

Marie Porcu | enseignante à HELMo Sainte-Julienne | m.porcu@helmo.be

**Quand
nos mauvaises
habitudes
partent
en fumée**



**Comment
transformer un
campus de Haute
École en un lieu
porteur d'une
culture sans
tabac ?**



Édith

Bonjour Marie, j'ai entendu parler d'un projet audacieux qui risque d'impliquer une bonne partie des acteurs de HELMo... Peux-tu m'en dire plus ?

Marie

J'ai en effet lancé récemment le projet de recherche « Campus sans tabac » (Ca ST), dont l'implémentation sera tout d'abord étudiée au sein du Campus de l'Ourthe. Dans les prochains mois, il touchera de près ou de loin les étudiants, mais également les membres du personnel de ce campus.

Leurs représentations et leurs habitudes quant à la consommation de tabac seront questionnées afin de voir dans quelle mesure il est possible d'implanter ou non un environnement et une culture sans tabac au sein du Campus de l'Ourthe, dans un premier temps. En fonction des résultats obtenus, le projet pourrait être étendu au reste de la Haute École Libre Mosane, ou encore à d'autres établissements d'enseignement supérieur.

Édith

Comment ce projet a-t-il vu le jour ?

Marie

Tout d'abord, il faut rappeler que le tabac représente un problème majeur de santé publique et est une des plus grandes causes évitables de mortalité et de morbidité dans le monde. Dans le cadre de mon métier de tabacologue et de mes nombreuses activités professionnelles, je tends donc à promouvoir le concept de « Génération sans tabac », qui est également un des objectifs de la stratégie interfédérale à l'horizon 2022-2028.

Le Campus de l'Ourthe, au sein duquel sont notamment formés de futurs professionnels de la santé, était un lieu propice pour un lancement pertinent de ce type d'initiative. Le constat y a été fait que professeurs, étudiants et membres du personnel fument à la fois aux entrées des bâtiments, sur les terrasses et au sein des espaces verts; là où c'est autorisé.

Édith

Génération sans tabac, voilà un nom qui semble encore plus ambitieux ! En quoi consiste ce concept peut-être méconnu du grand public ?

Marie

La visée principale de ce mouvement international est de protéger chaque enfant né en 2019 ou après afin qu'il puisse grandir dans un environnement sans tabac et ne devienne pas un fumeur. Pour ce faire, ne pas fumer doit devenir une norme, un modèle. Moins on est en contact avec le tabac, moins ce dernier risque en effet d'être tentant ou considéré comme banal. Or, la nicotine est une substance qui génère très vite une dépendance dont il sera compliqué de se débarrasser.

Nos étudiants sont probablement de futurs parents et, pour certains, de futurs soignants, et en les aidant à arrêter de fumer, le nombre d'enfants susceptibles de grandir dans un environnement sans tabac augmentera.

Édith

Peux-tu nous expliquer en quelques mots la méthode que vous comptez utiliser pour « parvenir à vos fins » ?

Marie

En premier lieu, une vaste enquête sera menée auprès de la population cible afin de recenser les fumeurs, anciens ou actuels, mais également les vapoteurs, les addicts à d'autres substances qui se fument et les non-fumeurs en contact passif avec la cigarette.

Les croyances et opinions de tous seront également relevées, et les personnes porteuses d'un intérêt envers le projet identifiées. Sur la base de toutes ces données, diverses actions d'information et de prévention touchant à la fois à l'offre et à la demande seront ensuite menées (signalétique claire et adaptée, sensibilisation à travers différents événements, outils et pistes d'aide et de soutien, etc.). Enfin, une seconde enquête prendra place afin d'évaluer le projet et ses conséquences.

Édith

Selon toi, quels sont les obstacles qui pourraient être un frein à la « réussite » du projet ?

Marie

Les fumeurs se sentent encore trop souvent stigmatisés dans certains lieux ou situations. Peut-être le projet ne rencontrera-t-il pas l'adhésion espérée.

Mais un des objectifs principaux poursuivis ici est également d'informer les acteurs concernés, d'éclairer leurs représentations à la lumière de faits et de chiffres, et non de simplement interdire ou « punir » sans aller plus loin. L'idée est plutôt de dénormaliser cette pratique et de promouvoir un espace sain pour tous.

