



TOUS ENSEMBLE VERS DES MOUVEMENTS DE JEUNESSE SANS TABAC

- FEUILLE DE ROUTE -

SOMMAIRE

POURQUOI UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC ?	04
QU'EST-CE QU'UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC ?	04
CONTRIBUEZ À L'ÉMERGENCE D'UNE GÉNÉRATION SANS TABAC	04
CRÉEZ UN ENVIRONNEMENT SANS TABAC EN SEPT ÉTAPES	04
ÉTAPE 1 · SUSCITEZ L'ADHÉSION	07
ÉTAPE 2 · ANALYSEZ LA SITUATION INITIALE	09
ÉTAPE 3 · DÉFINISSEZ DES PRIORITÉS ET DES OBJECTIFS	12
ÉTAPE 4 · ÉLABOREZ DES ACTIONS	13
ÉTAPE 5 · DÉPLOYEZ LES ACTIONS PRÉVUES	16
ÉTAPE 6 · ÉVALUEZ ET CORRIGEZ LE CAP	17
ÉTAPE 7 · ANCREZ VOTRE DÉMARCHE DANS UNE POLITIQUE ÉLARGIE	18
UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC : MODE D'EMPLOI	20
ANNEXE 1 TOUS ENSEMBLE VERS UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC	22

Cette feuille de route a été élaborée sur base de plusieurs projets pilotes. Vous avez envie de découvrir les expériences pratiques d'autres mouvements de jeunesse ?

Abonnez-vous à notre lettre d'information sur www.generationssanstabac.be.

POURQUOI UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC ?

La loi interdit de fumer à l'intérieur des locaux, dans les tentes et autres lieux fermés. Il est en revanche permis de fumer à l'extérieur, alors que de nombreux enfants et jeunes sont présents et passent une grande partie de leur temps avec leur unité. Les enfants imitent le comportement de leurs aînés, à plus forte raison s'il s'agit de personnes qu'ils admirent (responsables, moniteurs, parents...).

Voir un adulte qui fume donne aux enfants l'impression qu'il s'agit d'un comportement normal, voire agréable. Ils y verront sans doute un acte ordinaire au lieu d'y voir une dépendance potentiellement mortelle. En instaurant une politique sans tabac pour votre mouvement de jeunesse, y compris à l'extérieur, vous donnerez un bon exemple aux enfants, qui seront également moins tentés de commencer à fumer par la suite. Vous trouverez toutes les bonnes raisons d'opter pour un mouvement de jeunesse sans tabac dans notre fiche d'argumentation sur generationssanstabac.be.

QU'EST-CE QU'UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC ?

Un mouvement de jeunesse sans tabac est un environnement où il est interdit de fumer dans le périmètre où évoluent les jeunes et les enfants. Concrètement :

- ▶ il est interdit de fumer dans tout le périmètre du site (sauf, éventuellement, dans la zone fumeurs aménagée hors de la vue des enfants) ;
- ▶ tous sont tenus de respecter les règles (moniteurs, membres, parents, visiteurs...) ;
- ▶ des panneaux ou d'autres éléments de signalisation indiquent qu'il s'agit d'un site sans tabac. Vous pouvez commander ce matériel sur www.generationssanstabac.be/webshop. Les règles relatives à la politique sans tabac sont reprises au règlement du mouvement de jeunesse ;
- ▶ ces règles s'appliquent également à la cigarette électronique afin de faciliter le respect des mesures et d'éviter toute ambiguïté.

Une politique sans tabac est largement recommandée pour les mouvements de jeunesse. Mais si un mouvement de jeunesse 100 % sans tabac s'avère difficilement réalisable dans l'état actuel des choses, rien ne vous empêche de faire déjà un pas dans cette direction !

CONTRIBUEZ À L'ÉMERGENCE D'UNE GÉNÉRATION SANS TABAC

En instaurant une politique sans tabac pour votre mouvement de jeunesse ou en faisant un premier pas en ce sens, vous contribuez à l'émergence d'une génération sans tabac. Le mouvement Générations sans Tabac œuvre à une société où les enfants peuvent grandir sans être exposés à la fumée du tabac et à la tentation de fumer.

Chaque semaine, des centaines d'enfants et de jeunes deviennent dépendants du tabac. Chaque enfant qui commence à fumer est un enfant de trop sur la voie du tabagisme. Si nous unissons nos efforts en nous efforçant de donner le bon exemple et en transformant les lieux qui accueillent des enfants en environnements sans tabac, nous pouvons éviter qu'ils ne cèdent à la tentation. Tout le monde a un rôle à jouer.

N'hésitez pas à utiliser le logo de Générations sans Tabac pour indiquer que vous contribuez à l'émergence d'une génération d'enfants et de jeunes qui grandiront dans un environnement sans tabac.

Vous voulez bannir le tabac de votre mouvement de jeunesse (en aménageant éventuellement quelques zones fumeurs hors de la vue des enfants et des jeunes) ? Vous pouvez alors utiliser le matériel de Générations sans Tabac!

Rendez-vous sur www.generationssanstabac.be pour en savoir plus.



