



## Actions à mener en octobre

### Elles ont pour objectifs

- D'intéresser les fumeurs à l'arrêt du tabac
- De préparer leur arrêt
- De susciter la participation à Moi(s) sans tabac
- De s'inscrire à l'opération

### L'inscription est recommandée, mais non obligatoire. Elle permet :

- D'adresser des contenus aux participants pour accompagner leur arrêt
- De recueillir des données pour l'évaluation

Les participants aux journées ont présenté plusieurs types d'action :

### 1. Relayer les outils de communication de l'opération

**Public :** Tout public – non ciblé

**Acteurs :** Les structures engagées

**Comment :** Il s'agit notamment de relayer les outils de communication (affiche et flyer, exposition) de l'opération :

- Par le biais d'un affichage dans le hall, salles de pause, restaurant collectif, logement étudiant, supermarché
- Par l'envoi de mail ou d'un bandeau mail dans des courriels.

**Quand :** octobre.

**Le petit + :** Organiser un concours de dessin pour créer un set de table que vous disposerez dans tous les restaurants de la ville ou les restaurants d'entreprise (ajouter les infos utiles et ressources)

## 2. Favoriser une prise de conscience des fumeurs, faire parler du tabac

**Public :** Tout public – non ciblé

**Acteurs :** Les structures engagées, les fumeurs, les jeunes

**Comment :** Il s'agit notamment de **créer le débat, la surprise.**

Par exemple :

- Organiser un ciné débat avec le visionnage du film « révélations »
- Créer des scénettes avec le public : de mise en scène d'évènements en lien avec le tabac (la première clope qui écoeure, la course aux cigarettes un dimanche soir....) sur le ton de l'humour.
- Des enfants qui demandent des cigarettes à des adultes  
Voir la vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=FcJTkU26FeA>
- Un distributeur mangeur de cigarette qui apporte des cadeaux.  
Voir la vidéo : [http://www.gentside.com/cigarette/ce-distributeur-mange-des-cigarettes\\_art30105.html](http://www.gentside.com/cigarette/ce-distributeur-mange-des-cigarettes_art30105.html)
- Une flash mob
- Une émission de radio sur la radio locale.
- Un évènement Pause ta Clope
- Un fruit, un café, contre une cigarette.
- Créer une fresque avec un graffeur

**Quand :** octobre.

## 3. Informé le public sur l'opération

**Public :** Tout public – non ciblé

**Acteurs :** Ces stands peuvent être animés par un tabacologue, des personnels en éducation thérapeutique, des professionnels de la structure et soutenus par des fumeurs qui ont participé à l'opération en 2016 par exemple.

**Comment :** Il s'agit d'organiser des stands d'information animés par des personnes dans les lieux de passage des usagers.

Plusieurs types d'information peuvent être communiquées :

- Sur le sevrage grâce à l'intervention d'un tabacologue
- Sur l'opération, des réponses aux questions sur l'opération
- Sur les ressources proposées par la structure (ex : offre séduisante : sophro, hypnose)

**Quand :** octobre.

**Le petit + :** vous pouvez associer une activité physique ou encore l'utilisation d'un testeur CO.

Vous pouvez utiliser un petit quizz pour engager la discussion, ou la balance motivationnelle.

La machine à Café, le restaurant ou les lieux fumeurs sont des bons endroits pour mobiliser le public.

#### **4. Sensibiliser au sevrage tabagique un groupe de fumeurs**

**Public :** un groupe de fumeurs volontaires

**Acteurs :** un professionnel de la tabacologie ou un acteur de première ligne formé.

**Comment :** La sensibilisation peut s'appuyer sur :

- La présentation des risques du tabagisme
- La présentation des bénéfices de l'arrêt.

Elle peut être complétée par l'utilisation d'un testeur CO pour permettre aux fumeurs de prendre conscience de leur dépendance

Elle peut aller jusqu'à l'inscription en direct sur le site de tabac info service (atelier informatique)

**Quand :** octobre.

**Le petit + :** Proposer si vous avez les moyens, de tester les substituts sur une journée.

## **5. Sensibiliser un fumeur dans le cadre d'un entretien individuel**

**Public :** un fumeur

**Acteurs :** un professionnel de la tabacologie ou un acteur de première ligne formé.

**Comment :** Engager une discussion sur l'arrêt du tabac. La sensibilisation oriente à minima vers tabac info service et peut aller vers l'orientation vers un groupe ou un tabacologue.

vous pouvez proposer un test de Fagerström et l'utilisation du testeur monoxyde de carbone.

**Quand :** Dans **le cadre des entretiens ou bilan de santé** (par exemple médecine du travail ou scolaire),

## **Penser à :**

- Préparer à l'interne les actions, communiquer auprès de vos collègues
- Associer les personnes qui ont réussi à arrêter l'an dernier
- Associer le réseau médical social, scolaire de votre territoire
- Créer un partenariat avec les écoles d'infirmières, aides-soignantes.
- Relayer les actions dans la presse
- Commander des kits en amont
- Planifier vos actions au bon moment (juste avant les vacances scolaires pour les jeunes scolarisés)
- Vérifier que vos actions ne soient pas concurrencées par octobre rose (ou associez-vous à elles)