



COMMUNIQUE DE PRESSE DU 27 JANVIER 2016

Un défi sans précédent lancé par les 6 cantons romands

Des milliers de Suisses romands arrêtent de fumer, ensemble, le 20 mars.

Un défi sans précédent est lancé dans 6 cantons romands : Amener des milliers de Suisses romands à arrêter de fumer, ensemble, le premier jour du printemps. Cette opération sans précédent en Europe sera menée à l'aide des médias sociaux. Durée de l'action : 8 mois, début du recrutement des candidats à l'arrêt aujourd'hui 27 janvier jusqu'au 19 mars 2016.

Début du recrutement

Depuis aujourd'hui, les fumeurs romands qui souhaitent arrêter de fumer peuvent s'inscrire sur la page j'arrête de fumer de son canton de domicile, par exemple j'arrête de fumer\NE (NE, JU, GE, VS, VD et FR). Pour cela rien de plus simple, il leur suffit d'écrire « je veux arrêter de fumer », l'inscription est gratuite. Chaque fumeur inscrit recevra un numéro de candidat et bénéficiera de conseils de préparation à l'arrêt. En affichant publiquement son intention d'arrêt, le candidat pourra compter sur le soutien d'autres candidats mais également de son entourage.

Des conseils quotidiens

Dès le 20 mars, les candidats à l'arrêt recevront chaque jour à 6 heures du matin et pendant 6 mois un conseil en désaccoutumance sur la page www.facebook.com/j.arrete.de.fumer.ch propre à son canton de domicile. La plupart des conseils ont été élaborés lors d'un projet pilote développé par le CIPRET-Valais en collaboration avec l'agence Ibrid. Cette expérience pilote constitue un banc d'essai qui va être améliorée grâce à la mise en commun de la créativité et des compétences dans chaque canton partenaire. Ainsi, dans cette version romande une attention toute particulière sera portée à optimiser la préparation l'arrêt (phase de recrutement) et à proposer notamment des conseils en alimentation pour éviter des prises de poids trop importantes ou à inciter les candidats à pratiquer régulièrement des activités physiques.

Des milliers de candidats solidaires et inventifs

Si le projet se veut romand, les groupes d'arrêt garderont un ancrage cantonal. J'arrête de fumer couple en effet conseils personnalisés et la solidarité entre candidats. Pour cette raison, il est important que les candidats puissent trouver non seulement un soutien via Facebook, mais dans les activités de la vie quotidienne. Des candidats peuvent ainsi se retrouver physiquement pour pratiquer une activité sportive ou pour échanger.



Contact presse :

Coordinateur romand

Alexandre Dubuis, *PhD*

079 525 85 45

alexandre.dubuis@psvalais.ch