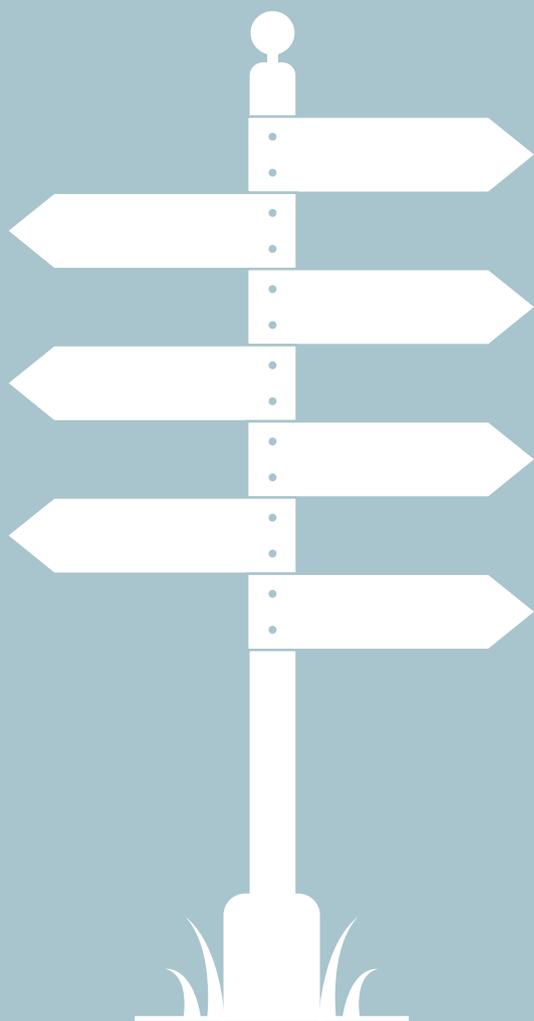
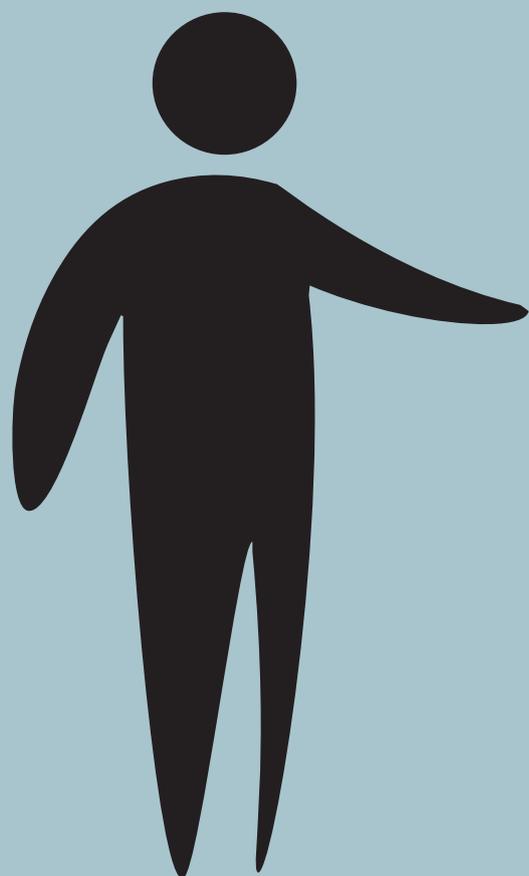
CRÉEZ UN ENVIRONNEMENT SANS TABAC EN SEPT ÉTAPES

Créez votre mouvement de jeunesse sans tabac en sept étapes. Vous trouverez dans l'annexe 1 une check-list où cocher les mesures au fur et à mesure de leur mise en œuvre pour chacune des étapes suivantes :



©Vlaams Instituut Gezond Leven 2018





COMMENT TRANSFORMER UN MOUVEMENT DE JEUNESSE EN ENVIRONNEMENT SANS TABAC ?

SUIVEZ CES 7 ÉTAPES !

ÉTAPE 1

SUSCITEZ L'ADHÉSION

Vous voulez contribuer à un monde où les enfants grandissent dans un environnement sans tabac et ne sont pas tentés de commencer à fumer. Vous avez décidé de bannir le tabac dans votre mouvement de jeunesse. C'est là un formidable objectif !

Avant de vous lancer, il vous faudra toutefois susciter l'adhésion du plus grand nombre. Vous obtiendrez ainsi de bien meilleurs résultats. Si le projet suscite une large adhésion :

- ▶ chacun se sent entendu et impliqué ;
- ▶ tous se sentent motivés par la création d'un mouvement de jeunesse sans tabac ;
- ▶ le projet reçoit l'attention requise et « vit » réellement.

Comment susciter l'adhésion du plus grand nombre ?

Discutez du projet avec les personnes concernées et expliquez-leur pourquoi vous voulez instaurer le principe d'un mouvement de jeunesse sans tabac. Une bonne communication vous assurera un soutien à grande échelle et facilitera le respect des règles et la mise en œuvre du projet. Précisez que votre association entend ainsi montrer le bon exemple aux enfants et permettre à chacun de jouer et de s'amuser dans un environnement sain.

Si vous prenez la peine d'expliquer correctement votre projet et si vous êtes personnellement convaincu(e) du bien-fondé d'un mouvement de jeunesse sans tabac, vos interlocuteurs comprendront l'importance de la démarche et voudront s'investir à leur tour. N'hésitez pas à vous inspirer de [notre fiche d'argumentation](#). Vous y trouverez tous les arguments ainsi que les réponses aux questions les plus fréquentes pour susciter l'enthousiasme de vos interlocuteurs.

Où trouver le soutien nécessaire ? Pensez entre autres aux intervenants suivants :

Comité et responsables du mouvement de jeunesse

Ces personnes jouent un rôle essentiel, car ce sont elles qui décideront de franchir le pas et de valider le projet. Elles jouent également un rôle clé pour garantir le respect des règles fixées. Il importe donc qu'elles donnent le bon exemple.

Comment les convaincre ?

- ▶ Envoyez **un courrier, un e-mail ou un message** au comité ou aux responsables du mouvement.
- ▶ **Discutez** du projet avec les responsables, après une activité.
- ▶ **Présentez** votre projet lors d'une réunion du comité ou des responsables en développant vos arguments.
- ▶ Citez l'**exemple d'un autre mouvement de jeunesse** ayant déjà adopté une politique sans tabac. Vous trouverez différentes références d'associations sur le site de Générations sans Tabac.

