

JOUER, S'AMUSER

Guide de développement de politiques et de règlements pour les sports et les loisirs sans tabac



et VIVRE... sans tabac

www.jouersamuseretvivresanstabac.ca



REMERCIEMENTS

Rédaction de la ressource originale : Réseau de lutte contre le tabagisme du Centre-Ouest

Adapté en 2008 par Annamaria Feltracco, du Centre de formation et de consultation (consultante), avec l'aide des Réseaux de lutte contre le tabagisme (RLT) de toute la province.

Révisé en 2011 par Annamaria Feltracco, du Centre de formation et de consultation (consultante), avec l'aide du groupe de travail sur le renforcement des capacités et le comité directeur du collectif Jouer, s'amuser et vivre sans tabac (JSVST).

Le collectif JSVST est formé des réseaux de lutte contre le tabagisme (RLT), constitués des 36 bureaux de santé de l'Ontario, du Centre de formation et de consultation (CFC), de SPORT4ONTARIO (S4O), de la Coaches Association of Ontario (CAO), du Physical Activity Resource Centre (PARC), de Parcs et loisirs Ontario (PLO), de la Téléassistance pour fumeurs de la Société canadienne du cancer (SCC), de l'Ontario Lung Association (OLA) et de l'Ontario Chronic Disease Prevention Managers Network.

Le guide *Jouer, s'amuser et vivre... sans tabac* a été révisé à fond dans le cadre d'un projet collectif financé par le Fonds pour les communautés en santé du ministère de la Promotion de la santé et du Sport. Les opinions exprimées dans le présent document sont celles des auteurs, et aucun appui de la part du ministère n'est voulu ou ne devrait être déduit.

Le CFC d'Action Cancer Ontario (ACO) a agi comme secrétariat du projet. Il s'agit d'un centre provincial de ressources qui offre des services de formation et de consultation sur les programmes de lutte au tabagisme et leur mise en œuvre aux services de santé publique de l'Ontario et à leurs partenaires communautaires. Le CFC reçoit une aide financière de l'Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé.





TABLE DES MATIÈRES

À propos du présent guide	4	Accent spécial : cesser de fumer	36
Introduction au guide <i>Jouer, s'amuser et vivre... sans tabac</i>	5	Références bibliographiques	37
Qu'est-ce que les sports et les loisirs sans tabac?	9	Annexes	38
Pourquoi les sports et les loisirs sans tabac sont-ils importants?	10		
Comment élaborer une politique de sports et de loisirs sans tabac ou un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée?	11		
1^{re} étape : Comprendre votre collectivité	12		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			
2^e étape : Recueillir des appuis	16		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			
3^e étape : Créer la politique ou le règlement de lutte contre le tabagisme	24		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			
4^e étape : Promouvoir la politique ou le règlement de lutte contre le tabagisme	26		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			
5^e étape : Renforcer la politique ou le règlement de lutte contre le tabagisme	30		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			
6^e étape : Garantir le succès de la politique ou du règlement de lutte contre le tabagisme	32		
Politique de sports et de loisirs sans tabac			
Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée			

Conception et mise en page : Fuel Advertising

À PROPOS DU PRÉSENT GUIDE



Le présent guide explique pourquoi la pratique des sports et des loisirs sans tabac est importante et comment créer, promouvoir et appliquer des politiques de lutte contre le tabagisme dans les environnements de sports et de loisirs.

LE PRÉSENT GUIDE A TROIS OBJECTIFS :

1. Encourager les organismes communautaires de sports et de loisirs et les municipalités afin qu'ils adoptent des politiques de lutte contre le tabagisme et des règlements sur les espaces extérieurs sans fumée.
2. Aider les organismes communautaires de sports et de loisirs et leurs partenaires à bâtir des liens productifs.
3. Fournir l'information et les ressources qui faciliteront l'élaboration et la mise en place de programmes et de politiques de lutte contre le tabagisme et qui assureront leur réussite.

Nous applaudissons les efforts que vous déployez pour que les particuliers, les familles et les collectivités vivent sainement et sans tabac!

LÉGENDE :



Reportez-vous à l'Annexe pour en savoir plus



Clés du succès



Liens vers des sites Web utiles



Information générale

INTRODUCTION AU GUIDE *JOUER, S'AMUSER ET VIVRE... SANS TABAC*



SPORTS ET LOISIRS SANS TABAC

Cette introduction présente un bref aperçu du guide *Jouer, s'amuser et vivre... sans tabac*. Elle a pour but de fournir de brefs renseignements aux personnes qui souhaitent en savoir plus sur les efforts déployés pour rendre sans tabac les zones où des activités extérieures de sports et de loisirs ont lieu et de les aider à déterminer ce sur quoi ils doivent en apprendre davantage. Le guide complet et d'autres ressources se trouvent sur le site

www.jouersamuseretvivresanstabac.ca.

Le site Web du ministère de la Promotion de la santé et du Sport, www.mhp.gov.on.ca/fr/healthy-communities/hcf/default.asp, est une autre ressource importante.

QU'EST-CE QUE LES SPORTS ET LES LOISIRS SANS TABAC?

La notion de sports et de loisirs sans tabac signifie que les personnes concernées par la pratique d'un sport ou d'un loisir, soit les participants, les bénévoles, les officiels, les entraîneurs, les responsables et les spectateurs, ne fument pas, ne présentent ou ne mâchent pas de tabac pendant l'activité. Les organismes peuvent aider à empêcher que les jeunes commencent à consommer des produits de l'industrie du tabac en adoptant une politique destinée à se rendre sans tabac. Certaines localités adoptent aussi comme approche de créer un règlement sur les environnements sans fumée qui englobe les zones extérieures. Les règlements sont des politiques ou des règles ayant force obligatoire qui sont promulguées par une municipalité en vertu d'une loi adoptée à un échelon supérieur, dans ce cas-ci, la *Loi sur les municipalités*. Celle-ci permet aux municipalités de limiter les endroits où les gens peuvent fumer. Cependant, elle ne leur accorde pas le pouvoir de régir le tabagisme en général (gouvernement de l'Ontario). Les règlements sur les environnements sans fumée sont efficaces, car ils établissent une norme communautaire.

Les politiques de lutte contre le tabagisme et les règlements sur les environnements sans fumée offrent des approches à l'élimination du tabac dans les sports et les loisirs pratiqués dans votre collectivité. Ils peuvent fonctionner en complémentarité en englobant tous les aspects du tabagisme à l'extérieur. Il importera de bâtir des liens et de collaborer avec d'autres membres de votre collectivité, votre bureau de santé, le personnel affecté aux parcs et loisirs, les organismes de sports et de loisirs et votre propre groupe pour pouvoir apporter les changements que vous recherchez.

POURQUOI LES SPORTS ET LES LOISIRS SANS TABAC SONT-ILS IMPORTANTS?

Les organismes de sports et de loisirs jouent un rôle essentiel dans la santé et le bien-être de notre collectivité. Une politique de lutte contre le tabagisme renforce l'effet positif qu'a votre organisme sur la santé de la population et envoie aux personnes qui font partie de votre organisme un message important sur sa nature sans tabac.

Voici les avantages des sports et des loisirs sans tabac :

- Empêcher les jeunes de commencer à consommer des produits de l'industrie du tabac
- Protéger l'environnement
- Protéger les enfants contre la fumée secondaire
- Permettre à tout le monde d'offrir son meilleur rendement
- Créer une culture sans tabac
- Aider les gens à cesser leur utilisation du tabac

Comment élaborer une politique de sports et de loisirs sans tabac et un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée

Il y a six étapes fondamentales à suivre pour élaborer une politique efficace de sports et de loisirs sans tabac. Elles peuvent également servir à mettre au point des règlements sur les espaces extérieurs sans fumée, mais l'accent et les approches varient d'une étape à l'autre.

1^{RE} ÉTAPE : COMPRENDRE VOTRE COLLECTIVITÉ

Peut-être que l'étape la plus importante lorsqu'il s'agit d'établir une approche communautaire ou organisationnelle aux règlements sur les espaces extérieurs sans fumée ou aux politiques de sports et de loisirs sans tabac consiste à comprendre comment votre collectivité vit et considère la question. Mener une évaluation communautaire ou effectuer une analyse de la conjoncture diffère selon que vous souhaitez adopter une politique organisationnelle ou un règlement qui toucherait toute la collectivité. Dans certains cas, l'évaluation communautaire vous permettra de vous concentrer non pas sur une politique interdisant le tabac dans les sports et les loisirs, mais sur un règlement contre la fumée dans les espaces extérieurs, selon ce que vous aurez appris.

AFIN DE PROCÉDER À UNE ANALYSE DE LA CONJONCTURE :

1. réunissez un groupe d'intervenants communautaires qui sont bien renseignés sur la vie communautaire, surtout en ce qui touche les règles et les politiques relatives aux environnements de sports et de loisirs sans fumée (ou sans tabac);
2. prévoyez une série de questions sur le sujet, axées sur une vue globale de la collectivité (politique, environnementale, sociale et technologique) et des forces, des faiblesses, des possibilités et des menaces touchant votre sujet; vous devriez aussi examiner les rapports qui existent sur la santé de la population et la manière dont celle-ci utilise les parcs et les installations de loisirs afin de mieux éclairer vos efforts;
3. tenez des notes fondées sur vos débats et servez-vous de cette information pour évaluer les éléments facilitateurs et les obstacles.

2^e ÉTAPE : RECUEILLIR DES APPUIS

Il importe que votre organisme adopte une politique de lutte contre le tabagisme, car celle-ci établira clairement votre position en matière de sports et de loisirs et la manière dont votre organisme traitera du tabagisme. Un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée montrera la volonté de votre collectivité à créer une communauté en santé. Recueillir des appuis diffèrera selon votre collectivité, votre organisme, vos ressources et vos sources de soutien. Considérez ces étapes comme un guide.

Les points suivants vous aideront à augmenter l'appui à votre politique ou votre règlement :

- tenez une activité sans tabac et demandez aux participants de signer une promesse de non-consommation de tabac;

- menez une enquête auprès de vos membres ou de la population afin d'évaluer leur soutien à des sports et des loisirs sans tabac ou à des espaces extérieurs sans fumée;
- collaborez avec le coordonnateur de lutte au tabagisme de votre bureau de santé afin de mieux faire connaître les effets nocifs des produits de l'industrie du tabac et les bienfaits d'une politique de sports et de loisirs sans tabac et d'espaces extérieurs sans fumée. Le bureau de santé pourra avoir recueilli des renseignements sur le soutien de votre collectivité à des espaces sans tabac;
- incluez la voix de jeunes dans les efforts visant à favoriser le soutien. Les enfants peuvent s'avérer de puissants défenseurs des sports et des loisirs sans tabac et des espaces extérieurs sans fumée;
- établissez des liens avec les organismes apparentés ou les localités voisines afin de créer un soutien total à une politique organisationnelle de sports et de loisirs sans tabac;
- renseignez les membres des comités et des conseils municipaux et les citoyens sur le tabagisme et les sports et les loisirs sans tabac;
- si les jeunes forment un public clé, il se peut que vous deviez fournir des ressources axées sur eux. Il faudra peut-être aussi leur fournir plus d'information sur le tabac sans fumée;
- assurez-vous que les intervenants clés (entraîneurs, bénévoles, conseils d'administration, personnel municipal, conseillers) sont informés et participent dès le départ;
- invitez un conférencier pour qu'il parle de l'importance de sports et de loisirs sans tabac;
- communiquez avec votre bureau de santé pour demander une consultation;
- obtenez l'appui de responsables et de membres en partageant avec eux des politiques de lutte contre le tabagisme ou des règlements sur les environnements sans fumée provenant d'autres organismes et localités.

Des ressources pour soutenir ces efforts sont fournies dans ce guide et dans le site www.jouersamuseretvivresanstabac.ca

Une fois que vous aurez obtenu le soutien de la population, assurez-vous de le démontrer aux intervenants. Veillez à ce que l'organisme et la collectivité soient conscients du soutien des gens à l'égard de la question. Voici quelques idées sur la manière de partager cette information :



- aidez les groupes communautaires à recueillir des signatures pour une pétition;
- rédigez des lettres aux décideurs comme des membres de conseil et de direction ou des dirigeants communautaires;
- encouragez les partisans à écrire des lettres à l'éditeur du journal local;
- assurez-vous de fournir des coordonnées à la population pour pouvoir répondre aux demandes de renseignements;
- assistez aux réunions du conseil avec vos partenaires lorsque le sujet est à l'ordre du jour;
- choisissez des personnes qui livreront un témoignage à une réunion du conseil;
- émettez des communiqués et des avis avant des activités de sports et de loisirs sans tabac afin qu'il en soit question dans les médias.

