?

<sup>3</sup> © 2005 Réseau Éducation-Médias. Ce plan d'activités a été adapté avec l'autorisation du Réseau Éducation-Médias. Pour d'autres activités et sujets, consultez la banque d'activités du Réseau Éducation-Médias à l'adresse <http://www.media-awareness.ca/francais/enseignants/index.cfm>



NOTES DE L'ENSEIGNANT

Vertical box for teacher notes with horizontal lines.

- Vous n'êtes pas la même personne lorsque vous buvez ou ne buvez pas (« Comptable le jour. Bacardi la nuit »).
- L'alcool va vous rendre plus séduisant et plus intéressant aux yeux des individus du sexe opposé (« Soyez branchés »).

**Mythe n° 4 — Le sport et l'alcool ne vont pas l'un sans l'autre.**

Les producteurs d'alcool dépensent des millions de dollars en messages publicitaires nous montrant que le sport et l'alcool ne vont pas l'un sans l'autre. Quels sont les messages véhiculés dans ces publicités?

- Il faut consommer de l'alcool lorsqu'on participe à une activité de loisirs et de sports (« C'est le grand jour »).
- L'alcool fait partie d'un mode de vie sain (« Toujours le même goût, mais sans les calories »).
- Vous serez en meilleure forme physique si vous consommez de l'alcool (« Toujours le même goût, mais sans les calories »).

3. Après avoir passé en revue les mythes avec la classe, demandez aux élèves de se regrouper en équipes de quatre. Attribuez un des quatre mythes suivants à chacun des groupes. Selon le nombre d'élèves, il se pourrait que plusieurs groupes aient à travailler sur le même mythe.

- Boire ne comporte aucun risque.
- Boire de façon abusive est normal.
- L'alcool est une potion magique qui permet de se sentir mieux dans sa peau.
- Le sport et l'alcool ne vont pas l'un sans l'autre.

Expliquez aux élèves qu'ils doivent dénoncer les mythes véhiculés par l'entremise de parodies de messages publicitaires. Expliquez-leur que leurs parodies doivent contredire ces mythes en véhiculant des messages montrant les conséquences négatives et dangereuses qui entourent la consommation abusive d'alcool.

4. Attribuez un sujet de parodie à chaque groupe.

- Les groupes qui devront travailler sur le thème « Boire ne comporte aucun risque » devront créer un message publicitaire démontrant les risques que comporte la consommation d'alcool pour la santé.
- Les groupes qui devront travailler sur le thème « Boire de façon abusive est normal » devront créer un message publicitaire





## Leçon de conclusion : Récapitulation et évaluation – comprendre nos cercles d'influence

### Introduction

Cette première leçon du programme de mode de vie sain de la 8<sup>e</sup> année visait à sensibiliser les élèves aux divers facteurs d'influence auxquels ils sont exposés dans leur vie de tous les jours (personnels, sociaux et culturels). Ce dernier cours a pour but de permettre aux élèves de réfléchir à ce qu'ils ont appris au cours des dernières semaines en ce qui concerne les facteurs d'influence liés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues. Ils doivent démontrer ce qu'ils ont appris en décrivant quels types d'influences ils croient subir personnellement.

Les enseignants ont donc l'occasion d'apprécier le niveau d'apprentissage de chaque élève lors de cette dernière activité. Les enseignants peuvent également préparer et utiliser une grille d'appréciation dans le but de se faciliter la tâche.<sup>4</sup>

### Leçon de conclusion de la 8<sup>e</sup> année

#### Résultats anticipés du programme de mode de vie sain

**Identifier** les influences personnelles, sociales et culturelles liées à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues. (B3.7 et renforcer B3.7 du programme de la 7<sup>e</sup> année)

#### Objectif(s) de l'activité

**Faire** l'appréciation du niveau d'apprentissage des élèves en ce qui concerne les facteurs d'influence liés à la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues.

#### Activités

**Activité 8.7**  
*Comment gérer les facteurs qui m'influencent?* — Par l'entremise de discussions en classe et d'une réflexion personnelle, les élèves évalueront comment gérer les facteurs qui les influencent.