Besoin d'aide ? N'hésitez pas à vous inspirer du [matériel de communication](#) à télécharger sur le site de Générations sans Tabac (vous devez pour cela disposer d'un compte - voir annexe 2).

Membres

Les jeunes doivent bien sûr vous suivre dans votre démarche. Surtout les aînés, qui ont un rôle important à jouer pour faire respecter les règles. Comment les convaincre ?

- ▶ **Envoyez-leur un e-mail ou un message** leur expliquant ce que vous attendez d'eux.
- ▶ **Entretenez-vous personnellement** avec chacun pour leur exposer les arguments justifiant l'instauration d'une politique sans tabac.

Parents, personnes extérieures...

Le soutien des parents, grands-parents et personnes extérieures vous sera également très utile. Tous devront en effet se plier aux nouvelles règles. À vous de les convaincre de s'impliquer dans le projet !

Comment les convaincre ?

- ▶ **Envoyez-leur un courrier, un e-mail ou un message** expliquant les règles, les motivations du projet et ce que l'association attend d'eux.
- ▶ **Discutez-en** avec eux au moment où ils viennent rechercher leurs enfants.

Besoin d'aide ? N'hésitez pas à vous inspirer du [matériel de communication](#) à télécharger sur le site de Générations sans Tabac (vous devez pour cela disposer d'un compte - voir annexe 2).

Conseils pour susciter l'adhésion en faveur d'un mouvement de jeunesse sans tabac

- ▶ La communication est la clé de la réussite. Communiquez régulièrement sur l'état d'avancement de votre projet. Abordez le sujet d'une manière positive. Utilisez les termes « sans tabac » et non « interdiction de fumer ». Revenez régulièrement sur les raisons pour lesquelles vous souhaitez créer un environnement sans tabac et faites référence à Générations sans Tabac : nous voulons donner le bon exemple aux enfants, parce que les enfants imitent les comportements qu'ils observent, y compris le tabagisme. Nous voulons aussi que chacun puisse s'amuser et apprendre dans un environnement sain. N'hésitez pas à vous inspirer de [notre fiche d'argumentation](#).
- ▶ Écoutez les réactions et les commentaires des personnes sceptiques et tirez-en profit pour améliorer votre stratégie.
- ▶ Mobiliser les gens est un travail de longue haleine. Vous devrez sans

doute faire face à des réticences, mais n'abandonnez pas pour autant. Prenez votre temps. Une étude révèle qu'il s'écoule en moyenne cinq mois entre la prise de décision et la mise en œuvre effective du projet.

- ▶ Inscrivez votre démarche dans une politique existante, un projet ou une thématique que vous soutenez déjà. Vous pouvez par exemple souligner l'importance d'un environnement ludique sain ou du rôle éducatif de votre mouvement de jeunesse, ou encore le lien entre tabagisme et déchets.

Vous êtes prêt(e) à faire le premier pas vers un mouvement de jeunesse sans tabac

Entourez-vous de personnes enthousiastes. Pour former un groupe équilibré, veillez à ce qu'il intègre à la fois des responsables, des parents, des moniteurs... Vous pouvez aussi inscrire ce point à l'ordre du jour d'un groupe existant.

ÉTAPE 2

ANALYSEZ LA SITUATION INITIALE

Cette étape consiste à déterminer vos besoins en vue de l'instauration d'un mouvement de jeunesse sans tabac. Avez-vous déjà pris des mesures en matière de tabagisme ? Quels enseignements en avez-vous tirés ? Cette analyse vous permettra de déployer des mesures ciblées et d'obtenir les résultats souhaités.

Recueillez des avis

La perspective d'un mouvement de jeunesse sans tabac ne fera pas l'unanimité. D'où l'utilité de solliciter l'avis des différents intéressés. Que pensent-ils d'un mouvement de jeunesse sans tabac ?

Vous pouvez recueillir ces opinions de plusieurs manières. Voici quelques pistes :

- ▶ discutez du projet avec les parents, les jeunes, les moniteurs... entre deux activités ou au moment où les parents viennent rechercher leurs enfants ;
- ▶ profitez d'une réunion de l'association pour solliciter l'avis des responsables, des membres, des parents... ;
- ▶ votre association est présente sur les réseaux sociaux ? Postez un questionnaire en ligne pour recueillir les différentes réactions.

Inspirez-vous éventuellement du modèle ci-après :

SITUATION ACTUELLE

Qui sont les personnes qui fument ? Où et quand ?
 Pour vous aider, repérez les endroits où les mégots sont particulièrement nombreux.

Quelles sont les réactions à l'égard d'un environnement sans tabac ?

Quelles sont les principales questions concernant le projet de mouvement de jeunesse sans tabac ?

AUTEURS DES QUESTIONS (RESPONSABLE, PARENT...)	QUESTIONS
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Quelles sont les objections les plus fréquentes ?

AUTEURS DES OBJECTIONS (RESPONSABLE, PARENT...)	OBJECTIONS
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Quelles sont les réactions positives les plus fréquentes ?

AUTEURS DES RÉACTIONS POSITIVES (RESPONSABLE, PARENT...)	RÉACTIONS POSITIVES
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Quelles sont les mesures déjà en place ?