3^E ÉTAPE : CRÉER LA POLITIQUE / LE RÈGLEMENT

Que vous vous efforciez de créer une politique de lutte contre le tabagisme dans un organisme ou encore un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée au plan municipal, vous devrez vous asseoir et créer la politique souhaitée. Bien que les politiques organisationnelles et les règlements soient bien différents, ils renferment tous le même genre d'information :

- des renseignements généraux sur ce qui justifie votre politique de sports et de loisirs sans tabac ou votre règlement sur les espaces extérieurs sans fumée, et un énoncé qui explique nettement la position de votre organisme ou de la municipalité;
- qui sera touché par la politique (spectateurs, membres, administrateurs, officiels, entraîneurs, responsables, participants, parents, visiteurs, bénévoles);
- les endroits où la politique ou le règlement sera appliqué ou non (terrains de sports, lignes de côté, comptoirs de concession, terrains de stationnement, entrées, parcs, sentiers); n'oubliez pas que la fumée peut se propager;
- la date d'entrée en vigueur de la politique ou du règlement;
- comment la politique ou le règlement sera appliqué; il s'agira notamment des conséquences claires, précises et applicables du non-respect de la politique ou du règlement.

Rédiger un règlement ou une politique se fait quelque peu différemment. Les règlements sont des documents légaux et devraient être écrits en consultation avec le personnel et le greffier municipal.

4^E ÉTAPE : PROMOUVOIR LA POLITIQUE / LE RÈGLEMENT

Une fois que votre politique ou règlement est adopté, il est essentiel de le faire connaître pour en assurer le succès à long terme. Plus les gens connaîtront l'existence de la politique ou comprendront celle-ci, plus ils seront susceptibles de s'y conformer. Il est habituellement bon de disposer d'un délai suffisant pour tenir une solide campagne de promotion et de sensibilisation avant l'adoption d'une nouvelle politique ou d'un nouveau règlement, surtout si cette adoption a été controversée.

Servez-vous des idées suivantes pour promouvoir votre nouvelle politique / votre nouveau règlement de lutte contre le tabagisme :

- distribuez une fiche qui résume la politique de votre organisme ou le règlement municipal aux principaux intervenants;
- envoyez des lettres aux personnes et aux dirigeants influents de votre organisme ou de votre municipalité afin d'expliquer la nouvelle politique ou le nouveau règlement; encouragez-les à soutenir la politique et à servir de modèles positifs;
- annoncez la nouvelle politique avant, pendant et après les matchs et les événements, dans le journal et par d'autres médias communautaires;
- incluez des renseignements sur la nouvelle politique ou le nouveau règlement dans la documentation concernant les usagers organisationnels ou communautaires des espaces, comme les guides des loisirs, les sites Web, les manuels et les trousseaux d'inscription;
- tenez un événement spécial pour mettre en évidence le changement au début de la saison, afin d'informer la population;
- transmettez l'information dans les lieux communautaires (comme les bibliothèques, les centres d'accueil, les arénas, les centres de la petite enfance, les associations pour les sentiers et les organismes communautaires);
- recourez aux médias communautaires, comme les dépliants et les bulletins d'information d'organisme et les bulletins d'information scolaires afin d'informer la population du changement.

5^E ÉTAPE : RENFORCER LA POLITIQUE / LE RÈGLEMENT

Il revient à tous de renforcer la politique ou le règlement et d'encourager les autres à s'y conformer. La plupart des gens respecteront la politique ou le règlement quand ils connaîtront son existence et la raison de sa mise en place. Il importe de s'assurer que tous ceux qui sont touchés par la politique comprennent bien la stratégie de renforcement et la responsabilité qui leur incombe collectivement et individuellement à cet égard.

Dans la politique de sports et de loisirs sans tabac et le règlement sur les espaces extérieurs sans fumée, il est très utile de prévoir des rappels visuels pour renforcer les nouvelles règles. Les organismes et les municipalités qui ont instauré une politique de lutte contre le tabagisme signalent qu'il est utile de disposer d'un panneau ou d'un logo bien en vue pour renforcer le règlement ou la politique.

Votre stratégie de renforcement devrait comprendre ce qui suit :

- **signalisation et communication** : des panneaux permanents, autant que possible, qui sont très visibles et une communication constante sur la nouvelle politique ou le nouveau règlement dans la documentation et sur le site Web de l'organisme;
- **responsabilité** : les personnes ou les groupes désignés (et formés) pour appliquer la politique ou le règlement;
- **processus** : un processus par étapes pour une stratégie d'application qui est claire et définie;
- **conséquences** : les conséquences concrètes du non-respect que l'organisme ou la municipalité a le pouvoir de faire subir;
- **formation** : les personnes chargées d'appliquer la stratégie de renforcement sont bien formées et comprennent leurs responsabilités.

6^E ÉTAPE : GARANTIR LE SUCCÈS DE LA POLITIQUE / DU RÈGLEMENT

Les processus d'évaluation de la politique de sports et de loisirs sans tabac et du règlement sur les espaces extérieurs sans fumée seront semblables, la seule différence étant leur portée (organisationnelle ou communautaire). L'évaluation vous permettra de comprendre vos bons coups, ce que vous auriez pu mieux faire, les questions significatives touchant l'application et la manière dont vous pourriez mettre au point et instaurer un processus similaire à l'avenir.

Un processus d'évaluation peut être très simple :

- incluez régulièrement la question à l'ordre du jour de la réunion de groupes clés touchés par la politique ou le règlement (chaque année);
- mettez une très brève enquête sur le site Web de l'organisme ou de la municipalité;
- menez une enquête auprès des personnes qui assistent aux événements ou aux activités aux espaces visés par la politique ou le règlement.

Posez les questions suivantes :

- Les gens sont-ils au courant de la politique?
- Les gens se conforment-ils à la nouvelle politique?
- Les déchets de cigarette représentent-ils un problème?
- Le personnel et les bénévoles se sentent-ils à l'aise et confiants d'appliquer la politique?
- La stratégie en cas de non-conformité fonctionne-t-elle?

N'oubliez pas que vous pouvez obtenir de l'aide pour promouvoir des sports et des loisirs sans tabac. Allez au site www.jouersamuseretvivresanstabac.ca ou communiquez avec votre bureau de santé pour en savoir plus.





QU'EST-CE QUE LES SPORTS ET LES LOISIRS SANS TABAC?

La notion de sports et de loisirs sans tabac signifie que les personnes concernées par la pratique d'un sport ou d'un loisir, soit les participants, les bénévoles, les officiels, les entraîneurs, les responsables et les spectateurs, ne fument pas, ne prisent pas ou ne mâchent pas de tabac pendant l'activité. Les organismes peuvent aider à empêcher que les jeunes commencent à consommer des produits de l'industrie du tabac en adoptant une politique destinée à se rendre sans tabac. Certaines localités adoptent aussi comme approche de créer un règlement sur les environnements sans fumée qui englobe les zones extérieures. Les règlements sont des politiques ou des règles ayant force obligatoire qui sont promulguées par une municipalité, en vertu d'une loi adoptée à un échelon supérieur, dans ce cas-ci, la *Loi sur les municipalités*. Celle-ci permet aux municipalités de limiter les endroits où les gens peuvent fumer. Cependant, elle ne leur accorde pas le pouvoir de régir le tabagisme en général (gouvernement de l'Ontario, omission). Les règlements sur les environnements sans fumée sont efficaces, car ils établissent une norme communautaire.

Les politiques de lutte contre le tabagisme et les règlements sur les environnements sans fumée offrent des manières d'éliminer le tabac des sports et des loisirs dans votre collectivité. Ils peuvent fonctionner en complémentarité en englobant tous les aspects du tabagisme à l'extérieur. Des renseignements sur la façon d'utiliser chaque approche sont inclus dans le présent guide. À mesure que vous travaillerez à votre approche aux sports et aux loisirs sans tabac, il importera de décider laquelle fonctionnera pour votre collectivité ou votre organisme. Il importera de bâtir des liens et de collaborer avec d'autres membres de votre collectivité, votre bureau de santé, le personnel affecté aux parcs et loisirs, les organismes de sports et de loisirs et votre propre groupe pour pouvoir apporter les changements que vous recherchez.


Le présent guide sera utile aux personnes et aux groupes qui souhaitent aider leur organisme et leur collectivité à créer des politiques et des règlements de lutte contre le tabagisme. Voici deux importantes ressources qui peuvent vous aider :

 www.jouersamuseretvivreanstabac.ca

 www.mhp.gov.on.ca/fr/healthy-communities/hcf/default.asp

PENSEZ GLOBALEMENT, AGISSEZ LOCALEMENT

« Sports et loisirs sans tabac » est un mouvement qui a vu le jour le 31 mai 2002 lors de la célébration de la Journée mondiale sans tabac organisée par l'Organisation mondiale de la Santé et les centres pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC) des États-Unis, le Comité international olympique (CIO), la Fédération Internationale de Football Association (FIFA), Olympic Aid et d'autres organismes de sports régionaux et locaux. Des événements sans tabac ont alors été organisés partout dans le monde, y compris les Jeux olympiques d'hiver de Salt Lake City, en 2002 (aux États-Unis), et la Coupe du monde de la FIFA qui s'est tenue en République de Corée et au Japon. Aujourd'hui, le mouvement des sports et des loisirs sans tabac se poursuit partout dans le monde, y compris en Ontario et au Canada.

 Organisation mondiale de la Santé | Pour de plus amples renseignements, visitez le <http://www.who.int/tobacco/fr/index.html>

POURQUOI LES SPORTS ET LES LOISIRS SANS TABAC SONT-ILS IMPORTANTS?

Les organismes de sports et de loisirs jouent un rôle essentiel dans la santé et le bien-être de notre collectivité. Une politique de lutte contre le tabagisme renforce l'effet positif qu'a votre organisme sur la santé de la population et envoie aux personnes qui font partie de votre organisme un message important sur sa nature sans tabac.

Voici les avantages des sports et des loisirs sans tabac :

Empêcher les jeunes de commencer à consommer des produits de l'industrie du tabac

Les enfants et les jeunes se comportent en suivant l'exemple des personnes qu'ils admirent (les entraîneurs, les responsables, les parents et les pairs). Une politique de lutte contre le tabagisme sert à reconnaître que tous les produits de l'industrie du tabac sont nocifs, pas seulement la cigarette, mais aussi le tabac à priser et à mâcher. Pendant des années, les compagnies de tabac ont utilisé les sports et d'autres activités liées au mode de vie pour promouvoir leurs produits.

Protéger l'environnement

Les mégots de cigarette constituent une source majeure de déchets dans les localités et sur les plages (Novotny, Lum, Smith, Wang et Barnes, 2009). Il leur faut longtemps avant de se biodégrader, et ce processus dépend de facteurs environnementaux comme la température, la pluie et la lumière naturelle.

Protéger les enfants à l'échelle communautaire

Il est bien accepté qu'il n'existe aucun niveau connu d'exposition sûre à la fumée secondaire à l'intérieur. Des études menées récemment révèlent que dans certaines conditions, les concentrations de fumée de tabac à l'extérieur (à un ou deux mètres d'une cigarette allumée) peuvent être aussi élevées qu'à l'intérieur, et que les sous-produits du tabagisme (comme les résidus de fumée secondaire dans les tissus et les coussins) peuvent s'avérer tout aussi nocifs (Klepeis, Ott, Switzer, 2007; Comité consultatif scientifique de la stratégie Ontario sans fumée, 2010). Les règlements sur les environnements sans fumée offrent une protection à l'échelle communautaire aux personnes vulnérables.

Permettre à tout le monde d'offrir son meilleur rendement

Le tabagisme entre en contradiction avec les bienfaits que procure la pratique des sports et des loisirs.

Créer une culture sans tabac

Il importe que les jeunes reçoivent les mêmes messages de lutte contre le tabagisme à leurs activités de sports ou de loisirs qu'à l'école et dans la collectivité en général.