#### Durée

Jusqu'à 30 minutes

Préparez la fiche 8.A — *Cercles d'influence*

#### Préparation

Distribuez à chaque élève un exemplaire du document 8.E — *Comment puis-je gérer les divers facteurs d'influence?*

#### Matériel

Rétroprojecteur

<sup>4</sup> Vous trouverez des exemples de grilles d'appréciation à l'annexe D.





NOTES DE L'ENSEIGNANT

Blank lined area for teacher notes.

### ACTIVITÉ 8.7 : Comment gérer les facteurs qui m'influencent?

1. Rappelez aux élèves que les cours précédents étaient axés sur la prise de conscience des diverses influences personnelles, sociales et culturelles qui ont une incidence sur nos décisions et nos choix lorsque la consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues est en cause. À l'aide de la fiche intitulée *Cercles d'influence* (8.A), expliquez à la classe que ces facteurs sont catégorisés comme suit :

- Les influences personnelles (comment puis-je m'influencer moi-même?)
- Les influences sociales (comment les autres m'influencent-ils?)
- Les influences culturelles (comment le monde qui m'entoure m'influence-t-il?)

2. En vous inspirant des activités de cette unité, demandez aux élèves de nommer quelques exemples de différents types d'influence.

**Influences personnelles**

- Ma capacité à prendre des décisions
- Mes connaissances et croyances
- Mes valeurs et mes objectifs
- Mes émotions

**Influences sociales ou interpersonnelles**

- Amis
- Ce que les autres attendent de moi
- Mes parents et grands-parents
- Enseignants et entraîneurs

**Influences culturelles ou environnementales**

- Les lois en matière d'alcool et de drogues
- L'accès facile à l'alcool et au cannabis
- Télévision et productions cinématographiques
- Messages publicitaires

3. Une fois la liste complétée, discutez<sup>5</sup> avec les élèves des deux points suivants :

- Nous sommes en mesure de maîtriser certaines de ces influences, mais pas toutes. Nous pouvons accroître nos connaissances au sujet d'une substance en tentant d'en apprendre davantage sur celle-ci, mais nous n'avons pas le contrôle sur les substances en circulation dans notre communauté.
- Certaines influences sont négatives et d'autres sont positives. Un ami qui nous encourage à joindre une équipe sportive est une influence positive; alors qu'un ami qui nous offre une bière chez ses parents, alors que ceux-ci sont absents, constitue une influence négative.

<sup>5</sup> Les élèves ont étudié ces deux concepts en 7<sup>e</sup> année.



# CERCLES D'INFLUENCE

Comment le monde qui m'entoure m'influence-t-il?

Comment les autres m'influencent-ils?

Comment puis-je m'influencer moi-même?

MYTHES DES MESSAGES PUBLICITAIRES DE BOISSONS ALCOOLISÉES —  
**BOIRE NE COMPORTE AUCUN RISQUE.**



« Il n'existe aucun désaccord que le bras de fer ne peut résoudre »

« Vos noms n'ont pas d'importance »



MYTHES DES MESSAGES PUBLICITAIRES DE BOISSONS ALCOOLISÉES —

# BOIRE DE FAÇON ABUSIVE EST NORMAL.



**« Un verre de qualité,  
après toutes ces années  
de quantité »**



**« Jour  
de relâche  
Smirnoff »**



MYTHES DES MESSAGES PUBLICITAIRES DE BOISSONS ALCOOLISÉES —

# L'ALCOOL EST UNE, POTION MAGIQUE QUI PERMET D'ÊTRE MIEUX DANS SA PEAU.



« Comptable le jour.  
Bacardi la nuit »



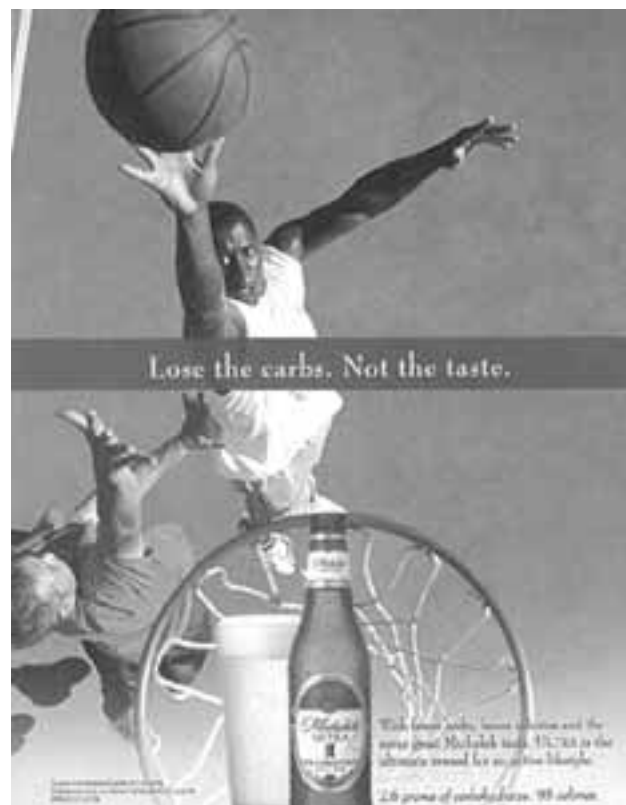
« Soyez branchés »