Peut-être avez-vous déjà pris des mesures de lutte contre le tabagisme pour préserver la santé des enfants et des jeunes. Listez-les : vous verrez ainsi plus précisément où vous en êtes et quelles autres mesures vous pouvez lancer. Inscrivez ces mesures dans le modèle ci-après, en vous aidant éventuellement des questions suivantes :

- ▶ y a-t-il des règles à respecter en matière de tabagisme sur le site ou pendant les activités ?
- ▶ y a-t-il des affiches ou des posters qui dissuadent de fumer ? Y a-t-il une signalisation qui interdit de fumer dans les zones non-fumeurs ?
- ▶ les cendriers sur le site ont-ils été enlevés ou y a-t-il une zone fumeurs séparée et bien indiquée ?
- ▶ les membres, les parents et les responsables sont-ils encouragés à donner le bon exemple en matière de tabagisme ?

OÙ EN SOMMES-NOUS AUJOURD'HUI ?

Quelles sont les règles actuelles en matière de tabagisme ?

Décrivez ou notez ici les règles ou la politique actuellement applicable(s) en matière de tabagisme :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quelles mesures avons-nous déjà prises ?

Décrivez brièvement les enseignements que vous avez tirés des mesures prises par le passé et tenez-en compte lorsque vous adopterez de nouvelles mesures.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ÉTAPE 3

DÉFINISSEZ DES PRIORITÉS ET DES OBJECTIFS

Il est peu raisonnable de vouloir imposer un environnement sans tabac du jour au lendemain. Comment vous y prendre ?

Quels résultats visez-vous ? Formulez des objectifs.

Si vous êtes prêt(e) à franchir le pas et à imposer directement un environnement 100 % sans tabac (en aménageant éventuellement des zones fumeurs hors de la vue des enfants), vous pouvez utiliser le modèle de texte ci-après pour présenter votre objectif. Vous pourrez aussi l'intégrer au règlement de votre mouvement de jeunesse.

Vous avez constaté au cours de la deuxième étape qu'il est impossible, dans l'immédiat, de bannir totalement le tabac dans votre mouvement de jeunesse ? Faites déjà un pas dans cette direction. Cette première mesure deviendra votre premier objectif. Par exemple :

- ▶ un premier week-end sans tabac ;
- ▶ personne ne fume quand on porte l'uniforme de l'unité ;
- ▶ pour les responsables : personne ne fume en présence/à proximité des enfants ;
- ▶ ...

Précisez qu'il s'agit là d'une première étape vers votre objectif final : un mouvement de jeunesse 100 % sans tabac. Veillez à pouvoir mesurer votre objectif (respect des règles par tous ceux qui sont en uniforme, par exemple) et fixez-vous une échéance (par exemple à partir du 1^{er} septembre).

Objectif

À partir du [date], le site de [nom du mouvement de jeunesse] deviendra un environnement sans tabac. Étant donné que les enfants imitent les comportements de leurs aînés, y compris en matière de tabagisme, nous demandons de ne pas fumer sur le site à l'exception des zones fumeurs (cette mesure concerne également les cigarettes électroniques). Cette règle s'applique 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, et vaut pour toute personne qui fréquente le site. Nous voulons ainsi éviter que les enfants soient exposés à la fumée nocive du tabac et veiller à ce qu'ils soient moins tentés de fumer.

ÉTAPE 4

ÉLABOREZ DES ACTIONS

Votre mouvement de jeunesse sans tabac devient peu à peu réalité. Quelles mesures prendrez-vous pour atteindre l'objectif défini à l'étape 3 ? Optez de préférence pour une combinaison de mesures afin de maximiser les chances d'atteindre votre objectif. Ces mesures sont les suivantes :

1

Définissez de nouvelles règles pour votre mouvement de jeunesse sans tabac

- ▶ Établissez de nouvelles règles. Elles doivent être claires, de préférence sans exception. Il est en effet plus facile de communiquer et de faire respecter des règles explicites. Si cela peut vous aider, utilisez l'objectif défini à l'étape 3 ;
- ▶ Si vous le souhaitez, peaufinez ces règles en les soumettant aux parents ; profitez par exemple d'une pause entre deux activités ou de la journée des visites au camp.

2

Définissez la procédure à suivre si quelqu'un fume sur votre site

Que faire si un membre, un responsable ou un parent ne respecte pas les nouvelles règles ? Réfléchissez à la manière dont vous allez réagir avant que la situation ne se présente.

- ▶ Déterminez qui s'adressera aux fumeurs. Expliquez aux responsables le rôle qu'ils doivent assumer dans la communication avec le public et comment ils peuvent faire passer le message. Inscrivez ce point à l'ordre du jour d'une réunion ou procédez par e-mail. Soyez particulièrement attentif(ve) à ce point pendant les premières semaines suivant l'introduction des nouvelles règles. Prenez le temps de faire passer correctement l'information. En vous montrant scrupuleux(se) dès le départ, les règles seront mieux respectées.

Important : restez cordial(e) quand vous vous adressez aux personnes qui fument sur le site. Réagissez immédiatement si vous voyez quelqu'un fumer. Allez trouver la personne concernée en faisant preuve de discrétion. Vous ne savez pas comment vous y prendre ? Une formation peut s'avérer utile. Renseignez-vous auprès de la Fondation contre le Cancer via info@cancer.be pour de plus amples informations.

- ~ Partez du principe que cette personne n'est pas encore au courant des nouvelles règles. En guise d'entrée en matière, vous pouvez par exemple lui demander si elle connaît les nouvelles règles.
- ~ Poursuivez en lui donnant toutes les informations utiles, indiquez les endroits où il est encore permis de fumer et expliquez pourquoi le site est devenu un environnement sans tabac. Mettez l'accent sur le comportement que vous attendez de cette personne.
- ~ Ne vous laissez pas entraîner dans un débat. Si la personne émet des objections, précisez-lui à qui elle peut en faire part et par quel moyen ; suggérez-lui par exemple d'envoyer un e-mail à l'un des responsables.
- ▶ Demandez aux parents et aux membres de se rappeler mutuellement les nouvelles règles et les raisons pour lesquelles elles ont été adoptées.

