

28/01/2016


L'EXPRESS

FACEBOOK Présenté hier matin à Neuchâtel, une campagne contre le tabagisme innovée.

Un programme antitabac mise sur le réseau social



Après les messages sur les paquets, la prévention contre le tabagisme mise sur Facebook. archives

A⁻ A⁺ 

Miser sur Facebook pour inciter un maximum de Romands à arrêter de fumer. C'est l'objectif d'un projet, dévoilé hier au Musée d'histoire naturelle de Neuchâtel, qui s'appuie sur la pression positive et l'esprit communautaire du réseau social pour que les fumeurs disent adieu à la clope.

«Entre 4000 et 6000 Suisses romands pourraient arrêter de fumer grâce à Facebook», estime

Roland Savioz, concepteur de ce projet qui a fait ses preuves en Valais. Ceux qui veulent participer à ce programme doivent s'inscrire sur la page Facebook «J'arrête de fumer» de leur canton de domicile.

Le coup d'envoi proprement dit de cette opération sera donné le 20 mars, premier jour du printemps. Les participants auront six mois pour mettre un terme à leur addiction. Dès lors, les candidats recevront chaque jour et pendant les six mois du programme un conseil de désaccoutumance. L'action est mise sur pied par des associations cantonales comme les différents centres d'information pour la prévention du tabagisme (Cipret).

Conseils et encouragements

«La solidarité ainsi que la force du groupe sur Facebook dégagent une pression positive», explique Alexandre Dubuis, coordinateur romand du programme. Les participants ne seront pas seuls. Ils pourront participer à des discussions et recevoir des conseils. «L'envie physique d'une cigarette dure trois minutes: occuper l'esprit durant ce laps de temps en consultant la page Facebook pour commenter et lire et l'envie est passée», souligne Roland Savioz. Le public visé est celui des personnes âgées entre 26 et 34 ans.

Programme innovant

Pour Peter Blatter, responsable du Fonds de prévention du tabagisme, ce projet est vraiment innovant, car «il intègre les fumeurs dans un rapport participatif». Jusqu'à présent, le milieu de la prévention proposait essentiellement des méthodes fondées sur l'épreuve. Le Fonds de prévention du tabagisme finance le programme à hauteur de 600 000 francs. Une somme équivalente sera versée par les cantons concernés. Pour le moment, le projet ne sera pas étendu à la Suisse alémanique.

Ce programme repose sur le projet pilote mené depuis le 7 septembre 2015 dans le canton du Valais. Sur les 1000 participants, plus de la moitié des sondés sont non-fumeurs après trois mois. Selon les différentes méthodes utilisées, individuelles ou en groupe, il y a entre 5 et 20% de réussite. «On est très nettement au-dessus», conclut Alexandre Dubuis. ATS
Pour participer: Sur Facebook, il suffit de rechercher «J'arrête de fumer Neuchâtel» et de «liker» la page.