Aider les fumeurs à cesser de fumer

Les environnements sans fumée offrent moins d'occasions de consommer du tabac et ils éliminent les signaux visuels pour aider les fumeurs à ne pas fumer. La ligne d'aide aux fumeurs fournit un soutien personnalisé et donne accès à une communauté d'anciens fumeurs. Il suffit de composer le 1-877-513-5333 ou de cliquer sur <http://www.teleassistancepourfumeurs.ca> dès aujourd'hui pour obtenir de l'aide.

COMMENT ÉLABORER UNE POLITIQUE DE SPORTS ET DE LOISIRS SANS TABAC OU UN RÈGLEMENT SUR LES ESPACES EXTÉRIEURS SANS FUMÉE



Une politique de lutte contre le tabagisme montre clairement que votre organisme privilégie un mode de vie sans tabac. Les règlements sur les espaces extérieurs sans fumée révèlent quant à eux qu'une collectivité s'engage à promouvoir la santé et le bien-être de ses membres.

La présente section expose dans leurs grandes lignes six étapes fondamentales à suivre pour élaborer une politique efficace de sports et de loisirs sans tabac. Elles peuvent également servir à mettre au point un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée, mais l'accent et les approches varient d'une étape à l'autre. À chaque étape, la notion est d'abord expliquée, puis des renseignements sont fournis sur la manière d'instaurer des politiques de lutte contre le tabagisme et un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée.

1. Comprendre votre collectivité
2. Recueillir des appuis
3. Créer la politique / le règlement
4. Promouvoir la politique / le règlement
5. Renforcer la politique de lutte / le règlement
6. Garantir le succès de la politique / du règlement

Il existe de nombreux guides sur la manière d'élaborer des politiques. Dans celui-ci, nous utilisons une version condensée des huit étapes à suivre pour élaborer une politique de promotion de la santé selon la Health Communication Unit. La Health Communication Unit est un important centre de ressources qui fait partie des centres de ressources pour le renforcement des capacités en promotion de la santé de l'Ontario. Financée par l'Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé, la Health Communication Unit offre de la formation et du soutien aux organismes et aux groupes communautaires qui travaillent aux questions de promotion de la santé en Ontario.

Afin d'en savoir plus sur le processus en huit étapes de la THCU, allez à :



Le guide d'élaboration de politique de la Health Communication Unit

www.thcu.ca/infoandresources/roadmap.htm

LE RÔLE DES MUNICIPALITÉS

Les municipalités peuvent créer et adopter des politiques, dont certaines sont des règlements et qui répondent aux besoins de leur population. Les règlements peuvent s'avérer nécessaires quand il n'existe aucune loi provinciale ou fédérale ou quand la municipalité souhaite renforcer une politique ou une loi provinciale qui existe déjà. Par exemple, avant l'avènement de la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*, des municipalités d'un peu partout dans la province ont adopté des règlements sur les espaces publics et les lieux de travail clos et intérieurs sans fumée. Cette loi stipule clairement que la loi la plus forte, que ce soit au niveau municipal ou provincial, est celle qui a préséance à l'échelle locale.

En général, la loi provinciale accorde aux municipalités le pouvoir d'adopter des lois locales qui limitent le fait de tenir du « tabac allumé », mais pas pour toutes les formes de tabac. C'est pourquoi les règlements destinés à restreindre le tabagisme sont axés sur les espaces extérieurs sans fumée.

ONTARIO SANS FUMÉE

La *Loi favorisant un Ontario sans fumée* est entrée en vigueur le 31 mai 2006. Elle est destinée à protéger la santé de tous les Ontariens en interdisant de fumer dans tous les endroits publics et les lieux de travail clos. Elle prévoit aussi des moyens plus stricts de contrôler la vente et la promotion des produits du tabac à quiconque est âgé de moins de 19 ans. Dès janvier 2009, la loi a été élargie pour protéger également les enfants de moins de 16 ans contre l'exposition à la fumée secondaire dans les véhicules automobiles privés (ministère de la Promotion de la santé et du Sport, 2010).



Allez à l'adresse www.mhp.gov.on.ca pour en savoir plus sur la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*.

1^{RE} ÉTAPE : COMPRENDRE VOTRE COLLECTIVITÉ

Peut-être que l'étape la plus importante lorsqu'il s'agit d'établir une approche communautaire ou organisationnelle au règlement sur les espaces extérieurs sans fumée ou à la politique de sports et de loisirs sans tabac consiste à comprendre comment votre collectivité vit et considère la question. Il est utile de mettre les sports et les loisirs sans tabac dans leur contexte le plus large, en tenant compte des secteurs social, économique et politique de la collectivité.

Pour bien des gens, en particulier ceux qui travaillent ou font du bénévolat pour un organisme, il s'agit d'une étape simple. Leur communauté (p. ex., leur organisme) est petite, restreinte, et leur manière de voir un sujet s'évalue facilement. Il se pourrait que les gens discutent déjà du sujet, ou bien il sera très clair qu'un groupe dont le mandat consiste à soutenir des activités saines sera favorable aux sports et aux loisirs sans tabac.

Pour d'autres, le soutien et l'intérêt de la localité ou de l'organisme à l'égard des sports et des loisirs sans tabac ou des espaces extérieurs sans fumée risquent de ne pas être aussi simples. Ils pourront recevoir une commandite de groupes ou de personnes qui vendent des produits de l'industrie du tabac ou en font la promotion; il se pourrait qu'une bonne partie de leurs membres s'exprime et considère le sujet comme s'il restreignait le comportement, au lieu de promouvoir la santé de tout le monde, ou ils pourront simplement ne pas croire que le sujet mérite de s'y attarder.

Dans un cas comme dans l'autre, comprendre comment votre collectivité vit et considère le sujet vous aidera à cerner les éléments qui nuiront à l'instauration de votre politique de sports et de loisirs sans tabac ou de votre règlement sur les espaces extérieurs sans fumée, ou la faciliteront, et vous permettra d'éviter les surprises. Afin de comprendre votre collectivité, étudiez comment elle voit la question. C'est ce qui s'appelle normalement une « évaluation communautaire » ou une « analyse de la conjoncture ». Effectuer une évaluation communautaire ou une analyse de la conjoncture sera différent selon que vous souhaitez adopter une politique organisationnelle ou un règlement à l'échelle communautaire. Dans certains cas, l'évaluation communautaire vous aidera à décider de vous concentrer sur un règlement sur les espaces extérieurs sans fumée, plutôt que sur une politique de sports et de loisirs sans tabac, selon ce que vous apprenez.

Politiques de sports et de loisirs sans tabac

Comprendre le point de vue de votre organisme sur les politiques de sports et de loisirs sans tabac exige que certaines recherches soient menées franchement.

DÉCOUVREZ SI VOTRE ORGANISME POSSÈDE DÉJÀ UNE POLITIQUE DE LUTTE CONTRE LE TABAGISME.

Si c'est le cas, est-elle écrite? Les gens en connaissent-ils l'existence?

La politique est-elle préconisée et renforcée?

Y a-t-il lieu de la mettre à jour ou de l'étendre?

Votre organisme apparenté (le cas échéant) possède-t-il une politique de sports et de loisirs sans tabac?

N'OUBLIEZ PAS!

Les règles sur le comportement des joueurs ou des entraîneurs sont parfois incluses dans des « codes de conduite » ou enchâssées dans les politiques d'un autre organisme. Si la politique existe sous une autre forme, cela signifie qu'à tout le moins, l'organisme a accepté l'idée de sans tabac ou de sans fumée. Inspirez-vous de cette acceptation pour rendre la règle ou la politique actuelle plus efficace, ou pour changer la mesure dans laquelle la règle actuelle est formulée sous forme de politique.

DÉCOUVREZ SI DES RÈGLEMENTS MUNICIPAUX SUR LES ENVIRONNEMENTS SANS FUMÉE S'APPLIQUENT AUX ESPACES QU'UTILISE VOTRE ORGANISME.

- Par exemple, certaines municipalités ont adopté des règlements qui interdisent de fumer dans les estrades extérieures, les terrains de jeu ou les parcs.
- En vertu de la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*, fumer ou tenir une cigarette allumée est interdit sur le terrain de toutes les écoles primaires et secondaires de l'Ontario, en tout temps.
- Allez au site Web de votre municipalité pour vous renseigner sur les règlements locaux. Vous pouvez aussi trouver d'autres renseignements à l'adresse www.jouersamuseretvivresanstabac.ca.

3^E ÉTAPE : CRÉER LA POLITIQUE DE LUTTE CONTRE LE TABAGISME

Que vous vous efforciez de créer une politique de lutte contre le tabagisme dans un organisme ou encore un règlement contre la fumée dans les espaces extérieurs au niveau municipal, vous devrez vous asseoir et créer la politique souhaitée.

Politique de sports et de loisirs sans tabac

Une solide politique de sports et de loisirs sans tabac inclut les éléments suivants :

- des renseignements généraux sur ce qui justifie votre politique de sports et de loisirs sans tabac, un énoncé qui explique nettement la position de votre organisme;
- qui sera touché par la politique de lutte contre le tabagisme (spectateurs, membres, administrateurs, officiels, entraîneurs, responsables, participants, parents, visiteurs, bénévoles);
- les endroits où la politique sera appliquée ou non (terrains de sports, lignes de côté, comptoirs de concession, terrains de stationnement et ainsi de suite); *n'oubliez pas que la fumée peut se propager*;
- la date d'entrée en vigueur de la politique de lutte contre le tabagisme;
- la manière dont les membres et les participants seront informés de la politique;
- le plan de votre organisme pour s'occuper des personnes ou des groupes qui ne respecteront pas la politique; cela devrait inclure des conséquences claires, précises et applicables au non-respect de la politique.

CLÉS DU SUCCÈS

- Prenez exemple sur les politiques organisationnelles actuelles pour que l'information contenue dans votre politique de lutte contre le tabagisme, le langage employé et le format utilisé soient typiques de votre organisme.
- Employez un langage clair et facile à comprendre et faites en sorte que le message soit aussi précis que possible.
- Fournissez une ébauche à des intervenants clés avant de présenter la politique à tout le groupe afin que les difficultés ou les problèmes soient relevés avant qu'un débat ait lieu à l'échelle de l'organisme.
- Un modèle de politique est inclus à l'Annexe H.





CONSEILS POUR ASSURER LA CONFORMITÉ

- Chaque organisme est unique. Consultez la direction de l'organisme et un avocat pour vous assurer que la stratégie en cas de non-conformité répond à ses besoins et que l'organisme l'appuie.
- Assurez-vous que votre organisme fournit les renseignements, la formation et le soutien nécessaires aux personnes qui pourront devoir renforcer la politique. Communiquez avec le personnel du bureau de santé chargé de la mise en application des lois sur le tabac pour connaître les ressources et les occasions de formation.

CLÉS DU SUCCÈS

Être diplomate

Rappelez gentiment aux personnes prises en train de fumer que vous avez adopté une politique et ce qu'elle signifie.

Comprendre les responsabilités

Faites connaître à tous les membres et participants le rôle qu'ils ont à jouer et les responsabilités qui leur incombent pour ce qui est de renforcer la politique.

Faire intervenir les joueurs et les membres

Demandez aux entraîneurs et aux responsables d'expliquer la politique de lutte contre le tabagisme à la première réunion, et encouragez les joueurs et les membres à partager l'information avec les personnes qui viennent les regarder. Faire intervenir les jeunes en tout temps permet de garantir un respect élevé de la politique.

Promotion claire et constante

Rendez le message facile à voir en ajoutant le logo au chandail et au matériel de promotion de votre équipe, comme les panneaux, les bannières, les t-shirts, les dépliants, les sites Web et toute la documentation écrite (p. ex., les formulaires d'inscription, les avis aux entraîneurs, aux joueurs et aux parents).

Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée

Le règlement sur les espaces extérieurs sans fumée précisera la manière de le renforcer, y compris les exigences de signalisation, la responsabilité de l'application, les amendes et le processus d'application. En effet, une grande partie de la stratégie de renforcement sera dictée par le règlement. Il est donc essentiel que le personnel du bureau de santé chargé de faire appliquer les lois sur la lutte contre le tabagisme participent à l'élaboration du règlement.

