



## CONCOURS POUR ARRÊTER DE FUMER : UN SUCCÈS.

**183 Neuchâtelois ont participé au concours national « Arrêtez de fumer et gagnez 5'000 francs ! ». Et ils ont tous gagné : une meilleure santé et des économies ! Résultats du tirage au sort cantonal et national.**

Il s'agissait de renoncer à la cigarette entre le 6 juin et le 5 juillet 2005 (au minimum !). L'ex-fumeur participait dès lors à un tirage au sort national, 1 fois 5000 francs et 10 fois 500 francs, M. Richard Junod du Locle a ainsi gagné 500 francs. (Nombre de participants suisses : 5600)

VIVRE SANS FUMER, le Centre neuchâtelois d'information pour la prévention du tabagisme, effectuait, comme chaque année, un tirage au sort supplémentaire parmi les participants neuchâtelois au concours et c'est M. Yvan Wolf de Neuchâtel, qui remporte le prix de 300 francs.

La participation au concours pour arrêter de fumer de la campagne nationale *Fumer ça fait du mal – Let it be* apporte une motivation supplémentaire dans le sens d'un petit « coup de pouce » aux personnes désireuses d'arrêter. Pendant la phase d'arrêt, ce contrat auquel elles se sont engagées les encourage à « tenir ». Comme le montrent les dernières enquêtes représentatives, les trois-quarts des participants réussissent à rester au moins 4 semaines sans fumer.

Participer au concours constitue également une chance d'arrêter définitivement de fumer. En effet, plus de 40 pour cent des participants n'ont pas repris leur tabagisme douze mois après le concours.

Et pour ceux qui ont rechuté, cette expérience constituera une aide très profitable lors de leurs prochaines tentatives d'arrêt.

Deux fumeurs sur trois manifestent leur volonté d'arrêter de fumer et plus d'un sur dix a l'intention d'arrêter de fumer dans les 30 jours. Deux raisons principales motivent l'abandon en général: ne plus être dépendant et prévenir certaines maladies.

Dans le cas de notre gagnant cantonal c'est la perspective de devenir père prochainement et de pouvoir soutenir la démarche d'arrêt de son épouse qui l'ont motivé à arrêter. Nos félicitations et tous nos vœux à ces deux ex-fumeurs et futurs parents!

Les personnes intéressées peuvent trouver du soutien auprès de notre Centre ou des conseils sur notre site [www.vivre-sans-fumer.ch](http://www.vivre-sans-fumer.ch) dans la rubrique *Cesser* (comment recevoir des sms de soutien, divers programmes de désaccoutumance à télécharger, notamment l'excellent [www.stop-tabac.ch](http://www.stop-tabac.ch)).

Le concours « Arrêtez de fumer et gagnez 5000 francs ! » est une action de la campagne nationale « Fumer ça fait du mal- Let it be ».

Dans le canton, nous pouvons compter sur de nombreux partenaires qui relaient le concours: des pharmacies, des médecins, des lieux de formation et de santé.

Sous [www.vivre-sans-fumer.ch/latest\\_news.html](http://www.vivre-sans-fumer.ch/latest_news.html) vous trouverez une interview et la photo du gagnant du prix cantonal (image à plus haute résolution sur demande).

Sous [www.letitbe.ch](http://www.letitbe.ch) les gagnants suisses.

Neuchâtel, le 8 juillet 2005