3

Communiquez les nouvelles règles en temps utile

Veillez à ce que tout le monde soit informé des nouvelles règles avant de les appliquer. Expliquez en quoi elles consistent et les attentes qui y sont liées.

- ▶ Réfléchissez à la manière dont vous allez communiquer les nouvelles règles aux personnes de l'association (y compris les parents et les visiteurs) et leur expliquer ce que vous attendez de leur part. Utilisez pour ce faire vos moyens de communication habituels (site internet, e-mail, Facebook, WhatsApp...). Utilisez éventuellement les outils disponibles sur generationssanstabac.be. Déterminez aussi au préalable les personnes auxquelles les éventuelles questions doivent être adressées.
- ▶ N'oubliez pas d'informer vos partenaires externes (administration communale...). Tous doivent en effet respecter les nouvelles règles. Présentez éventuellement votre projet au conseil de la jeunesse de la commune.
- ▶ Utilisez les médias locaux (journal communal...) pour annoncer que vous instaurez une politique sans tabac pour votre mouvement de jeunesse. Prenez contact avec les médias, le journal ou le magazine local, etc. ou envoyez-leur un communiqué de presse. Demandez à la commune de publier un article sur le sujet dans le journal communal. Votre association bénéficiera ainsi d'une attention positive.
- ▶ Veillez à ce que votre communication soit elle aussi positive :
 - ~ utilisez les termes « sans tabac » et non « interdiction de fumer » ;
 - ~ faites référence à Générations sans Tabac et expliquez que vous voulez donner le bon exemple aux enfants, mais aussi les protéger ;
 - ~ précisez explicitement que les nouvelles règles ne visent pas à stigmatiser les fumeurs, mais à donner le bon exemple aux enfants ;
 - ~ appuyez-vous sur des éléments factuels, comme le fait que les enfants imitent le comportement des adultes, y compris en matière de tabagisme. Par conséquent, voir des gens qui fument incite à fumer plus tard ;
 - ~ mettez-vous à la place de la personne avec qui vous communiquez. Comment risque-t-elle de réagir ? Par exemple, un fumeur peut avoir l'impression qu'il s'agit d'une atteinte à sa liberté ;
 - ~ réfléchissez au fait que la résistance manifestée par les fumeurs est souvent intrinsèquement liée à leur dépendance. Aucun argument ne pourra dès lors les convaincre. Mieux vaut dans ce cas couper court à toute discussion et les inviter aimablement à coopérer ;
 - ~ il n'est pas nécessaire que les fumeurs arrêtent de fumer pour créer un environnement sans tabac.

Une fois le projet en place, continuez à communiquer et à rappeler les règles. Abonnez-vous à la [lettre d'information de generationssanstabac.be](http://generationssanstabac.be) (pour l'inspiration) et partagez vos initiatives sur les réseaux sociaux en utilisant le hashtag #generationssanstabac. Générations sans Tabac contribuera ainsi à faire connaître votre projet ! Vous pouvez également suivre Générations sans Tabac sur [Facebook](https://www.facebook.com/generationssanstabac) ou [Instagram](https://www.instagram.com/generationssanstabac).

4

Signalisation et changements sur le site

Quels changements instaurer sur le site pour atteindre votre objectif ?

- ▶ Enlevez les cendriers des zones non-fumeurs.
- ▶ Installez des panneaux et des éléments de signalisation, tout particulièrement dans les endroits où les fumeurs ont tendance à se rassembler. Vous visez un site 100 % sans tabac ? Mettez votre projet en évidence ! Via Générations sans Tabac, vous pouvez commander le matériel de signalisation et montrer que votre terrain est sans tabac. Il est fortement recommandé d'utiliser notre matériel de signalisation avec une référence à la loi, car cela permet aux visiteurs de comprendre clairement qu'ils se trouvent sur un terrain couvert par la loi (par opposition à un terrain qui est "sans tabac" sur une base volontaire). Vous trouverez plus d'informations à ce sujet sur le site web de Générations sans Tabac.
- ▶ Vous louez le site ? Pensez à impliquer les propriétaires dans ces changements.
- ▶ Vous visez un environnement sans tabac tout en aménageant des zones fumeurs ? Indiquez dans ce cas l'emplacement de ces zones en tenant compte des recommandations suivantes :
 - ~ limitez le nombre de zones fumeurs ;
 - ~ aménagez la (les) zone(s) fumeurs hors de la vue des enfants ;
 - ~ veillez à ce que la (les) zone(s) fumeurs ne soi(en)t pas trop attirante(s) afin que les enfants ne soient pas tentés d'y aller ;
 - ~ dans la zone fumeurs ou le chemin qui y mène, n'utilisez pas le logo, les couleurs ni la charte graphique de Générations sans Tabac afin de ne pas induire en erreur. Vous pouvez commander du matériel de signalisation sur le webshop de Générations sans Tabac ;
 - ~ évitez les illustrations et les visuels représentant une cigarette ;
 - ~ affichez le logo et le numéro de téléphone de Tabacstop à côté/ dans la zone fumeurs.

N'oubliez pas vos collaborateurs sur le terrain

Un environnement sans tabac est un environnement où personne ne fume - y compris les personnes qui y travaillent. Ne les oubliez pas ! Communiquez avec eux, aidez-les à respecter les règles et envisagez une documentation sur le sevrage tabagique.