Normalement, le personnel du bureau de santé chargé de faire appliquer les lois sur le tabac et les agents municipaux d'application des règlements seront chargés d'appliquer le règlement, mais une bonne stratégie de renforcement devrait aussi comprendre :

- des renseignements et de la formation pour tout le personnel chargé des activités tenues à des endroits où le nouveau règlement sera en vigueur
- un plan d'application dès l'adoption du règlement
- un examen régulier des avertissements, des accusations et des méthodes d'application

6^E ÉTAPE : GARANTIR LE SUCCÈS DE LA POLITIQUE DE LUTTE CONTRE LE TABAGISME

La plupart des groupes estimeront qu'une fois la politique ou le règlement adopté et promulgué, leur travail sera terminé. Mais il s'agit là d'un manque de vision. Cette étape est importante pour trois raisons :

- les points de vue, les attitudes et les comportements des populations et des organismes changent avec le temps;
- un manque d'attention à l'égard de la politique ou du règlement risque d'entraîner un effritement de la conformité;
- l'évaluation de vos efforts d'application de la politique ou du règlement peut apporter des données et des leçons importantes pour d'autres initiatives.

L'évaluation des efforts relatifs à la politique de sports et de loisirs sans tabac ou au règlement sur les espaces extérieurs sans fumée sera semblable, la seule différence étant la portée (organisationnelle ou communautaire). Elle vous permettra de comprendre vos bons coups, ce que vous auriez pu mieux faire, les questions significatives touchant l'application et la manière dont vous pourriez mettre au point et instaurer un processus similaire à l'avenir. Un processus d'évaluation peut consister simplement à mettre la question à l'ordre du jour de réunions avec des groupes clés (dans le cas d'une politique : entraîneurs, parents, officiels, participants; dans celui d'un règlement : conseillers municipaux, utilisateurs communautaires d'espaces inclus, personnel chargé d'appliquer les lois sur le tabac), à mettre une très brève enquête sur le site Web de l'organisme ou de la municipalité, ou à mener une enquête auprès des utilisateurs qui assistent aux événements ou aux activités aux espaces visés par la politique ou le règlement.





Voici des sujets clés à prendre en considération :

Sujet	Politique de sports et de loisirs sans tabac	Règlement sur les espaces extérieurs sans fumée
Moment	6 mois ou un an après l'adoption	3 mois ou un an après la promulgation
Ce que vous voulez apprendre	<ul style="list-style-type: none"> • Conscientisation • Conformité • Changement de comportement • Soutien • Domaines posant problème • Autres sujets devant être abordés 	<ul style="list-style-type: none"> • Conscientisation • Conformité • Changement de comportement • Soutien • Domaines posant problème • Autres sujets devant être abordés
De qui	<ul style="list-style-type: none"> • Membres de l'organisme • Bénévoles • Participants • Fournisseurs • Personnel • Officiels 	<ul style="list-style-type: none"> • Personnel chargé d'appliquer les lois sur le tabac • Grand public • Utilisateurs des espaces ou des installations
Comment vous pouvez obtenir l'information	<ul style="list-style-type: none"> • En menant des entrevues le jour de l'inscription et de la prise de photo • En menant une enquête sur le site Web • En envoyant des sondages avec la documentation sur l'organisme 	<ul style="list-style-type: none"> • En menant des entrevues aux installations ou aux espaces visés par le règlement • En menant une enquête sur le site Web • En menant une enquête auprès des principaux groupes intéressés • En menant une enquête auprès des utilisateurs des installations et des espaces • En menant une enquête après des citoyens en général • En menant une enquête auprès du personnel chargé de l'application

Vos questions devraient être directes, axées sur des aspects précis du processus d'élaboration de politique et brèves. Assurez-vous de prévoir partager ce que vous apprenez avec les autres, tant au sein de votre organisme qu'à l'extérieur, qui pourront profiter ce que vous aurez fait.

ACCENT PARTICULIER : CESSER DE FUMER

Environ la moitié de tous les fumeurs adultes de l'Ontario tentent de cesser de fumer une année donnée (Unité de recherche sur le tabac de l'Ontario, 2010).

Bien que la moitié de tous les anciens fumeurs disent avoir cessé de fumer à leur première tentative, d'autres ont besoin de plusieurs tentatives et de médicaments pour réussir (Fiore MC, Jaen CR, Baker TB et coll., 2008).

AIDER LES GENS À CESSER DE FUMER

Quel rapport existe-t-il entre une politique de sports et de loisirs sans tabac ou un règlement municipal et l'abandon du tabac? En fin de compte, le rapport est très net.

De solides données probantes révèlent que plus de gens réduisent ou cessent leur consommation de produits du tabac quand des politiques de lutte contre le tabagisme sont en place. La raison en est peut-être que les occasions de consommer du tabac sont alors moindres, ou qu'un environnement communautaire de plus en plus sans fumée exerce une influence sur le tabagisme.

Il importe que votre organisme aide les gens qui souhaitent arrêter de fumer. Ainsi, il se positionnera mieux en tant que ressource utile, et il pourra encourager les gens à respecter votre politique de lutte contre le tabagisme. Mais il y a plus : les gens qui veulent cesser de fumer profiteront d'un environnement communautaire favorable.

COMMENT VOUS POUVEZ APPORTER VOTRE AIDE

Cesser de fumer est une décision personnelle qui peut s'avérer difficile. Vous pouvez aider les gens qui ont le courage de cesser de fumer grâce à votre politique de sports et de loisirs sans tabac ou votre règlement.

- Incluez un dépliant ou un prospectus sur le soutien à l'abandon du tabac qui contient des renseignements sur la nouvelle politique de lutte contre le tabagisme de votre organisme (reportez-vous à l'Annexe R : Fiche de renseignements sur la Téléassistance pour fumeurs). Des ressources sont offertes au bureau local de la Société canadienne du cancer et à votre bureau de santé. Il est également possible de se renseigner en appelant directement la Téléassistance pour fumeurs au 1-877-513-5333 ou allant sur le site <http://www.teleassistancepourfumeurs.ca>.

- Offrez de la documentation sur l'abandon du tabac et des dépliants de promotion des résidences sans fumée au bureau et aux installations de votre organisme.
- Dirigez les gens vers la *Téléassistance pour fumeurs* (1-877-513-5333) ou le site <http://www.teleassistancepourfumeurs.ca> pour qu'ils obtiennent des conseils et de l'aide.
- Si suffisamment de gens de votre organisme souhaitent cesser de fumer ou connaître les effets de la fumée secondaire sur la santé, songez à demander à un professionnel de l'abandon du tabac de venir participer à une assemblée, ou à former un groupe d'abandon du tabac. Appelez votre bureau de santé pour en savoir plus.

Vous trouverez votre bureau de santé local en consultant la liste des bureaux de santé de l'Ontario à l'adresse www.health.gov.on.ca/french/publicf/contactf/phuf/phuloc_dtf.html#2.

Merci de vous intéresser à la création d'environnements favorables à une vie saine!

Les organismes de sports et de loisirs peuvent jouer un rôle pour ce qui est :

- d'empêcher les jeunes de commencer à consommer des produits de l'industrie du tabac;
- de protéger l'environnement;
- de protéger les gens contre les effets nocifs de la fumée secondaire;
- d'aider les gens qui tentent de cesser de fumer à ne pas être exposés au tabac;
- de créer une culture sans tabac;
- de permettre à tout le monde d'offrir son meilleur rendement.

Félicitations!

Pour en savoir plus ou avoir de l'aide sur la mise au point d'une politique ou d'un règlement, communiquez avec votre bureau de santé. Vous trouverez la liste des bureaux de santé de l'Ontario à l'adresse www.health.gov.on.ca/french/publicf/contactf/phuf/phuloc_dtf.html#2.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Gouvernement de l'Ontario. (omission). *Loi sur les municipalités*, 2001, récupérée le 17 décembre 2010 à l'adresse www.e-laws.gov.on.ca/html/source/statutes/french/2001/elaws_src_s01025_f.htm

Klepeis, N. E., Ott, W. R. et Switzer, P. (2007). Real-time measurement of outdoor tobacco smoke particles, *Journal of Air and Waste Management Association*, 57(5), 522-534

Ministère de la Promotion de la santé et du Sport (2010). *Foire aux questions sur la Loi favorisant un Ontario sans fumée*, récupéré le 17 décembre 2010 à l'adresse www.mhp.gov.on.ca/fr/smoke-free/faqs.asp#4

Novotny, T. E., Lum, K., Smith, E., Wang, V. et Barnes, R. (2009). Cigarette butts and the case for an environmental policy on hazardous cigarette waste, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 6, 1697-1705

Unité de recherche sur le tabac de l'Ontario (2010). *Indicators of Smoke-Free Ontario Progress* (Monitoring and Evaluation Series, vol. 14/15, n° 2), Toronto, Canada : Unité de recherche sur le tabac de l'Ontario

Comité consultatif scientifique de la stratégie Ontario sans fumée (2010). *Données probantes permettant d'orienter les mesures de lutte globale contre le tabagisme*, Toronto : Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé

Statistique Canada (2005). Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) 2.1, à l'adresse www.statcan.gc.ca/cgi-bin/imdb/p2SV_f.pl?Function=getSurvey&SDDS=3226&lang=en&db=imdb&adm=8&dis=2



ANNEXES



Annexe A : Modèle de formulaire d'engagement du participant	39	Annexe J : Fiche de renseignements destinée aux organismes de loisirs qui louent ou utilisent des installations scolaires	48
Annexe B : Modèle d'enquête sur la lutte contre le tabagisme axée sur les jeunes	40	Annexe K : Fiche de renseignements sur les sports et les loisirs sans tabac à l'intention des administrateurs scolaires	49
Annexe C : Fiche de renseignements sur les sports et les loisirs sans tabac	41	Annexe L : Modèle de note documentaire pour le conseil municipal	51
Annexe D : Fiche de renseignements sur les produits de l'industrie du tabac	42	Annexe M : Modèle de matériel de promotion	53
Annexe E : Fiche de renseignements sur la lutte contre le tabagisme axée sur les jeunes	43	Annexe N : Modèle de certificat	54
Annexe F : Fiche de renseignements sur le tabac à mâcher ou à priser	44	Annexe O : Modèle de formulaire d'engagement de groupe	55
Annexe G : Fiche de renseignements à l'intention des entraîneurs	45	Annexe P : Plan de mise en œuvre du règlement	56
Annexe H : Modèle de politique de lutte contre le tabagisme	46	Annexe Q : Modèle de lettre en cas de non-conformité	57
Annexe I : Modèle de politique de lutte contre le tabagisme – Club de soccer de Guelph	47	Annexe R : Fiche de renseignements sur la Téléassistance pour fumeurs de la Société canadienne du cancer	58



Formulaire d'engagement du participant

Je m'engage à vivre sans tabac, car j'ai choisi de mener une vie saine, active et exempte de tabac.

Nom _____ Âge _____

Entraîneur, enseignant ou responsable _____ Équipe ou groupe _____

Date _____

Je m'engage à vivre sans tabac, car j'ai choisi de mener une vie saine, active et exempte de tabac.

Nom _____ Âge _____

Entraîneur, enseignant ou responsable _____ Équipe ou groupe _____

Date _____

Je m'engage à vivre sans tabac, car j'ai choisi de mener une vie saine, active et exempte de tabac.

Nom _____ Âge _____

Entraîneur, enseignant ou responsable _____ Équipe ou groupe _____

Date _____



Enquête sur la lutte contre le tabagisme

NOUS AIMERIONS RECUEILLIR VOS COMMENTAIRES SUR LA CRÉATION ÉVENTUELLE D'UN PLUS GRAND NOMBRE D'ESPACES DE LOISIRS SANS TABAC POUR LES JEUNES DE NOTRE COLLECTIVITÉ. VEUILLEZ RÉPONDRE AUX QUESTIONS QUI SUIVENT :

Votre âge :

- de 6 à 10 ans
- de 11 à 18 ans
- de 19 à 29 ans
- 30 ans ou plus

Êtes-vous un... (cochez toutes les cases appropriées) :

- Joueur ou participant
- Parent ou membre de la famille
- Entraîneur ou responsable
- Officiel ou arbitre
- Organisateur ou bénévole
- Spectateur

Êtes-vous un...

- Fumeur
- Non-fumeur

J'appuie l'INTERDICTION DU TABAC dans les endroits qui suivent :

(Pour chaque endroit, cochez le chiffre qui correspond le mieux à votre opinion.)

