

**CAMPAGNE AUTOUR DE LA JOURNÉE MONDIALE SANS TABAC DU 31 MAI 2007
DANS LE CANTON DE NEUCHÂTEL**

« Mon lieu de travail? sans fumée, bien sûr... » est le thème de la campagne 2007, développée par VIVRE SANS FUMER, le Centre neuchâtelois d'information pour la prévention du tabagisme.

Promotion du concours national pour arrêter de fumer et stands d'information également au programme dans différents lieux du canton.

CAMPAGNE 2007

C'est pour sensibiliser et encourager tous les lieux de travail, y compris les lieux de restauration bien évidemment, à devenir 100% sans fumée, que VIVRE SANS FUMER a conçu et diffuse la campagne cantonale: « **Mon lieu de travail ? sans fumée, bien sûr...** ».

Une campagne médiatique (affichage et arrière de bus) vient de débiter (supports visuels à disposition sur demande).

Les risques pour la santé dus au tabagisme passif sont établis et identifiés. Aujourd'hui, compte tenu des connaissances, exposer sciemment des personnes à la fumée passive et ses toxiques est grave. L'inhalation de la fumée passive peut provoquer, chez l'enfant comme chez l'adulte, des maladies respiratoires, des cancers, des affections cardiovasculaires qui peuvent entraîner la mort.

Dans notre canton, plus de 20 décès par année sont causés par l'exposition au tabagisme passif.

Il n'y a aucun niveau d'exposition à la fumée passive qui soit sans effet sur la santé, nous rappelle l'OMS.



Malgré le très large soutien de la population suisse à une interdiction générale de fumer sur les lieux de travail (80% des 14-65 ans, OFSP 2006) et l'augmentation nette du nombre d'entreprises et de lieux de travail qui choisissent de protéger efficacement leurs employés d'une exposition à la fumée passive, la santé de trop nombreuses personnes est encore mise en danger.

En partenariat avec nos collègues des CIPRET (Centre d'Information pour la Prévention du Tabagisme) du Valais et de Fribourg, nous avons proposé de tester l'exposition de la population à la fumée passive à l'aide de badges. La quantité de nicotine prélevée sur un filtre et analysée par l'Institut universitaire romand de Santé au Travail (IST) permet d'établir un équivalent cigarettes, en terme de nicotine. Quelques résultats sont déjà disponibles sur <http://www.vivre-sans-fumer.ch/31mai>.

JOURNÉE MONDIALE SANS TABAC, COTE PRATIQUE :

Mercredi 30 mai 07.

Neuchâtel – Lors de la dernière étape du BCN Tour du Canton, à Neuchâtel, VIVRE SANS FUMER tiendra un stand, en partenariat avec la *Ligue neuchâteloise contre le cancer* et *Fourchette verte*, à l'arrivée du Tour, au stade de la Maladière, de 15h à 19h. Nous y organisons un concours de dégustation de jus de fruits : une découverte de goûts inédits mais aussi un clin d'œil aux ex-fumeurs qui retrouvent en effet rapidement le goût et l'odorat lors de l'arrêt du tabagisme.

Possibilité également de mesurer la quantité de monoxyde de carbone dans l'air expiré (mesure du tabagisme actif ou de son exposition au tabagisme passif) et de recevoir brochures et conseils pour arrêter de fumer.

Nous recommandons vivement de coupler l'arrêt du tabagisme avec la reprise d'une activité physique ou sportive. Le nouvel ex-fumeur peut ainsi plus facilement contrôler les manifestations de manque et le besoin de cigarettes. L'activité physique lui permet de trouver un certain équilibre, entre autre pondéral. Une nouvelle étude montre que l'effet positif de brefs exercices physiques est plus rapide que prévu. (voir <http://www.at-suisse.ch/> pour des exemples d'exercices)

Jeudi 31 mai

Hôpital neuchâtelois – Des stands d'information sur le tabagisme actif et passif seront animés par des infirmières de médecine du travail avec, là aussi, mesure de monoxyde de carbone et conseils pour arrêter de fumer.

Site de La Chaux-de-Fonds: de 9h à 14h 30 devant la cafétéria de cet « Hôpital sans fumée ».

Site de Pourtalès: de 9h à 14h 30 devant la cafétéria.

Site de La Béroche: de 9h à 10h et de 12h à 16h à la cafétéria.

Des **entreprises du canton**, 100% sans fumée ou en passe de l'être, vont marquer cette journée spéciale par des stands, comme Johnson & Johnson, Sowind Group (Girard-Perregaux, ...).

Arrêtez de fumer et gagnez 5'000 francs, et même plus !

Pour réaliser son souhait d'une vie sans tabac, il est possible de s'inscrire jusqu'au 3 juin 2007 au concours national. Tous les fumeurs et fumeuses qui arrêtent de fumer du 4 juin au 3 juillet 2007 peuvent y participer. Les prix tirés au sort sont de 1 fois 5000 francs et 10 fois 500 francs. VIVRE SANS FUMER effectue un **tirage au sort supplémentaire** parmi les participants neuchâtelois au concours, avec un prix de 300 francs à la clé.

L'arrêt du tabagisme doit être confirmé par un **témoin** qui participe également à un tirage au sort (10 prix de 100 francs).

Des bulletins de participation sont disponibles auprès de VIVRE SANS FUMER ainsi qu'auprès de **cabinets médicaux, de cabinets dentaires et de pharmacies du canton**. Le Centre a contacté de nombreux lieux et écoles de santé, lycées, écoles professionnelles et hautes écoles, ainsi que des entreprises partenaires afin de diffuser et promouvoir l'aide à l'arrêt du tabagisme et le concours national. Il est aussi possible de s'inscrire en ligne sous <http://www.at-suisse.ch/>

Besoin de soutien pour arrêter de fumer?

Diverses aides existent, répertoriées sur notre site : <http://www.vivre-sans-fumer.ch/arreteronline> . Nous sommes aussi à disposition pour des conseils par téléphone et proposons des consultations individuelles pour adultes et jeunes (gratuites pour ces derniers).

Pour des informations plus développées :

sur la *Journée mondiale* : <http://www.vivre-sans-fumer.ch/31mai>

sur le tabagisme passif : <http://www.vivre-sans-fumer.ch/tabagismepassif>

sur le concours pour arrêter de fumer: <http://www.at-suisse.ch/>

Neuchâtel, 24 mai 2007