

COMMUNIQUE DE PRESSE DU 13 JANVIER 2016



Valais : arrêt du tabac via Facebook

Résultats à 3 mois : 55 % ont arrêté de fumer

Les résultats à 3 mois viennent de nous parvenir de l'Institut de santé globale (Université de Genève). 55.4 % des sondés ont arrêté de fumer. Les candidats ont ainsi réussi à passer le cap des trois mois en affrontant des situations à risques (fêtes, manifestations, Foire du Valais, etc.). Les résultats montrent également que la moitié des sondés (47 %) consultent quotidiennement, voire plusieurs fois par jour la page « J'arrête de fumer », jusqu'à 9 fois. Les informations dispensées sur la page sont jugées utiles et motivantes.

Au 4^e mois de l'arrêt, la chaîne de solidarité générée par le CIPRET et entretenue par les candidats est toujours aussi forte. Les participants se soutiennent mutuellement, s'encouragent dans les situations à risque. Les fêtes de fin d'année ont été des moments difficiles. C'est lors de ces périodes avec de fortes charges émotionnelles additionnées au stress de Noël et à la fatigue de fin d'année que la cigarette revient de manière sournoise hanter les candidats au sevrage.

3, 4, 5 ou 6 mois

Le Cipret a posé la question à ses candidats s'il pouvait espacer ses publications quotidiennes, la crainte étant de lasser les lecteurs. Les réponses ont fusé : les candidats ne se sentent pas prêts, pour l'instant, à être lâché dans la nature sans cette béquille de soutien d'une présence quotidienne. Le CIPRET poursuit son action quotidienne jusqu'au 7 mars.

Contact presse :

Alexandre Dubuis, *PhD*

Responsable du CIPRET

079 525 85 45

alexandre.dubuis@psvalais.ch