Arrêter de fumer

On peut très bien instaurer un environnement sans tabac sans pour autant imposer le sevrage tabagique aux fumeurs. Toutefois, un environnement sans tabac les motivera peut-être à arrêter de fumer tout en leur facilitant la tâche. Si vous souhaitez les aider, encouragez-les à s'informer sur :

- ▶ www.tabacstop.be, où ils pourront se renseigner sur les différentes pistes disponibles (également par téléphone au 0800 111 00) ;
- ▶ www.tabacologues.be, où ils trouveront les coordonnées des tabacologues de leur région. Les tabacologues sont spécialement formés pour accompagner les personnes qui désirent arrêter de fumer ;
- ▶ www.aideauxfumeurs.be, où ils trouveront toutes les informations pratiques et conseils concernant la gestion de leur tabacisme dans différents milieux de vie (au club de sport, dans la rue, dans les transports, à l'école, etc).



Mesure

Donnez un titre précis à votre mesure.

Par exemple : Installation de panneaux à l'entrée et en plusieurs endroits bien en vue de notre site.

Responsable de la mesure

Qui est responsable de la mesure ?

Par exemple : Jean, un des moniteurs

Calendrier

Quel est le calendrier de mise en œuvre ?

Par exemple : déterminer l'emplacement des panneaux et leur nombre, deux mois avant l'entrée en vigueur des règles instaurant la politique sans tabac sur le site (Jean s'en occupe) ; passer commande un mois et demi avant l'entrée en vigueur des règles (Jean s'en occupe) ; installer les panneaux la veille de l'entrée en vigueur des règles (Jean et Quentin s'en occupent).

Coût de la mesure

Quel est le budget estimé ?

Par exemple : coût des panneaux.

Vous pouvez aussi organiser une formation groupée sur l'aide au sevrage.

Gardez à l'esprit que les fumeurs restent les bienvenus : demandez-leur simplement de respecter les nouvelles règles. Plus les règles seront claires et familières, plus il sera facile pour chacun de les respecter.

Établissez un calendrier

Dès que vous aurez clairement établi les mesures à mettre en œuvre, transposez-les sous forme de planning. Ce dernier doit être suffisamment concret, car il vous servira de feuille de route. Il inclut obligatoirement les éléments suivants :

- ▶ Qui est responsable de la mesure ?
- ▶ Quel est le calendrier de mise en œuvre ?
- ▶ Quel est le budget éventuellement disponible pour cette mesure ?

Les points ci-après vous aident à mettre en œuvre la mesure.

ÉTAPE 5

DÉPLOYEZ

LES ACTIONS

PRÉVUES

Il est maintenant temps de passer à l'action.

Déployez les mesures prévues conformément au calendrier établi. Il peut être utile de désigner un(e) responsable de la coordination, qui assurera le suivi. Il/elle pourra si nécessaire procéder aux éventuels ajustements.

La façon de communiquer est très importante pendant la mise en œuvre des mesures. Prêtez-y dès lors toute l'attention requise.

Choisissez le bon moment pour déployer les mesures.

Quand allez-vous introduire les nouvelles règles ? Choisissez un moment opportun :

- ▶ à la reprise des activités, en début de saison ;
- ▶ lors d'un grand événement ou d'une fête, ou au retour du camp ;
- ▶ lors de modifications apportées au site ou de travaux de transformation.

Plusieurs moments sont propices à l'introduction de nouvelles règles, mais veillez à donner un côté festif au changement.

ÉTAPE 6

ÉVALUEZ ET

CORRIGEZ LE CAP

Les nouvelles règles sont-elles bien accueillies ? Évaluez le résultat et la procédure de mise en œuvre, puis apportez les éventuelles rectifications nécessaires. Il existe plusieurs méthodes d'évaluation, celle du vélo par exemple :

Cet outil vous invite à vous poser les questions suivantes :

- 1. Compteur kilométrique :** l'objectif est-il atteint ?
- 2. Pédales :** pour quelles raisons ? Les gens sont-ils suffisamment informés et les règles sont-elles assez claires ?
- 3. Dynamo :** quel a été le moteur ? Qui était la force motrice ? Par exemple le groupe de travail ou un responsable
- 4. Freins :** qu'est-ce qui aurait pu être amélioré ? Qu'est-ce qui a été un frein ?
- 5. Porte-bagage :** tout le monde a-t-il collaboré ? Les règles ont-elles été respectées ? Les règles sont-elles bien respectées ?
- 6. Phare :** quels points souhaiteriez-vous mettre en lumière ou analyser plus avant ? La signalisation et la communication ont-elles été suffisantes ?
- 7. Roues :** quelle est votre destination ? Quelle est votre prochaine étape vers un environnement 100 % sans tabac ? Quels enseignements mettez-vous à profit ?
- 8. Guidon :** comment rectifier le cap ? Quelles sont les adaptations nécessaires ?



Comment procéder à l'évaluation ?

Vous pouvez rassembler des informations de plusieurs façons :

- ▶ discutez avec les parents, les membres et les responsables ; profitez par exemple d'une pause entre deux activités ou de la journée des visites au camp ;
- ▶ discutez-en à l'occasion d'une réunion avec les responsables ;
- ▶ votre association est présente sur les réseaux sociaux ? Postez un questionnaire en ligne pour recueillir les informations souhaitées.

