



CONCOURS POUR ARRÊTER DE FUMER

114 Neuchâtelois ont participé au concours national 2008 pour arrêter de fumer. C'est « l'occasion d'arrêter complètement et pour de bon ! » déclare notre gagnant cantonal. Résultats du tirage au sort cantonal et national.

M. Andreas Blöchlinger de Fleurier a décroché le prix cantonal de CHF 300.- offert par VIVRE SANS FUMER, le Centre neuchâtelois d'information pour la prévention du tabagisme. Le prix national d'un montant de CHF 5'000.- a été attribué à Mme Karin Niedermann de Flawil. Du 4 juin au 3 juillet 2008, les participant-e-s ont renoncé à la cigarette. En plus du prix principal, dix prix de CHF 500.- ont été distribués par tirage au sort.

Le concours pour arrêter de fumer apporte une motivation supplémentaire aux fumeuses et fumeurs pour franchir le pas. Pour notre lauréat cantonal, « rien que de faire la démarche de s'inscrire, ça a fait un petit déclic, c'était l'occasion de prendre la ferme décision d'arrêter ». Il nous confie : « M'investir dans des activités sportives et côtoyer des personnes qui ne fument pas m'ont aidé durant les premières semaines ! ». Autres avantages d'avoir arrêté ? « De meilleures finances, des habits qui ne sentent pas la fumée, un réveil plus agréable et surtout de moins déranger les gens au restaurant ! ».

Comme le montre l'enquête sur la consommation de tabac en Suisse, 54 pour cent des fumeuses et des fumeurs veulent arrêter: 10 pour cent dans le mois qui vient, 20 pour cent dans les six mois à venir et 24 pour cent ultérieurement. Il en découle une forte demande de soutien à l'arrêt du tabagisme.

Besoin de soutien pour arrêter de fumer ?

Les personnes intéressées peuvent trouver un soutien professionnel auprès de notre Centre : nous proposons des entretiens individuels qui permettent d'analyser de manière détaillée les habitudes tabagiques en vue de prévenir toute rechute après l'arrêt du tabagisme. Nous sommes aussi à disposition pour des conseils par téléphone.

Diverses aides existent, répertoriées sur notre site www.vivre-sans-fumer.ch/fr/arreteronline

Le concours national pour arrêter de fumer est un projet du programme national d'arrêt du tabagisme. Il est organisé par la Ligue suisse contre le cancer, la Fondation suisse de cardiologie et l'Association suisse pour la prévention du tabagisme. Il reçoit le soutien financier du fonds de prévention du tabagisme. La Fédération des médecins suisses (FMH), pharmaSuisse, la Société suisse d'odonto-stomatologie (SSO), l'Association suisse des infirmières et infirmiers (ASI) et Swiss Dental Hygienists sont également partenaires de ce projet. Comme les années précédentes, le concours est aussi soutenu par Nicorette. Les centres cantonaux de prévention du tabagisme sont chargés de mettre cette action en œuvre dans les cantons.

Sous www.vivre-sans-fumer.ch vous trouverez la liste des gagnants du concours national, sous www.at-suisse.ch des informations sur le concours national.

Neuchâtel, le 7 juillet 2008