
Bilan du projet pilote *Apprentissage sans tabac* 2006-2010

Un projet qui marche !

Encourager les apprentis¹ à rester non-fumeurs et valoriser le fait de ne pas fumer, telles étaient les ambitions du projet pilote *Apprentissage sans tabac* développé par le CIPRET Fribourg. Pour son 4^{ème} anniversaire, le projet a passé son examen final avec brio !

En proposant une offre spécifique pour les apprentis qui fument davantage que les gymnasiens², cette action de prévention développée sous forme d'un concours répond à un réel besoin. Le passage au tabagisme se faisant généralement pendant l'adolescence, les jeunes qui ne fument pas à 18 ans ont 90% de probabilité de ne jamais fumer. L'enjeu de la prévention consiste donc à empêcher le début de la consommation de tabac ou le retarder le plus possible.

Ce rapport se base sur l'évaluation externe³ qui a accompagné le projet tout du long, étayée par des enquêtes représentatives réalisées annuellement auprès des apprentis fribourgeois et complétée par nos réflexions.

La première partie présente les résultats en résumé, développés dans la deuxième partie du rapport.

1. Les résultats en bref

- ✓ Les apprentis apprécient *Apprentissage sans tabac*, les inscriptions montent en flèche
- ✓ Le choix d'être non-fumeur est valorisé : ne pas fumer est un atout
- ✓ *Apprentissage sans tabac* : efficace également pour stimuler l'arrêt du tabac
- ✓ A long terme, l'impact se poursuit : 92% des participants sont restés non-fumeurs
- ✓ Facteur important de la réussite du projet : les collaborations avec les écoles professionnelles et les entreprises formatrices
- ✓ *Apprentissage sans tabac* continue et prend son envol à l'échelle nationale

¹ Pour des raisons de simplification et pour faciliter la lecture, seule la forme masculine sera utilisée pour les deux sexes.

² Université de Zürich. Monitoring Tabac Suisse. Keller, R., Radtke, T., Krebs, H. & Hornung, R. La consommation de tabac de la population Suisse, 2001-2009, rapport 2010: **35 % des apprentis fument, contre 19% des gymnasiens.**

³ Université de Fribourg. Evaluation du projet Apprentissage sans tabac-CIPRET Fribourg. Prof. Sophie Le Garrec. Rapports juin 2007, septembre 2008, septembre 2009, août 2010 et rapport de synthèse 2006/07 à 2010.

2. Les résultats en détail

Les jeunes apprécient Apprentissage sans tabac : les inscriptions montent en flèche

Au total, 2'118 apprentis ont pris part au concours, s'engageant à ne pas consommer de tabac sous toutes ses formes (cigarette, chicha, snus, snuff), durant six mois. Avec 63 participants la première année et 921 lors de la quatrième édition, l'évolution témoigne de l'adhésion des apprentis au projet.

Apprentissage sans tabac jouit d'une excellente notoriété. **84%** des apprentis interrogés **connaissent le projet** et **82%** d'entre eux **déclarent l'apprécier**. Ces résultats confirment :

- l'efficacité de la communication réalisée pour la promotion du projet (moyens, outils de communication et canaux de diffusion)
- l'adéquation du format du concours utilisé pour cette campagne de prévention

Le choix d'être non-fumeur est valorisé : ne pas fumer est un atout

Des actions telles qu'*Apprentissage sans tabac* contribuent à réviser la perception du tabac et des non-fumeurs. Selon le Monitoring tabac 2010, 75 % des jeunes entre 15 et 19 ans ne fument pas. Le fait d'être non-fumeur devrait donc être considéré comme « normal ». Cependant, cette normalité souffre d'une représentation erronée, 78 % des apprentis surestiment le nombre de fumeurs parmi les jeunes. Une appréciation correcte de la norme est primordiale, spécialement chez les jeunes qui réalisent leurs premières expériences tabagiques pour « faire comme les autres ».

S'adressant prioritairement aux non-fumeurs, le concours *Apprentissage sans tabac* se fixait l'objectif de valoriser les non-fumeurs et de les encourager à maintenir leur choix en récompensant leur engagement par des prix attractifs.

Les avis récoltés auprès des apprentis témoignent qu'*Apprentissage sans tabac* a su relever le défi:

- La grande majorité (86%) l'affirment « **ne pas fumer est un atout** ». **Ce qui revient à dire que les jeunes sont conscients qu'on est gagnant d'être non-fumeur.**
- Une **dégradation de l'image du tabac par les jeunes** a pu être observée au fil des années, **autant chez les fumeurs que les non-fumeurs.**
- Ils sont un peu plus de la moitié (52%) à reconnaître que « **le projet les a renforcés dans leur choix de rester non-fumeur** ».
- *Apprentissage sans tabac* a aussi fait ses preuves pour **valoriser les non-fumeurs**, c'est ce que s'accordent à dire la quasi-totalité des apprentis (98%)

Apprentissage sans tabac : efficace également pour stimuler l'arrêt du tabac

Sur l'ensemble des quatre ans, **240 jeunes ont saisi l'opportunité du concours pour arrêter de fumer**. Plus de la moitié fumaient tous les jours et avaient donc déjà une certaine dépendance au tabac. A l'issue des 6 mois du concours, **une centaine d'entre eux ont confirmé avoir tenu bon**.