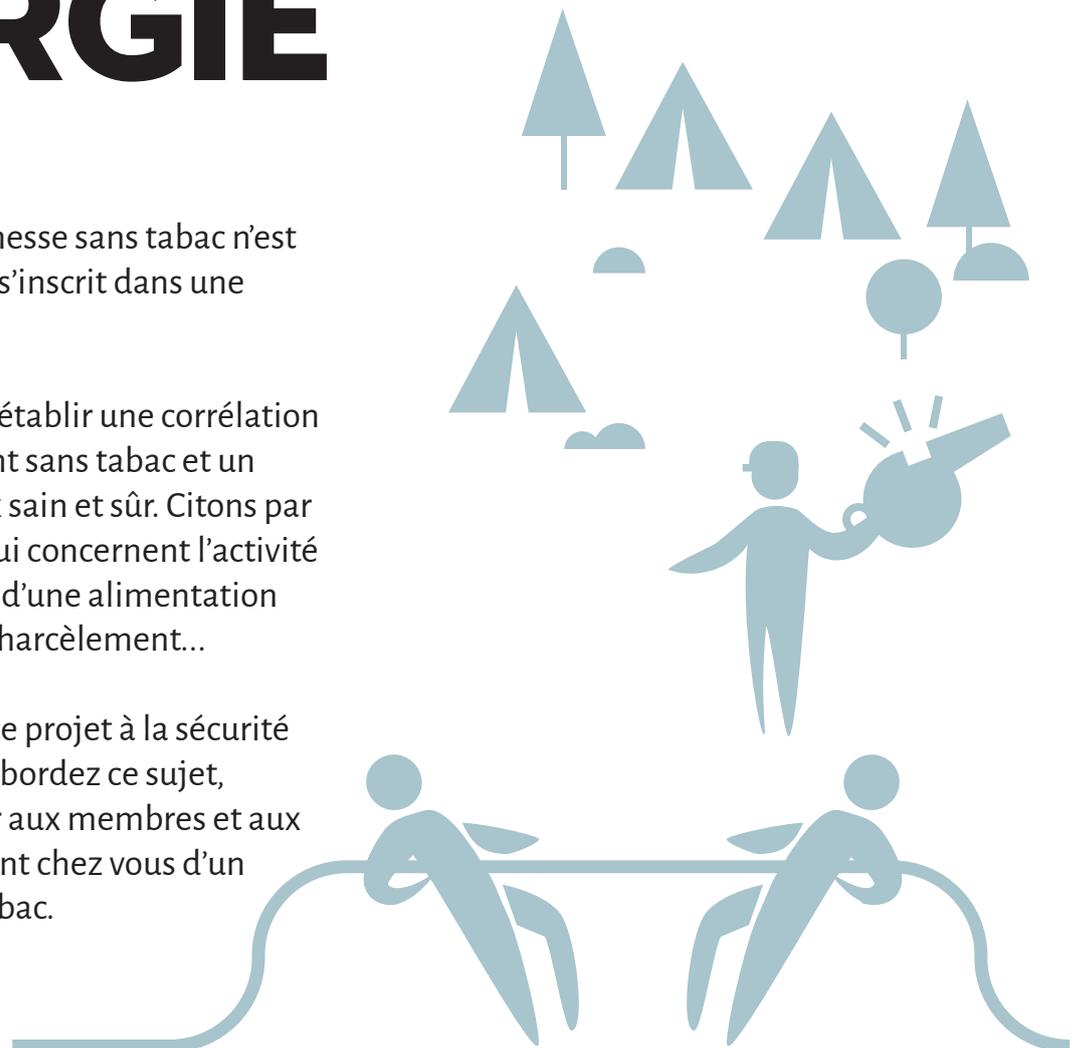
ÉTAPE 7

ANCREZ VOTRE DÉMARCHE DANS UNE POLITIQUE ÉLARGIE

Un mouvement de jeunesse sans tabac n'est pas un objectif isolé ; il s'inscrit dans une politique plus vaste.

Il est donc important d'établir une corrélation entre un environnement sans tabac et un environnement de jeux sain et sûr. Citons par exemple les mesures qui concernent l'activité physique, l'importance d'une alimentation saine, la lutte contre le harcèlement...

Vous pouvez aussi lier ce projet à la sécurité incendie. Quand vous abordez ce sujet, n'hésitez pas à rappeler aux membres et aux parents qu'ils bénéficient chez vous d'un environnement sans tabac.





UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC : MODE D'EMPLOI

Les mouvements de jeunesse optent pour un environnement sans tabac : l'association de scoutisme De Havik basée à La Pinte (Flandre orientale) témoigne

Permettre aux enfants de passer d'agréables moments sans tabac au sein d'un mouvement de jeunesse est une évidence pour les responsables de l'association de scoutisme De Havik. Elle dispose désormais d'un terrain non-fumeurs, ce dont ils sont particulièrement ravis et fiers. David Lenaerts, président du comité de soutien, nous explique pourquoi.

Une transition logique vers un environnement sans tabac

David a immédiatement été séduit par Générations sans Tabac, qui regroupe des organisations qui s'engagent à interdire le tabagisme dans des lieux fréquentés par de nombreux enfants. « Pour nous, il tombait sous le sens de permettre à nos scouts de disposer de terrains non-fumeurs. Depuis des années, les animateurs qui fument ont la consigne de le faire hors de la vue des enfants. Le défi a plutôt été de convaincre les parents. Lorsqu'ils restent dans les locaux ou viennent aider, il n'est pas rare que les parents qui fument allument une cigarette. Nous voulions que les choses changent. »

Une vision partagée par de nombreuses personnes

Pour un environnement sans tabac, il était important d'impliquer tout le monde, des membres à la direction en passant par les parents et l'administration. L'association de scoutisme De Havik avait déjà passé plusieurs accords en matière de tabagisme. Un site non-fumeurs dans le cadre de Générations sans Tabac était dès lors la suite logique.

Sous la devise « wat maakt ons sterk, teamwork » (« ensemble, nous sommes plus forts »), la nouvelle politique a été mise en œuvre progressivement et avec beaucoup d'enthousiasme. « Après une brève explication du concept de Générations sans Tabac, tout le monde était d'avis que la direction et les parents devaient donner l'exemple aux enfants et aux jeunes. Parce que voir fumer incite à fumer. Il n'y a désormais plus de mégots sur le site et nous en sommes enchantés. »

Pendant les discussions avec le comité de soutien, les bonnes intentions ont été traduites dans un plan d'action concret.