MYTHES DES MESSAGES PUBLICITAIRES DE BOISSONS ALCOOLISÉES —

# LE SPORT, ET L'ALCOOL NE VONT PAS L'UN SANS L'AUTRE.



« C'est le grand jour »



« Toujours le même goût, mais sans les calories »

# COMPRENDRE LES RISQUES, PREMIÈRE PARTIE.

**Veillez lire les énoncés suivants. En équipe, décidez si vous êtes en accord ou en désaccord avec ceux-ci. Assurez-vous que votre porte-parole prend note de vos réponses.**

1. La consommation d'alcool comporte des risques seulement si vous êtes âgés et que vous en avez consommé pendant plusieurs années.
2. Il n'est pas dangereux de conduire lorsque nous avons les facultés affaiblies si nous empruntons les routes de campagne ou secondaires.
3. Fumer un joint occasionnellement n'est pas nocif pour un adolescent.
4. Personne n'a été en mesure de prouver que la consommation de cannabis comporte des risques pour la santé.
5. Les médicaments sur ordonnance sont moins dangereux que les drogues de la rue.
6. Je détiens un permis d'apprenti-conducteur, je peux donc conduire un véhicule automobile si la personne qui m'accompagne a les facultés affaiblies.
7. Si je me fais prendre avec un joint en ma possession, la police me donnera seulement un avertissement en raison de mon âge.
8. Le cannabis ne crée pas de dépendance.



## COMPRENDRE LES RISQUES, DEUXIÈME PARTIE.

**Veillez lire les énoncés suivants. En équipe, décidez si vous êtes en accord ou en désaccord avec ceux-ci. Assurez-vous que votre porte-parole prend note de vos réponses.**

9. *Le cannabis est pratiquement légal au Canada.*
10. *Les risques et les effets nocifs associés à la consommation de substances sont les mêmes pour tout le monde, peu importe les substances qui sont en cause.*
11. *Les hommes « tolèrent » mieux l'alcool que les femmes.*
12. *Fumer du cannabis peut accroître ou modifier les effets causés par d'autres substances telles que l'alcool ou les médicaments délivrés sur ordonnance.*
13. *Il n'est pas risqué de consommer des médicaments vendus sans ordonnance.*
14. *Il n'est pas risqué d'être passager dans une voiture dont le conducteur aurait fumé du cannabis.*
15. *Vous ne pouvez pas être reconnus coupables de conduite avec facultés affaiblies si votre taux d'alcoolémie est en deçà de la limite permise.*

# HISTOIRES DE FAMILLE

## *Histoire de famille n° 1*

Il y a environ six mois, le père de Kalan s'est fracturé la hanche lors d'un accident de la route. Son médecin lui a prescrit des analgésiques et il en prend toujours à ce jour. Bien qu'il soit retourné au travail six semaines après l'accident, il n'est pas allé travailler à plusieurs reprises au cours des dernières semaines et il n'y a pas été du tout cette semaine. Personne ne dit rien, mais Kalan se demande si son père a été congédié. Il consulte des médecins à des fréquences plutôt anormales, y compris un nouveau docteur de famille pratiquant dans une autre ville. Le père de Kalan ne semble pas être dans son assiette ces jours-ci et sa mère semble en colère.