1. Centres communautaires (extérieurs)	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
2. Installations sportives extérieures	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
3. Parcs	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
4. Terrains de jeu	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
5. Planchodromes et véloparcs	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
6. Plages	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
7. Autre _____	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord

J'appuie l'INTERDICTION DU TABAC pour les personnes suivantes à l'occasion d'événements de loisirs pour les jeunes :

1. Entraîneurs ou responsables	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
2. Officiels de sports	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
3. Parents assistant aux événements	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
4. Spectateurs assistant aux événements	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord
5. Participants	fortement en désaccord	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	fortement en accord

Adapted from: Creating Healthy Communities: Using Recreation as a Tool for Tobacco Prevention



Fiche de renseignements sur les sports et les loisirs sans tabac

POURQUOI LES SPORTS ET LES LOISIRS SANS TABAC SONT-ILS IMPORTANTS?

Les organismes de sports et de loisirs jouent un rôle important dans la santé et le bien-être des personnes de tous âges. Lorsque les participants, les bénévoles, les officiels, les entraîneurs, les responsables et les spectateurs consomment des produits du tabac pendant des activités de sports et loisirs, ils envoient aux jeunes un message contradictoire sur le tabagisme. *Sports et loisirs sans tabac (SLST)* montre clairement que les activités de sports et de loisirs et le tabagisme ne vont pas de pair.

Sports et loisirs sans tabac (SLST) signifie que tous les participants, les bénévoles, les officiels, les entraîneurs, les responsables et les spectateurs ne fument pas et ne prisent ou ne mâchent pas de tabac pendant la pratique d'un sport ou d'une activité.

Voici les avantages des sports et des loisirs sans tabac :

Empêcher les jeunes de commencer à consommer des produits de l'industrie du tabac

- Les enfants et les jeunes se comportent en suivant l'exemple des personnes qu'ils admirent (les entraîneurs, les responsables, les parents et les pairs).

Protéger l'environnement

Les mégots de cigarette constituent une source majeure de déchets dans les localités et sur les plages. Il leur faut longtemps avant de se biodégrader, tout dépendant de facteurs environnementaux comme la température, la pluie et la lumière naturelle.

Protéger les enfants contre la fumée secondaire

- Il est bien accepté qu'il n'existe aucun niveau connu d'exposition sûre à la fumée secondaire à l'intérieur. Des études menées récemment révèlent que dans certaines conditions, les concentrations de fumée de tabac à l'extérieur (à un ou deux mètres d'une cigarette allumée) peuvent être aussi élevées qu'à l'intérieur, et que les sous-produits du tabagisme (comme les résidus de fumée secondaire dans les tissus et les coussins) peuvent s'avérer tout aussi nocifs. Les règlements sur les environnements sans fumée offrent une protection à l'échelle communautaire aux personnes vulnérables.

Permettre à tout le monde d'offrir son meilleur rendement

- Le tabagisme vient à l'encontre des bienfaits que procure la pratique de sports et de loisirs.

Créer une culture sans tabac

- Il importe que les jeunes reçoivent les mêmes messages de lutte contre le tabagisme à leurs activités de sports ou de loisirs qu'à l'école et dans la collectivité en général.

Aider les fumeurs à cesser de fumer

- Les environnements sans fumée offrent moins d'occasions de consommer du tabac et ils éliminent les signaux visuels pour aider les fumeurs à ne pas fumer. La *Téléassistance pour fumeurs* fournit un soutien personnalisé et donne accès à une communauté d'anciens fumeurs. Il suffit de composer le 1-877-513-5333 ou de cliquer sur www.teleassistancepourfumeurs.ca dès aujourd'hui pour obtenir de l'aide.





Les produits de l'industrie du tabac

QUE SONT LES PRODUITS DE L'INDUSTRIE DU TABAC?

Lorsque les gens pensent aux produits de l'industrie du tabac, ils songent normalement aux cigarettes, aux pipes et aux cigares. Cependant, bien des formes de tabac sont vendues au Canada, dont :

- le tabac à mâcher ou à priser
- le snus
- les cigarillos
- le narguilé (pipes à eau)
- les bidis
- les kreteks ou cigarettes parfumées au clou de girofle et les autres cigarettes à base d'herbes

TABAC À MÂCHER OU À PRISER, également connu sous le nom de tabac sans fumée

Tabac à mâcher (en feuilles)

- Forme de tabac en feuilles vendue en sachets
- On la garde entre la joue et les gencives pendant plusieurs heures.

Tabac à mâcher (en brique)

- Tabac à mâcher qui a été comprimé pour former un bloc solide
- On le place entre la joue et les gencives.

Tabac à priser

- Tabac humide déchiqueté vendu en boîte
- On le place entre la lèvre inférieure et les gencives.
- On l'appelle aussi « trempage ».



SNUS

- Offert en petits sachets, semblables à des sachets de thé
- On place le sachet sous la lèvre supérieure pendant de longues périodes.
- Ne fait pas cracher.

CIGARILLOS

- Semblables à un cigare, mais de la taille d'une cigarette
- Offerts en diverses saveurs

NARGUILÉ (PIPES À EAU)

- Pipe à eau à une ou plusieurs tiges (souvent faites de verre), utilisée pour inhaler la fumée
- Fonctionne par l'infiltration d'eau et par chaleur indirecte

BIDIS

- Petites cigarettes enroulées dans des feuilles et ficelées à l'aide de ficelles de couleur
- Offerts en diverses saveurs s'apparentant à celles de bonbons
- Ne restent pas allumés facilement; les consommateurs doivent tirer plus fort et inhaler plus profondément pour les garder allumés

KRETEKS

- Cigarettes indonésiennes faites de tabac, de clous de girofle et d'autres produits

Adapté de : British Columbia Ministry of Health (2005). *The Harmful Effects of Tobacco Products: Not a Safe Option to Cigarettes*, Tobacco Prevention Series



Fiche de renseignements sur la lutte contre le tabagisme pour les jeunes

CHAQUE JOUR, LE TABAC TUE 36 PERSONNES EN ONTARIO.

Le tabagisme est lié :

- au cancer du poumon, de la vessie, de l'œsophage, du pancréas, de la bouche, du col de l'utérus, du rein et de l'estomac;
- aux maladies cardiovasculaires comme les crises cardiaques, les anévrismes de l'aorte et les accidents vasculaires cérébraux;
- aux maladies respiratoires, dont l'emphysème, la bronchite chronique et la bronchite asthmatique.

Effets à court terme du tabac

- Essoufflement
- Toux
- Rythme cardiaque élevé
- Niveaux de forme physique réduits
- Mauvaise haleine et dents tachées
- Peau d'aspect tanné et formation de rides

Le tabagisme chez les jeunes est une source d'inquiétude

- Il mène souvent à d'autres comportements dangereux, comme la toxicomanie. Plus une personne commence à fumer jeune, plus elle court de risques de fumer lorsqu'elle sera adulte.
- Les jeunes commencent à fumer à tous les âges, de la préadolescence au début de la vingtaine.

Les avantages de cesser de fumer sont immédiats

- Diminution de la tension artérielle
- Meilleure circulation
- Réduction des risques de crise cardiaque
- Amélioration de la fonction pulmonaire
- Niveaux d'énergie rehaussés

Pour obtenir de l'information, des conseils et du soutien, communiquez avec la *Téléassistance pour fumeurs* au 1-877-513-5333 ou visitez le www.teleassistancepourfumeurs.ca.

Les politiques de lutte contre le tabagisme dans la collectivité fonctionnent!

- Les politiques de lutte contre le tabagisme aident les gens à cesser de fumer et permettent d'éviter que les jeunes ne commencent à le faire.
- Ces politiques sont une partie importante d'un effort soutenu pour réduire le tabagisme en Ontario.



Adapté de: Tobacco-Free Youth Sport and Recreation. How to Get There, Nova Scotia Department of Health Promotion and Protection (2005)



Le tabac à mâcher ou à priser

ÉGALEMENT CONNU SOUS LE NOM DE TABAC SANS FUMÉE

Types de tabac sans fumée

Tabac à mâcher (en feuilles)

- Forme de tabac en feuilles vendue en sachets
- On la garde entre la joue et les gencives pendant plusieurs heures.

Tabac à mâcher (en brique)

- Tabac à mâcher qui a été comprimé pour former un bloc solide
- On le place entre la joue et les gencives.

Tabac à priser

- Tabac humide décheté vendu en boîte
- On le place entre la lèvre inférieure et les gencives.
- On l'appelle aussi « trempage ».

Snus

- Offert en petits sachets, semblables à des sachets de thé
- On place le sachet sous la lèvre supérieure pendant de longues périodes.
- Ne fait pas cracher.

Le tabac à mâcher ou à priser contient plus de 3000 produits chimiques et 28 agents cancérigènes (produits chimiques causant le cancer)

- Polonium 210 (trouvé dans les déchets nucléaires)
- Formaldéhyde (utilisé pour conserver les cadavres)
- Nicotine (produit chimique entraînant l'accoutumance)
- Cadmium (trouvé dans les batteries d'automobile)
- Arsenic (utilisé dans le raticide)
- Benzène (utilisé dans la colle de caoutchouc)

LE TABAC SANS FUMÉE N'EST PAS INOFFENSIF!

Tous les types de tabac sans fumée peuvent causer des maladies.

- Mâcher du tabac peut causer le cancer de la bouche (mâchoire, lèvre, langue, joue, plancher de la bouche et palais), de la gorge et du larynx. Près de la moitié de toutes les personnes atteintes d'un cancer de la bouche meurent dans un délai de cinq ans.
- Consommer du tabac sans fumée peut causer la perte d'os autour des dents et de la mâchoire.
- Mâcher du tabac cause des dommages à l'intérieur de la bouche. Il jaunit, raye et use les dents. Il peut aussi causer des caries, un déchaussement des dents, des maladies de la gencive, la perte de dents et la mauvaise haleine.
- Avaler du jus de tabac peut causer le cancer de l'œsophage, du pharynx, du larynx et du pancréas.
- La leucoplasie (plaques blanches parcheminées pouvant se transformer en cancer) se manifeste chez 40 à 50 % des consommateurs.
- Les sels contenus dans la plupart des tabacs à mâcher peuvent causer une maladie du rein.
- Le tabagisme peut causer une nette diminution du goût et de l'odorat, même dès la première fois.
- Consommer du tabac sans fumée peut augmenter le risque d'hypertension artérielle, de crise cardiaque et d'accident vasculaire cérébral.
- Mâcher du tabac peut entraîner la fatigue, des changements d'humeur, la dépression, une faiblesse musculaire et des étourdissements.
- Chaque boîte de tabac à priser contient une dose mortelle de nicotine.

SITES WEB :

www.health.gov.sk.ca/smokeless-tobacco-facts

<http://dcccps.nci.nih.gov/tcrb/>



Entraîneurs, vous pouvez influencer les jeunes

Les entraîneurs sont d'importants modèles pour les jeunes. Ce que vous faites et dites en ce qui concerne le tabagisme influe sur la manière dont les jeunes pensent au tabac et le consomment. Des études révèlent que lorsqu'un entraîneur consomme du tabac, les jeunes joueurs sont plus susceptibles de croire qu'il est acceptable de le faire. Lorsque les entraîneurs et les autres responsables montrent qu'ils appuient l'idée de lutter contre le tabagisme, les jeunes s'en souviennent et ont plus de chances d'éprouver des sentiments positifs à cet égard.

TOUS LES JEUNES RISQUENT DE CONSOMMER DU TABAC

Selon les taux actuels (2009) de tabagisme chez les jeunes, au sein des équipes formées en moyenne de 16 jeunes âgés de 10 à 17 ans, deux sont des fumeurs actuels. L'âge moyen des élèves de la 10^e à la 12^e année qui disent avoir fumé leur première cigarette était de 14,1 ans.

CONNAISSEZ LES FAITS SUR LE TABAGISME CHEZ LES JEUNES

- Fumer ralentit la croissance des poumons, diminue la fonction pulmonaire et réduit l'apport en oxygène nécessaire aux muscles utilisés dans les sports.
- Les adolescents qui fument disent s'essouffler presque trois fois plus souvent que les autres.
- Les autres produits du tabac, comme le tabac à mâcher, les cigarillos parfumés ou non, les cigares et le tabac à priser ou à pipe, ne sont pas non plus des solutions de rechange sûres à la cigarette.
- Le tabagisme est la principale cause de décès évitable au Canada et est à l'origine de maladies du cœur et du poumon, de cancers et d'accidents vasculaires cérébraux.