Même si le projet ne s'adressait pas prioritairement aux fumeurs, il est intéressant de constater qu'*Apprentissage sans tabac* prouve son efficacité pour stimuler l'arrêt du tabagisme auprès des apprentis.

Manifestement, l'idée d'essayer d'arrêter de fumer grâce à l'attrait d'un gain - un pari en quelque sorte - séduit les apprentis et stimule une tentative d'arrêt. L'intérêt de faire un premier essai mérite d'être relevé, car pour la majorité des fumeurs, plusieurs tentatives sont nécessaires pour se libérer définitivement de la cigarette.

Tous les participants qui s'étaient déclarés fumeurs avant l'inscription ont bénéficié d'une attention particulière sous forme d'une lettre de motivation, accompagnée de brochures spécifiques et d'une offre de conseils gratuits pour soutenir leur démarche.

A long terme, l'impact se poursuit : 92 % des participants sont restés non-fumeurs

Une évaluation représentative sur la pérennisation des apprentis à rester non-fumeurs a été réalisée auprès de 237 participants des années 2007, 2008 et 2009. Cette étude a révélé que **92 % sont toujours non-fumeurs. Parmi les répondants qui fumaient avant le concours, 62 % ont confirmé être restés non-fumeurs.**

Facteur important de réussite du projet : les collaborations avec les écoles professionnelles et les entreprises formatrices

Dès l'origine du projet, les acteurs de la formation professionnelle ont témoigné leur soutien. **Les partenariats développés avec le Service de la formation professionnelle et les écoles professionnelles ont facilité l'implantation du projet et la réalisation de nos actions préventives à l'intention des apprentis.** Relevons particulièrement les facilités de diffusion d'informations vers les apprentis (flyers du concours, questionnaires pour l'évaluation), l'accès permanent aux écoles, le relais d'informations par les enseignants et bien sûr le soutien sans relâche accordé au projet et au CIPRET. **Le succès remporté par *Apprentissage sans tabac* est le fruit de ce partenariat.**

La participation des entreprises formatrices s'est sans cesse intensifiée. Au fil des années, **le contact a été établi avec 764 entreprises.** Celles-ci ont reçu régulièrement des informations sur le projet et ont été sensibilisées à leur rôle de modèle pour les apprentis qu'elles forment. En relayant *Apprentissage sans tabac*, elles ont disposé d'un outil « clé en main » leur permettant de s'investir pour la santé de leurs apprentis.

Autres impacts indirects:

- Les entreprises formatrices ont été sensibilisées aux avantages d'un environnement « sans fumée ». 78% avaient déjà banni la fumée du lieu de travail avant l'entrée en vigueur de la Loi fédérale sur la protection contre la fumée passive, le 1^{er} mai 2010.
- Divers multiplicateurs (maîtres d'apprentissages, responsables des ressources humaines, enseignants des écoles professionnelles, formateurs, etc.) ont reçu des informations sur le tabac et les conséquences de sa consommation.
- Des ateliers de sensibilisation ont été organisés dans certaines entreprises, pour les apprentis.
- Les actions de promotion dans les écoles professionnelles (durant les périodes de pauses) ont permis d'offrir aux fumeurs des entretiens d'aide à l'arrêt à seuil bas.

Apprentissage sans tabac continue et prend son envol à l'échelle nationale

Après le succès remporté par le projet pilote fribourgeois, **APPRENTISSAGE SANS TABAC** s'agrandit et s'étendra désormais à l'ensemble de la Suisse avec un projet organisé par la Ligue pulmonaire, inspiré du concept et de l'expérience réalisée à Fribourg.

Dès l'automne 2011, en tant que direction cantonale du projet, le CIPRET Fribourg s'occupera de la promotion régionale de ce concours qui sera proposé simultanément dans 14 cantons avec un objectif de 10'000 participants la première année.

Les nouveautés :

- nouvelle identité visuelle
- moyens de communication renforcés
- prix plus attractifs
- engagement des jeunes prolongé sur la période d'une année scolaire
- récompense à chaque participant qui tient son engagement
- conseils stop-tabac gratuits pour encourager l'arrêt du tabac
- vérification de l'abstinence au tabac par des tests de monoxyde de carbone (échantillonnage de participants)



Bien entendu, la finalité reste identique : soutenir les apprentis pour qu'ils restent ou deviennent non-fumeurs.

Grâce au projet national et aux collaborations établies avec les acteurs cantonaux de la formation professionnelle, nous nous réjouissons de poursuivre le soutien des apprentis dans le passage à la vie active, moment décisif dans leur choix concernant la consommation de tabac.