David : « Pour ce faire, nous avons dû tenir compte de plusieurs points pratiques, qui ont nécessité un travail de réflexion, comme la manière de communiquer avec les membres et les parents, l'endroit où serait aménagée la zone non-fumeurs ou le fait de savoir si les parents respecteraient les consignes. Et nous avons trouvé ensemble une solution à toutes ces questions », commente David Lenaerts.

Une solution parfaite

David Lenaerts nous explique comment il est possible d'obtenir d'excellents résultats en faisant de petits efforts. « Nous avons communiqué via différents canaux et tout s'est déroulé relativement facilement. Nous avons installé des panneaux de signalisation et apposé des autocollants de Générations sans Tabac sur notre terrain et dans nos bâtiments. Nous pouvons ainsi rappeler subtilement les règles, car il est difficile de s'adresser individuellement aux parents de nos membres, qui sont plus de trois cent cinquante. Nous avons dû rappeler les consignes à des personnes jusqu'à trois semaines après les modifications, mais ça n'a plus été nécessaire par la suite. David Lenaerts est convaincu qu'il est possible d'imposer une nouvelle norme plus saine en n'apportant que quelques changements et en faisant passer un message clair.

Un avenir sans tabac

L'association de scoutisme De Havik a de l'ambition et ne se limite pas à rendre son propre terrain non-fumeurs : elle a l'intention d'inspirer d'autres mouvements de jeunesse, mais aussi les autorités communales afin de promouvoir un avenir sans tabac.



Autres témoignages

D'autres associations ont déjà instauré le principe d'un environnement sans tabac. Nous leur avons demandé de nous parler de leur expérience. Retrouvez ci-après leur témoignage :

Un environnement sans tabac : un beau projet qui vous concerne !

Les raisons d'opter pour un environnement sans tabac ?

- 1  Donner un bon exemple aux enfants
- 2  Rehausser l'image de votre association
- 3  Réduire les déchets (mégots)

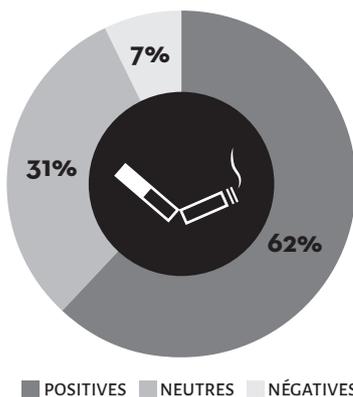
69%

des environnements sans tabac accueillent autant ou même plus de visiteurs après la mise en œuvre de leur politique

63%

des associations constatent une diminution du nombre de mégots après la mise en œuvre de leur politique

Quelles sont les réactions des visiteurs à l'égard d'un environnement sans tabac ?



Un environnement sans tabac en chiffres :

€217,5

50 % des associations dépensent moins de 217,50 euros pour mettre leur projet en œuvre

2,25h

temps que l'initiateur du projet consacre en moyenne par semaine, au début, à la mise en œuvre du programme

4 mois

délai à prévoir entre le moment de la prise de décision et la réalisation concrète du projet

Comment devenir un environnement sans tabac ?

 Placer une signalisation + retirer les cendriers

 Communiquer : pourquoi avons-nous choisi de devenir un environnement sans tabac et qu'est-ce que cela implique

 Fixer des règles

 S'adresser aux fumeurs qui enfreignent les règles

Envie d'en savoir plus ? Consultez la feuille de route sur generationsanstabac.be

ANNEXE 1 TOUS ENSEMBLE VERS UN MOUVEMENT DE JEUNESSE SANS TABAC

Étape 1 : suscitez l'adhésion

- Au niveau du comité et des responsables
- Au niveau des membres
- Au niveau des parents et des personnes extérieures
- Créer un groupe de travail ou inscrire ce point à l'ordre du jour d'un groupe existant

Étape 2 : analysez la situation initiale

- Recueillir les réactions
- Répertoire les mesures déjà existantes

Étape 3 : définissez des priorités et des objectifs

- Nous connaissons l'objectif à atteindre. Un environnement 100 % sans tabac (avec des zones fumeurs hors de la vue des enfants) ou un premier pas dans cette direction.

Étape 4 : élaborer des actions

- Les actions sont en cours d'élaboration
- Les actions sont planifiées

Étape 5 : déployez les actions prévues

- Mettre en œuvre les actions
- Communiquer les actions en temps utile

Étape 6 : évaluez et corrigez le cap

- Les actions sont évaluées
- Les actions sont ajustées

Étape 7 : ancrez votre démarche dans une politique élargie

- Inscrire le projet d'un mouvement de jeunesse sans tabac dans une politique plus large en matière de santé.



**TOUS ENSEMBLE VERS UN MOUVEMENT DE JEUNESSE
SANS TABAC
FEUILLE DE ROUTE**

Cette publication est une adaptation de la brochure réalisée par le Vlaams Instituut Gezond Leven avec le soutien des pouvoirs publics flamands. Adaptation réalisée en collaboration avec le FARES asbl

AUTEURS

Dries Vandenbempt, Stefaan Hendrickx,
Katrijn Vandamme

ÉDITEUR RESPONSABLE :

Fonds des Affections Respiratoires (FARES), asbl
Professeur Jean Paul Van Vooren
Rue Haute 807A
1000 Bruxelles

© 2024 Vlaams Instituut Gezond Leven vzw.
Tous droits réservés.

Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite ou rendue publique par impression, photocopie, microfilm ou tout autre moyen sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur. L'ensemble de ce document peut être utilisé librement à des fins éducatives, pédagogiques et sociales dénuées de caractère commercial, pour autant que la source de la publication soit correctement mentionnée.

www.gezondleven.be