EXPRIMEZ-VOUS SANS DÉLAI ET RÉGULIÈREMENT

- Reconnaissez votre influence auprès des jeunes. N'utilisez pas de produits de l'industrie du tabac en leur présence, et rappelez souvent aux participants l'importance de vivre sans tabac.
- Lorsque vous vous adressez aux joueurs, souvenez-vous que ceux-ci réagissent davantage aux messages sur les effets immédiats du tabac (comme un moins bon rendement sportif) qu'à ses dangers à long terme.
- Adoptez et renforcez une politique de lutte contre le tabagisme pour les joueurs, les entraîneurs, les arbitres et les spectateurs.
- Envoyez un exemplaire de votre politique de lutte contre le tabagisme dans les foyers pour que les gens puissent en prendre connaissance.
- Demandez aux spectateurs d'appuyer personnellement les joueurs en respectant une zone sans tabac.





Politique de lutte contre le tabagisme

CONTEXTE ET RAISONNEMENT

Le (la) *[nom de l'organisme]* s'engage à fournir un environnement sain à ses participants, à ses bénévoles et à ses spectateurs. Nous reconnaissons que les effets négatifs sur la santé du tabagisme et de l'exposition au tabac (y compris la fumée secondaire émanant du tabac consommé à l'intérieur et l'exposition à la fumée flottante à l'extérieur), et qu'aucun niveau d'exposition au tabac n'est sûr. Nous reconnaissons aussi que les enfants et les jeunes reçoivent des images positives de tabagisme lorsqu'ils voient des modèles de comportement, des responsables et des personnes qu'ils respectent consommer du tabac.

ENGAGEMENT

Nous croyons que le (la) *[nom du sport]* est une activité saine qui favorise l'activité physique et une vie saine. Les joueurs, les entraîneurs et les bénévoles de notre organisme doivent adopter un comportement positif pour la santé en ce qui touche le tabagisme.

POLITIQUE

Les activités incluant, sans s'y limiter, les jeux, les tournois, les compétitions, les exercices, les séances d'entraînement, les événements (comme les campagnes de financement) et les autres prestations sanctionnées par notre organisme seront sans tabac.

Définition : sans tabac signifie que les joueurs, les participants, les entraîneurs, les responsables, les parents, les parents-substituts, les spectateurs et les officiels n'ont pas le droit de consommer du tabac pendant les activités que notre organisme sanctionne ou dans lesquelles il se lance.

Les produits du tabac englobent : les cigarettes, les cigares, les pipes, les cigarillos, le tabac à mâcher (en feuilles ou en brique), le tabac à priser, le snus, le narguilé, les bidis et les kreteks.

PORTÉE ET LIEU

La politique de lutte contre le tabagisme du (de la) *[nom de l'organisme]* s'appliquera à toutes les activités, y compris, sans s'y limiter, les jeux, les tournois, les compétitions, les exercices, les séances d'entraînement, les événements (comme les campagnes de financement) et les autres prestations sanctionnées par notre organisme. Le lieu de ces activités variera, mais notre politique s'appliquera à tous les endroits tant que les activités en question se dérouleront.

MISE EN ŒUVRE DE LA POLITIQUE

Nous prônerons la politique de lutte contre le tabagisme à toutes nos activités en :

- fournissant un exemplaire de la politique et en expliquant celle-ci au personnel d'entraînement; celui-ci expliquera la politique aux parents et aux parents-substituts;

- examinant la politique et la partageant avec d'autres organismes ou groupes qui pourront assister ou participer à nos activités;
- incluant la politique dans toutes les trousseaux d'orientation et d'information fournies aux entraîneurs, aux officiels, aux joueurs, aux membres, aux bénévoles et aux équipes ou organismes qui assistent ou participent à nos activités ou qui utilisent nos installations;
- rendant la politique visible tout au long de l'année à l'aide de diverses voies ou occasions, dont l'information sur notre site Web, les bannières ou la signalisation que nous utilisons aux événements, et en encourageant les entraîneurs et les joueurs à promouvoir un mode de vie sans tabac.

APPLICATION DE LA POLITIQUE

Nous appliquerons la politique de lutte contre le tabagisme pour que tous ceux qui assistent et participent aux activités du (de la) *[nom de l'organisme]* aient accès à un environnement sans tabac.

Nous appliquerons la politique selon les quatre étapes suivantes :

1. Installer des panneaux et des bannières sur notre politique là où nos activités ont lieu, et inclure la politique dans la documentation d'information offerte sur les lieux des activités.
2. Encourager nos entraîneurs, nos joueurs, nos membres, nos officiels et nos bénévoles à rappeler la politique de lutte contre le tabagisme aux personnes qui consomment du tabac aux activités du (de la) *[nom de l'organisme]*.
3. Donner un avertissement écrit aux personnes qui violent la politique à répétition. Un avertissement verbal sera donné par un représentant officiel du (de la) *[nom de l'organisme]*, y compris un membre de la direction, un arbitre, un entraîneur ou un chef d'équipe. Ce représentant informera la direction du (de la) *[nom de l'organisme]* de l'avertissement en question, en fournissant notamment la date, le lieu et le nom de la personne avertie.
4. La direction donnera un avertissement officiel écrit à la personne. Ensuite, si cette dernière viole encore la politique, elle pourra faire l'objet de mesures disciplinaires qui pourront inclure l'exclusion de tous les événements du (de la) *[nom de l'organisme]*.

ADOPTION DE LA POLITIQUE

La présente politique sera revue chaque année par le comité de direction du (de la) *[nom de l'organisme]*.

Politique adoptée le : *[DATE]*

Politique révisée le : *[date de révision, le cas échéant]*



Politique de lutte contre le tabagisme

Date d'entrée en vigueur : 1^{er} mai 2010

Date : 13 avril 2010

Signature : Aaron MacGillivray

Poste : président

ENGAGEMENT :

Le Club de soccer de Guelph reconnaît qu'il y a suffisamment d'études qui démontrent les dangers que représente pour la santé la consommation de produits du tabac, y compris le fait de fumer et de respirer de la fumée secondaire. Le soccer est un sport sain, et il nous revient donc d'offrir des choix sains aux joueurs, aux participants et à la population. Le Club de soccer de Guelph a donc mis au point la présente politique pour sauvegarder la santé et la sécurité des joueurs, des participants et du grand public.

POLITIQUE :

Les matchs, les activités, les tournois, les compétitions, les exercices, les séances d'entraînement, les événements et les autres prestations sanctionnées par notre organisme se dérouleront sans tabac. Autrement dit, les joueurs, les participants, les entraîneurs, les responsables, les parents, les spectateurs et les officiels ne pourront fumer ou encore priser ou mâcher du tabac à moins de neuf mètres (30 pieds) de tout lieu d'activité du Club de soccer de Guelph.

Nous allons promouvoir la politique de lutte contre le tabagisme à toutes nos activités en :

- demandant aux entraîneurs d'expliquer la politique aux joueurs et aux membres et en remettant aux parents une lettre à lire et à partager avec d'autres personnes qui pourront venir assister à un match, un exercice ou un tournoi;
- incluant la politique dans la trousse de démarrage fournie aux entraîneurs chaque année, afin que tous les participants nouveaux ou qui reviennent, leurs parents ou parents-substituts, les entraîneurs, les officiels et les chefs d'équipe connaissent la politique dès le départ;
- faisant en sorte que la politique soit visible tout au long de l'année par divers messages, y compris une page sur le site Web, des bannières et des panneaux aux événements, et en encourageant les entraîneurs et tous les joueurs à promouvoir une vie active, saine et sans tabac.

Nous allons renforcer la politique de lutte contre le tabagisme à toutes nos activités en :

- encourageant tous les entraîneurs, les joueurs, les membres et les parents à rappeler avec respect la politique de lutte contre le tabagisme à toute personne qui consomme du tabac;
- en faisant constamment subir des conséquences aux personnes qui violent la politique à répétition; si des joueurs, des membres, des parents, des parents-substituts, des spectateurs ou des entraîneurs commettent cette violation de façon répétée, ils risqueront de recevoir un avertissement verbal ou écrit de la direction de l'association; après avoir reçu un avertissement écrit, si une personne viole encore la politique, elle pourra se voir imposer des mesures disciplinaires, lesquelles pourraient inclure l'exclusion de toutes les activités du Club de soccer de Guelph.

Note : en vertu de la Loi favorisant un Ontario sans fumée, il est interdit de fumer ou de tenir du tabac allumé dans les limites de toutes les écoles élémentaires et secondaires de l'Ontario.



Fiche de renseignements pour les organismes de loisirs

La présente fiche de renseignements se rapporte spécifiquement aux organismes de loisirs qui souscrivent à l'idée d'offrir des sports et des loisirs sans tabac, qui ont adopté une politique de sports et de loisirs sans tabac, et qui utilisent ou louent des installations scolaires en Ontario. Pour en savoir plus sur l'élaboration d'une politique globale de sports et de loisirs sans tabac, reportez-vous aux étapes à suivre qui sont exposées dans le Guide des sports et des loisirs sans tabac.

En vertu de la *Loi favorisant un Ontario sans tabac*, il est interdit en tout temps de fumer ou de tenir du tabac « allumé » dans les limites de toutes les écoles publiques et privées, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur. Cette loi inclut :

- tous les terrains de sports scolaires
- tous les véhicules garés dans les limites des écoles ou qui y arrivent
- le fait que quiconque fume, y compris les parents, les visiteurs, les élèves et les spectateurs

La loi est en vigueur 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Bien qu'elle s'applique au tabac allumé, consommer du tabac à mâcher est fortement déconseillé. L'amende imposée aux personnes qui fument à une école s'élève à 305 \$. Le bureau de santé est chargé d'appliquer la loi, mais chaque organisme qui utilise un terrain scolaire doit s'assurer que les enfants et les jeunes sont protégés contre la fumée secondaire, et que les personnes qui utilisent les installations et les terrains scolaires comprennent la loi et s'y conforment.

POLITIQUES DE SPORTS ET DE LOISIRS SANS TABAC (SLST)

Bien des politiques de SLST dépassent les restrictions imposées par la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*, car elles interdisent tous les types de tabagisme, et non seulement le fait de fumer ou de tenir du tabac « allumé » (généralement une cigarette, un cigare ou une pipe). La *Loi favorisant un Ontario sans fumée* est un outil important qui appuie les politiques de SLST, mais elle n'est pas aussi large que la plupart des politiques de SLST d'organisme. L'application des politiques de SLST aux limites des écoles devrait inclure la *Loi favorisant un Ontario sans fumée* dans le plan d'application global.

VOUS UTILISEZ UN TERRAIN SCOLAIRE? VOICI CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE :

Assurez-vous que le personnel, les bénévoles, les entraîneurs, les officiels et les participants savent qu'il est interdit de fumer dans les limites des écoles. La plupart des gens respecteront la loi s'ils sont au courant de son existence. Votre organisme peut :

1. inclure les terrains scolaires que votre groupe de sports ou de loisirs utilise dans l'information que vous partagez sur votre politique de lutte contre le tabagisme (par exemple, dans la trousse d'information à l'intention des entraîneurs, dans la trousse d'inscription des participants ou sur le site Web);
2. s'assurer que les annonces faites avant et pendant les matchs ont lieu à des matchs qui se déroulent sur un terrain scolaire;
3. avant d'utiliser un terrain scolaire, visiter l'endroit et vérifier la visibilité des panneaux requis; souvent, les panneaux sont limités à l'édifice ou au terrain de stationnement et n'indiquent pas clairement que la loi vaut pour tout le terrain (y compris les terrains de sports); discuter des besoins ou des exigences en signalisation de votre organisme avec les représentants de l'école ou du conseil;
4. si la signalisation n'est pas adéquate ou claire sur le terrain scolaire que votre organisme utilise, utiliser une signalisation temporaire (comme des bannières) qui peut attirer l'attention sur la politique de lutte contre le tabagisme pendant que votre organisme utilise le terrain; cette signalisation temporaire peut aussi servir à souligner votre politique de lutte contre le tabagisme à des tournois ou d'autres activités.

APPLIQUER LA POLITIQUE DE LUTTE CONTRE LE TABAGISME SUR LES TERRAINS SCOLAIRES UTILISÉS PAR VOTRE ORGANISME

Si votre organisme loue ou utilise un terrain scolaire, appliquez-y votre politique de lutte contre le tabagisme à l'aide des mêmes mécanismes que vous utilisez généralement. Cependant, vous pouvez inclure de l'information sur la *Loi favorisant un Ontario sans fumée* pour appuyer votre politique en ce qui touche le tabagisme. Dans la politique d'application de votre organisme, songez à inclure les phrases suivantes :

- La *Loi favorisant un Ontario sans fumée* interdit de fumer ou de tenir du tabac allumé dans les limites de toutes les écoles de l'Ontario, y compris sur les terrains de sports. Les personnes prises en train de fumer sur un terrain scolaire de l'Ontario peuvent se voir imposer une amende de 305 \$.
- Si jamais la politique de lutte contre le tabagisme de l'organisme est violée à répétition sur le terrain scolaire, la direction communiquera avec le [nom du bureau de santé] pour qu'il assiste à des activités tenues sur le terrain en question et applique la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*.