Édith

C'est vrai qu'au sein des écoles primaires et secondaires, fumer dans et aux abords des bâtiments est proscrit et peu remis en cause par les personnes impliquées. Y a-t-il d'autres établissements supérieurs ou d'autres structures concernées par ce label *Génération sans tabac* ?

Marie

Certains hôpitaux, entreprises, communes, centres sportifs, etc. ont déjà mis en place cette politique. Là aussi, une implication consciente et consentie est nécessaire de la part de tous afin d'obtenir des résultats concrets et durables.

La moitié des campus universitaires américains interdisent l'utilisation de tous les produits du tabac. Il existe également certains instituts d'enseignement supérieur anglo-saxons et français (à Rennes et Strasbourg) qui ont établi un protocole anti-tabac. La Haute École Condorcet, plus près de nous, est par contre la seule à tester un type de dispositif de « Campus sans tabac » en Belgique francophone.

Édith

Merci Marie pour ces éclaircissements ! Et peut-être à une prochaine pour découvrir l'évolution de ce challenge profitable pour notre santé.

RENCONTRE AVEC ISABELLE TURRO, DE LA HEPH CONDORCET

UNE QUESTION DE « PAUSES »

Aménager des alternatives pour un peu de temps qualitatif

« Nos horaires sont très chargés; nous n'avons que 5 minutes d'arrêt, comment voulez-vous que l'on fasse une pause autrement qu'en allant fumer une clope? » nous dit Julien lors de notre première réunion du projet *Respire SansT* (RST).

Depuis 2018, la Santé Publique de la Haute École de la Province de Hainaut Condorcet (HEPH), Site Mons, a mis en place un projet de prévention autour de la problématique du tabac. La demande émanait de notre directrice de catégorie, Nathalie Schumacher. Avec l'aide du FARES, de l'OSH (Observatoire de la Santé du Hainaut) et de l'A.S.B.L. Sept, nous avons alors constitué un groupe de travail afin de piloter la stratégie générale du projet. Ce groupe inclut également des collègues et des étudiants, toujours sur une base volontaire.

Définir des axes à suivre parmi de nombreux possibles

Ensemble, nous avons défini cinq axes de travail, porté chacun par diverses actions.

- La sensibilisation des travailleurs, via une présentation et un questionnaire à propos des représentations tabagiques
- La sensibilisation des étudiants dans différentes filières et années, via une présentation et un questionnaire portant également sur leurs représentations tabagiques, mais aussi à travers une présentation du projet lors de l'accueil des premières et la proposition d'y participer pour ceux qui le souhaitent, un diaporama, des conférences-débats assorties d'un *Wooclap*®, des travaux de groupes, etc.

- La gestion du tabagisme au sein de l'établissement, grâce à des réunions réparties tout au long de l'année scolaire, à la mise en place d'activités autour de la légitimité des pauses (un « Zen bus », des jeux, etc.) et à la participation au « mois sans tabac » (ramassage des mégots, transmission d'informations via des QR Codes, vidéos relaxantes dans le hall d'entrée, etc.)
- La volonté d'organiser un comité d'aide à l'arrêt du tabac au sein de l'établissement
- Une communication générale et récurrente à destination de tous les acteurs concernés

Faire une pause autrement, maintenant et dans la durée

En définitive, toute notre stratégie de travail autour de la problématique du tabac au sein de notre Haute École tourne autour des moments de pause, qui revêtent une importance particulière et symbolique, et que nous avons tenté d'occuper d'autres manières que par le réflexe « facile » d'aller fumer en vitesse.

Dès que cela nous est permis, nous continuons à faire de la prévention lors des activités organisées au sein de notre campus. Nous avons également signé la Charte *Génération Sans Tabac* en 2020.

À l'heure actuelle, nous aimerions trouver des subsides pour circonscrire des endroits précis où fumer sur notre campus, mais également disposer une signalétique *Génération Sans Tabac* devant notre Haute École.



Isabelle TURRO

| infirmière pédiatrique,
maître de formation pratique
à la HEPH Condorcet Site
Mons, tabacologue
| isabelle.turro@condorcet.be