## *Histoire de famille n° 2*

La mère de Stéphanie prend des tranquillisants depuis plus d'un an afin de traiter ses problèmes d'anxiété et d'insomnie. Récemment, Stéphanie a écouté un reportage à la télévision dans lequel on expliquait que les personnes qui consommaient ce genre de médicament plus de trois à quatre semaines pouvaient développer une dépendance. Stéphanie a remarqué que sa mère n'était plus la même dernièrement. À deux reprises, sa mère a oublié d'aller la chercher chez une amie – chose qui ne s'était jamais produite auparavant. La mère de Stéphanie préparait toujours les repas, mais ces derniers temps, Stéphanie doit préparer les repas pour sa petite sœur, alors que sa mère s'enferme dans sa chambre. Elle semble prendre beaucoup plus de médicaments et elle semble également plus triste qu'à l'habitude. Stéphanie s'inquiète de la situation.

## *Histoire de famille n° 3*

Le grand-père de Liam aime bien boire ce qu'il appelle son petit « verre quotidien ». Aussi loin qu'il se souvienne, les membres de la famille ont toujours fait des blagues au sujet de la consommation de son grand-père. Dernièrement, la situation semble toutefois s'être compliquée. Quelques fois, son grand-père s'évanouit dans le salon quand vient l'heure du souper. Et ce n'est que la pointe de l'iceberg. À d'autres occasions, il s'assoit à la table et semble vouloir entrer en conflit avec la première personne qui lui adresse la parole. Un soir, il a frappé le père de Liam au visage parce que ce dernier lui avait retiré les clés de sa voiture. Comme le père de Liam n'a pas voulu lui remettre ses clés, il a donc décidé de partir à pied en direction de sa résidence qui se trouve à plus de trois kilomètres. L'oncle de Liam a dû intervenir pour le raisonner et le reconduire à la maison.

## HISTOIRES DE FAMILLE...

### *Histoire de famille n° 4*

Dana a toujours eu beaucoup d'admiration pour son frère. Il était toujours joyeux, débordait d'énergie et aimait prendre part à toutes sortes d'activités; la maison regorgeait d'énergie lorsqu'il était dans les parages. Il a également toujours pris soin de Dana – il la conduisait là où elle devait se rendre ou il la ramenait à la maison. Mais depuis qu'il est en 11<sup>e</sup> année, les choses semblent avoir changé. Il est toujours aussi populaire auprès de ses amis et il passe beaucoup plus de temps avec eux désormais. Mais lorsqu'il est à la maison, il semble replié sur lui-même, ne communique plus avec les autres membres de la famille et passe beaucoup de temps seul dans sa chambre. Il entre tard à la maison chaque jeudi et vendredi soir. Il ne consacre plus de temps à Dana et elle l'entend parfois se disputer avec leur père.

### *Histoire de famille n° 5*

La mère de Kyle a toujours aimé prendre un « petit verre » lors de fêtes ou de soirées avec ses amis. Dernièrement, Kyle a remarqué qu'elle buvait de plus en plus et même quelques fois le matin. Il arrive que, lorsque Kyle revient de l'école, sa mère dégage une forte odeur d'alcool et, quelques fois, cette odeur est perceptible lorsqu'il ouvre à peine la porte d'entrée. Quelques fois, sa mère vient le saluer à son arrivée de l'école et lui tient un discours incompréhensible. Il arrive également qu'il revienne de l'école et trouve sa mère étendue sur le sofa, endormie, dégageant une forte odeur d'alcool. Kyle a honte. Il n'invite plus ses amis à la maison et invente des excuses pour que sa mère ne vienne pas aux événements de l'école.

## HISTOIRES DE FAMILLES – QUESTIONS

1. Quel est le problème selon vous?
2. En quoi le comportement de la personne étant aux prises avec un problème de consommation nuit-il à l'unité familiale?
3. Comment cela peut-il nuire à sa vie à l'extérieur du foyer?
4. Quelles options s'offrent à la famille si elle veut venir en aide à cette personne?
5. Qu'est-ce qui pourrait empêcher cette personne d'obtenir de l'aide?

# COMMENT PUIS-JE GÉRER LES DIVERS FACTEURS D'INFLUENCE?

Comment puis-je m'influencer  
moi-même?

Comment pourrais-je mieux gérer  
mes propres influences?

Comment les autres m'influencent-ils?

Comment pourrais-je améliorer  
la situation?

Comment le monde qui m'entoure  
m'influence-t-il?

Comment pourrais-je améliorer  
la situation?