Fiche de renseignements sur les SLST à l'intention des administrateurs scolaires

La présente fiche de renseignements est destinée aux organismes de sports et de loisirs qui souscrivent déjà à l'idée d'offrir des sports et des loisirs sans tabac, et qui veulent fournir des renseignements supplémentaires aux administrateurs des conseils scolaires sur la Loi favorisant un Ontario sans fumée (LFOS) et ses exigences, et sur la manière dont la loi peut appuyer des initiatives de SLST. Pour de l'information sur la création d'une politique globale de sports et de loisirs sans tabac, reportez-vous aux étapes à suivre pour élaborer une politique dans le présent Guide jouer, s'amuser et vivre... sans fumée

LE TABAGISME SUR UN TERRAIN SCOLAIRE

Un peu partout en Ontario, les organismes de sports et de loisirs adoptent des politiques de SLST. Ces dernières signifient que toutes les activités (incluant les jeux, les tournois, les exercices, les séances d'entraînement, les événements et les autres prestations) sanctionnées par l'organisme seront sans tabac. Ces politiques soulignent l'engagement de l'organisme à fournir un environnement sain aux participants, aux bénévoles et aux spectateurs. Elles reconnaissent aussi que les environnements sans tabac sont importants pour empêcher les jeunes d'essayer et d'utiliser des produits du tabac.

LOI FAVORISANT UN ONTARIO SANS FUMÉE ET TERRAIN SCOLAIRE

La Loi favorisant un Ontario sans fumée interdit de fumer dans les limites de toutes les écoles publiques et privées, y compris sur les terrains que des écoles détiennent ou utilisent ou auxquels elles ont accès. Elle inclut :

- tous les terrains de sports scolaires
- tous les véhicules garés dans les limites des écoles ou qui y arrivent
- le fait que quiconque fume, y compris les parents, les visiteurs, les élèves et les spectateurs

La loi est en vigueur 24 heures sur 24, sept jours sur sept. L'amende imposée aux personnes qui fument à une école s'élève à 305 \$.

Selon la Loi favorisant un Ontario sans fumée, il revient aux personnes responsables du terrain (les employeurs ou les personnes qui s'en occupent) de :

- s'assurer que les employés, les élèves et les visiteurs sont au courant qu'il est interdit de fumer;
- s'assurer que les employés, les élèves et les citoyens ne fument pas sur le terrain scolaire;
- s'assurer que quiconque ne respecte pas la Loi favorisant un Ontario sans fumée ne reste pas sur le terrain;

- poser des panneaux d'interdiction de fumer à toutes les entrées, les sorties et les salles de toilettes et à tous les autres endroits appropriés pour que tout le monde sache qu'il est interdit de fumer.

DISPOSITIONS PARTICULIÈRES POUR LES ORGANISMES DE SPORTS ET DE LOISIRS UTILISATEURS :

Les organismes de sports et de loisirs qui louent ou utilisent un terrain scolaire le font généralement après les heures normales de classe et pendant les jours où il n'y a pas d'école, lorsque le personnel de l'école ou les administrateurs scolaires ne sont pas présents. Dans leur cas, il est particulièrement important que les autorités scolaires prévoient une signalisation et déploient d'autres efforts pour mieux faire connaître la Loi favorisant un Ontario sans fumée à ceux qui utilisent des terrains scolaires.

CE QUE LES ADMINISTRATEURS SCOLAIRES PEUVENT FAIRE

- Inclure de l'information sur la Loi favorisant un Ontario sans fumée et les terrains scolaires dans les contrats de location. S'assurer que l'information comprend la stratégie de conformité du conseil à la Loi favorisant un Ontario sans fumée.
- Aider toutes les personnes (y compris les groupes scolaires) qui utilisent des installations en dehors des heures normales de classe à respecter la Loi favorisant un Ontario sans fumée. Le soutien à la conformité peut inclure le langage suggéré lorsqu'il s'agit d'aborder des personnes qui fument sur un terrain scolaire, et des lettres en cas de non-conformité que les locataires peuvent utiliser et distribuer aux personnes trouvées en contravention de la Loi favorisant un Ontario sans fumée. Reportez-vous à la fin de la présente fiche de renseignements pour connaître la documentation suggérée.
- Utiliser, pour les installations scolaires, un porte-clés portant le numéro de téléphone du bureau de santé pour permettre de signaler les infractions à la Loi favorisant un Ontario sans fumée sur un terrain scolaire.
- Augmenter la signalisation sur les terrains scolaires (terrains de sports, équipement de jeu, terrains de stationnement) et autour des installations couramment louées (gymnases, cafétérias, auditoriums) concernant la Loi favorisant un Ontario sans fumée et le fait qu'elle est applicable 24 heures sur 24, sept jours sur sept.



SOUTIEN À LA CONFORMITÉ POUR LES GROUPES QUI UTILISENT DES INSTALLATIONS SCOLAIRES

La *Loi favorisant un Ontario sans fumée* interdit en tout temps de fumer ou de tenir du tabac allumé, même lorsque l'école est fermée. Les personnes responsables de l'utilisation du terrain scolaire (y compris celles qui louent ou utilisent le terrain après les heures normales de classe) peuvent appuyer le respect de la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*.

ABORDER LES GENS

Aborder les gens qui ne respectent pas la Loi favorisant un Ontario sans fumée peut s'avérer difficile. Afin de faciliter cette interaction, présumez toujours qu'ils pourront ne pas être au courant qu'il est interdit de fumer ou de tenir du tabac allumé sur un terrain scolaire 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Il pourra s'avérer utile de prévoir un « langage » à l'intention des bénévoles qui devront aborder les gens. Un exemple est fourni ci-après, mais il pourrait être modifié en fonction des besoins de votre organisme.

« Vous ne savez peut-être pas qu'en vertu de la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*, il est interdit de fumer ou de tenir du tabac allumé dans les limites de toutes les écoles, en tout temps, 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Cette disposition s'applique lorsque le terrain est utilisé pour le (la) *[nom de l'activité]*. Nous devons vous demander d'éteindre votre cigarette *[ou autre produit du tabac allumé]* ou de sortir des limites de l'école pendant que vous fumez. Merci de votre considération. »

FOURNIR DES MODÈLES DE LETTRE EN CAS DE NON-CONFORMITÉ

Fournissez aux personnes qui utilisent vos installations un modèle de lettre sur papier à en-tête du conseil qu'elles pourront photocopier et utiliser pour informer les gens qui utilisent les installations sur la *Loi favorisant un Ontario sans fumée* et les terrains scolaires. Allez à www.jouersamuseretviresanstabac.ca pour obtenir des exemples de lettres de conformité pouvant être modifiés aux fins de votre organisme.

COMMUNIQUER AVEC LE BUREAU DE SANTÉ

Incluez dans les contrats de location le numéro de téléphone de votre bureau de santé pour que les locataires puissent communiquer avec lui, ou incluez ce numéro sur le porte-clés des installations afin que les locataires ou les utilisateurs aient facilement accès aux coordonnées pour effectuer un signalement.

Vous trouverez votre bureau de santé local en consultant la liste des bureaux de santé publique de l'ontario à l'adresse www.health.gov.on.ca/french/public/contact/phuf/phuloc_dtf.html#2.





Modèle de note documentaire pour le conseil municipal

CONSEIL MUNICIPAL DE BELLEVILLE

Note documentaire

Terrains de sports sans fumée

DATE: 22 mai 2009

SUJET

UNfiltered est un groupe de jeunes des comtés de Hastings et de Prince Edward qui tâchent de protéger leurs pairs et les enfants contre l'industrie du tabac et ses produits mortels. En mai 2009, il s'est associé avec le Bureau de santé de Hastings et Prince Edward et les enfants d'âge scolaire de la région afin de prôner des terrains de sports sans fumée par l'entremise de la ville de Belleville.

RECOMMANDATION

Que le conseil municipal de Belleville vote en faveur de l'installation d'une signalisation indiquant « Interdiction de fumer à moins de 25 m des limites »¹ à tous les terrains de sports municipaux.

RAISONNEMENT

La *Loi favorisant un Ontario sans fumée* concerne actuellement la totalité des lieux de travail et des lieux publics intérieurs. Toutefois, tout règlement municipal plus restrictif peut être adopté. Les installations de loisirs extérieures et les parcs ont pour objet de favoriser des activités saines, et les règlements sur les environnements sans fumée cadrent avec cette idée.

Les terrains de sports sans fumée favorisent le processus qui consiste à modifier les normes sociales concernant le tabagisme et les enfants en protégeant les enfants contre les modèles de comportement qui fument. Les règlements sur les environnements sans fumée aident aussi les fumeurs qui tentent de cesser de fumer, protègent tous les spectateurs (adultes et enfants) contre les dangers que représente la fumée secondaire et diminuent la quantité de déchets et de déchets dangereux provenant des mégots de cigarette, qui libèrent des produits toxiques et prennent plus de quinze ans à se dégrader. Les règlements sur les environnements sans fumée assurent l'uniformité parmi les installations et les groupes communautaires sportifs. La plupart des événements sportifs communautaires ont lieu soit sur les terrains scolaires, soit sur les terrains de sports municipaux. Le tabac est interdit dans les limites des écoles, alors les règlements limitant le tabagisme sur les terrains de sports municipaux envoient un message cohérent aux citoyens.

L'application d'interdictions de fumer à l'extérieur est également soutenue par des données scientifiques. Une étude² réalisée en 2007 à la Stanford University a permis de découvrir que la présence de fumée de tabac à l'extérieur peut être considérable sous certains régimes de

vent et selon la proximité et le nombre des fumeurs. Les niveaux de particules à l'extérieur ont atteint des sommets obtenus à l'intérieur, ce qui rend la fumée secondaire aussi dangereuse dans un cas comme dans l'autre.

La population appuie fortement l'interdiction de fumer sur les terrains de sports. Selon un sondage mené en 2007 auprès de plus de 300 résidents de 18 ans ou plus dans les comtés de Hastings et de Prince Edward, 75 % des gens appuient l'idée de terrains de sports sans fumée³.

D'après la récente mise en œuvre effectuée dans diverses municipalités de l'Ontario, l'application est rarement nécessaire, car les gens ont tendance à se contrôler, et les exigences d'application supplémentaires qu'imposerait la ville de Belleville auraient donc peu d'impact.

L'application de ce genre de règlement, au besoin, reviendrait aux agents chargés de l'application des règlements et aux agents provinciaux de surveillance des contraventions à la *Loi favorisant un Ontario sans fumée* s'ils étaient également désignés comme agents d'application des règlements à Belleville dans ce cas précis.

Il n'y aurait pas lieu d'apporter des modifications aux règlements de la ville de Belleville. Le règlement 2007-142 adopté le 16 juillet 2007 stipule ce qui suit :

« Lorsque des panneaux ont été installés, nul ne doit fumer ou transporter un cigare, une cigarette, une pipe ou tout autre matériel pour fumer qui est allumé dans un parc ou une partie de celui-ci où l'interdiction est indiquée. »

Ainsi, la création de terrains de sports sans fumée exigerait seulement l'installation de la signalisation approuvée pour l'interdiction de fumer, mais aussi des campagnes de sensibilisation et des mesures d'application ou d'éducation, au besoin.

Introduire des terrains de sports sans fumée a pour but de réduire l'incidence de maladies et de mortalité reliées au tabac en faisant en sorte que les enfants ne soient pas exposés à des modèles de comportement qui fument et aura un effet durable sur la santé des citoyens de Belleville et la conservation des parcs et des aires de loisirs.

Contexte :

Des espaces extérieurs sans fumée ont été créés dans d'autres régions de l'Ontario :

- En juillet 2000, la localité de Collingwood a adopté un règlement interdisant de fumer à moins de 25 m des limites de tous les parcs où est installé du matériel de terrain de jeu. Elle a ensuite adopté un règlement sur les terrains de sports sans fumée en 2005, et depuis, aucune contravention n'a été donnée et aucune plainte



du public n'a été reçue. D'après des discussions tenues avec d'anciens membres du conseil et employés affectés à la santé publique, les enfants de Collingwood qui se rendent à diverses collectivités pour des événements sportifs sont étonnés de voir des adultes fumer sur les lieux des matchs.

- En juillet 2007, la ville de Belleville a adopté un règlement permettant que des panneaux pour un environnement sans fumée soient installés aux endroits désignés et a immédiatement créé deux parcs sans fumée avec matériel de terrain de jeu.
- En 2008, la municipalité de Woodstock, en Ontario, a interdit de fumer à moins de 30 mètres du matériel de terrain de jeu, de 15 mètres des limites de tout terrain de loisirs, de 9 mètres de l'entrée de tout édifice municipal et de 4 mètres de tout arrêt d'autobus, et elle a imposé une interdiction complète sur les terrasses extérieures et à certains événements communautaires.

Belleville compte environ 11 000 enfants de moins de 19 ans (23 % de la population). Tous les enfants qui utilisent les terrains de sports, mais aussi les centaines d'enfants qui font partie des équipes visiteuses et les spectateurs, bénéficieraient de la protection offerte.

Environ 27 % des adultes vivant dans Hastings et Prince Edward fument chaque jour ou à l'occasion.

Selon un sondage téléphonique³ mené en 2007 auprès de 300 résidents âgés de 18 ans ou plus dans les comtés de Hastings et de Prince Edward, voici l'appui qui est manifesté en plus à l'égard des espaces sans fumée :

- 81 % des gens appuient l'idée de terrains de jeu sans fumée;
- 75 % des gens appuient l'idée de terrains de sports sans fumée;
- 85 % des gens appuient l'idée d'interdire de fumer dans les entrées menant à des lieux publics;
- 70 % des gens appuient l'idée d'interdire de fumer sur les terrasses où des boissons et des aliments sont vendus.

Personnes-ressources :

Sheryl Farrar, gestionnaire de programme, Prévention des maladies chroniques et des blessures

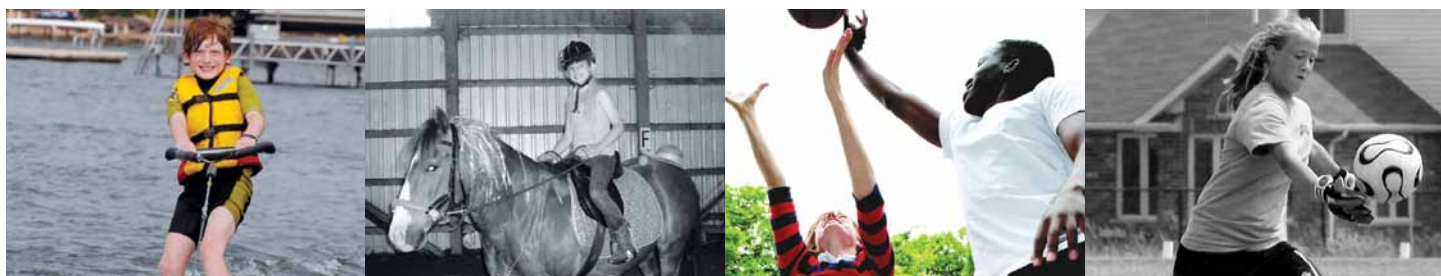
Nicole McKinnon, directrice, Prévention des maladies chroniques et des blessures

¹ Distance recommandée par la municipalité de Collingwood, qui a créé des terrains de jeu et de sports sans fumée en 2002.

² Klepeis N. E., Ott W.R. et Switzer P. (2007) "Real-time Measurement of Outdoor Tobacco Smoke Particles," *Journal of the Air and Waste Management Association*, 57:522-534.

³ 58 % de personnes de 50 à 65 ans ou plus, 78 % de personnes ayant fait au moins des études secondaires, 35 % de fumeurs actuels, 52 % de personnes ayant fumé une fois dans leur vie.

(Données fournies par Jordan Prosper, HPECHU)





Matériel de promotion

LOGO DE L'ORGANISME ICI

Qu'est-ce que c'est?

Résumé de la politique de lutte contre le tabagisme. Définir les produits de l'industrie du tabac qui sont visés (cigarettes, pipes, produits de tabac sans fumée...).

Pourquoi?

Insérer l'information générale et les raisons expliquant la démarche de lutte contre le tabagisme.

Couper et coller la politique ici.

Qui?

Énumérer les personnes visées par la politique (participants, entraîneurs, responsables, spectateurs, parents, officiels...).

Où?

Énumérer les lieux où la politique s'applique (terrain, estrades, lignes de côté, lieux des parties à domicile et à l'étranger...).

Énumérer les lieux où les gens peuvent utiliser les produits de l'industrie du tabac.

Quand?

Préciser la date d'entrée en vigueur de la politique.

Comment?

Préciser comment la politique sera mise en application (rappels verbaux, respect volontaire...)

Questions

Insérer les coordonnées.



Certificat de réussite

Jouer, s'amuser et vivre... sans tabac

Certificat de réussite

[Nom du club, de l'équipe ou de l'organisme]

Le (la) *[nom de l'organisme]* a démontré son engagement envers les sports et les loisirs sans tabac en Ontario et favorise ainsi la création de collectivités plus saines dans la province.

Linda Stobo, coprésidente
Jouer, s'amuser et vivre sans tabac... Ontario
Comité directeur



Margaret Emin, coprésidente
Jouer, s'amuser et vivre sans tabac... Ontario
Comité directeur

[Inscrire la date ici]



Formulaire d'engagement d'organisme

LOGO DE L'ORGANISME

Nous, les membres soussignés de :

Reconnaissons que le tabagisme nuit à la santé et limite nos objectifs, tant au sein de l'équipe qu'à l'extérieur de celle-ci. Nous nous engageons à vivre une vie active et sans tabac, car nous prenons soin de notre santé et de celle des gens qui nous entourent.

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

ENTRAÎNEUR

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

 Participant

DATE



Plan de mise en œuvre du règlement

PLAN DE MISE EN ŒUVRE DU RÈGLEMENT

Belleville

De septembre 2009 à septembre 2010

DATE	DESCRIPTION	RESPONSABILITÉ
Septembre	<ul style="list-style-type: none"> Rencontrer le personnel affecté aux parcs et loisirs afin d'examiner le plan de mise en œuvre, le protocole d'application ou la campagne médiatique. Déterminer les amendes, le libellé abrégé et celui des panneaux. Créer une base de données pour tous les parcs et terrains de jeu visés par le règlement. 	<ul style="list-style-type: none"> Bureau de santé et service des parcs et loisirs de Belleville Greffier municipal de Belleville Bureau de santé
D'octobre à décembre	<ul style="list-style-type: none"> Concevoir et produire les panneaux pour le règlement 142 sur les terrains de sports sans fumée. La campagne médiatique devrait inclure des renseignements concernant la visite des lieux, la ligne parlons tabac et les programmes d'abandon du tabac offerts au bureau de santé. Afficher le règlement et le matériel de sensibilisation sur le site Web du bureau de santé. 	<ul style="list-style-type: none"> Service des parcs et loisirs de Belleville Bureau de santé
Mars 2010	<ul style="list-style-type: none"> Amorcer les visites des lieux. Concevoir une campagne médiatique, y compris des annonces à la radio et dans les journaux et des prospectus. Rencontrer la police de Belleville. Informers les associations sportives. Fournir des renseignements sur les factures de taxe et d'électricité. 	<ul style="list-style-type: none"> Bureau de santé et police de Belleville Bureau de santé Bureau de santé et ville de Belleville
De mai à septembre 2010	<ul style="list-style-type: none"> Répondre aux plaintes et aux demandes de renseignements. Lancer la campagne médiatique. Remettre un rapport mensuel au conseil de santé et au conseil municipal de Belleville. Surveiller la conformité. Examiner les protocoles et les réviser au besoin. 	<ul style="list-style-type: none"> Bureau de santé Bureau de santé et service des parcs et loisirs de Belleville

(Tableau fourni par Jordan Prosper, HPECHU)



Lettre en cas de non-conformité

Madame, Monsieur,

Nous vous demandons de bien vouloir éviter d'utiliser des produits de l'industrie du tabac durant les activités sanctionnées par le (la) *[nom de l'Association]*. Le *[date]*, le (la) *[nom de l'Association]* a adopté une politique de lutte contre le tabagisme interdisant la consommation de toute forme de tabac durant les activités et les événements de l'association. Cela signifie que tous les matchs, tournois et événements commandités, et toutes les activités, compétitions et autres prestations sanctionnées par notre organisme auront lieu dans un environnement sans tabac. Autrement dit, les joueurs, les participants, les entraîneurs, les responsables, les parents, les spectateurs et les officiels ne pourront ni fumer, ni consommer du tabac à priser ou à mâcher durant ces événements.

Le (la) *[nom de l'association]* reconnaît que bien des recherches montrent les effets négatifs qu'a sur la santé l'usage de produits de l'industrie du tabac. Le (la) *[nom de l'association]* reconnaît son leadership en matière de *[nom du sport]* et vise à donner l'exemple pour les jeunes et les autres citoyens. La décision de prôner un environnement sans tabac fait aussi écho à la volonté du (de la) *[nom de l'association]* de créer un environnement sain pour les familles et favorable pour la collectivité.

Les personnes qui ne respectent pas la politique de lutte contre le tabagisme seront informées de l'existence de celle-ci et devront cesser d'utiliser les produits de l'industrie du tabac durant les activités de l'association. Nous vous demandons d'appuyer notre politique de lutte contre le tabagisme afin de donner le bon exemple à nos jeunes et de montrer que notre collectivité accorde de l'importance à un mode de vie sans tabac et en fait la promotion.

Le (la) *[nom de l'association]* aimerait vous remercier de votre collaboration et de votre soutien pour la création d'un environnement sans tabac. Si vous souhaitez recevoir davantage de renseignements à propos de la politique, veuillez communiquer avec le (la) *[nom de l'association]* au *[numéro de téléphone]*.

Veillez agréer, Madame, Monsieur, l'expression de nos salutations distinguées.

Comité de direction du (de la) *[nom de l'association]*



Téléassistance pour fumeurs Vous pouvez cesser de fumer! Nous pouvons vous aider!

**téléassistance
pour fumeurs**

teleassistancepourfumeurs.ca

1 877 513-5333

Soutien
téléphonique



Programme
en ligne



Messagerie
texte



BRANCHEZ-VOUS POUR CESSER

Téléassistance pour fumeurs offre des conseils et des outils pour vous aider à cesser d'utiliser des produits du tabac et augmenter votre chance de réussite. Pour obtenir du soutien, des conseils et de l'information personnalisés, offerts gratuitement et sans porter de jugement, branchez-vous pour cesser aujourd'hui :

En composant sans frais le 1 877 513-5333

Lundi au jeudi : 8 h – 21 h HNE

Vendredi : 8 h – 18 h HNE

Fins de semaine : 9 h – 17 h HNE

Vous êtes prêt à parler de l'abandon? Téléphonnez à un spécialiste de l'abandon pour obtenir un soutien personnalisé, gratuit et confidentiel.

Des spécialistes du renoncement qui peuvent aider à :

- établir un plan de renoncement personnalisé
- affronter les envies
- obtenir de l'information sur les méthodes d'abandon
- affronter les symptômes d'abstinence
- gérer le stress
- connaître les services et les ressources

Inscrivez-vous en ligne à teleassistancepourfumeurs.ca

Accès gratuit 24/7 à une communauté de soutien et à un programme d'entraide.

Les fonctions comprennent :

- forum d'entraide
- échelle de progression qui fournit de l'information personnalisée sur vos économies et les avantages pour la santé
- service de messagerie instantanée
- courriels d'inspiration

Inscrivez-vous pour recevoir des messages textes à teleassistancepourfumeurs.ca

Soutien interactif grâce à des messages textes jusqu'à un maximum de 13 semaines, selon votre date d'abandon. (Frais de messagerie texte habituels s'appliquent.)

Les fonctions comprennent :

- messages de soutien basés sur les preuves
- choix de plusieurs horaires pour recevoir les messages
- mots-clés à envoyer par message texte pour obtenir un soutien additionnel

Les services sont disponibles en français et en anglais. Un service d'interprètes est disponible dans plus de 100 langues au téléphone. **Téléassistance pour fumeurs** est géré par la Société canadienne du cancer pour appuyer un Ontario sans fumée.



www.jouersamuseretvivresanstabac.ca

