



Demain, la clope s'écrase

Le 31 mai, c'est la Journée mondiale sans tabac, L'occasion ou jamais...

STOP. «Lorsqu'on lui pose une question piège, un non-fumeur a l'air con, le fumeur, lui, a une quinte de toux. C'est beaucoup plus classe.» Le témoignage qu'a laissé Natacha Koutchoumov, comédienne classe, sur Stop-tabac.ch veut dédramatiser la relation fumeur - non-fu-

LE TÉMOIGNAGE

«Et si on leur foutait un peu la paix, aux fumeurs!»

Massimo Lorenzi ancien fumeur qui prône la tolérance

meur. «Il y a toujours besoin de sensibiliser et un témoignage est plus fort que les discours de prévention», assure-t-on à l'Institut de médecine sociale et préventive de Genève. D'ailleurs si la cigarette est sociale, le fait d'arrêter serait «culturellement contagieux», selon une récente étude américaine.

Au moment où les lieux publics bannissent la clope, une telle Journée a-t-elle encore un sens? «Elle couronne la victoire des dernières votations genevoises, c'est vrai, sourit-on à l'institut. Mais il reste beaucoup à faire, surtout auprès des jeunes, cible facile des cigarettiers qui les séduisent avec des arguments tendance. Sinon, le vrai enjeu se situe maintenant dans les pays en voie de développement et en Russie.»

— STÉPHANIE BILLETER
www.stop-tabac.ch

AVEC UN JEU VIDÉO

Après les livres, après le Net, voici le jeu vidéo pour arrêter de fumer.



Nintendo est en train de développer un concept de jeu interactif basé sur la méthode d'Allen Carr (oui, oui,

celui qui promet qu'on arrête de fumer après avoir lu la dernière ligne de son fameux livre). «Les joueurs réaliseront qu'il est en fait amusant d'arrêter de fumer», assure l'un des vice-présidents d'Ubisoft. La sortie du jeu est prévue pour novembre prochain. — S. Bl.

LE CHIFFRE

20%

de la population suisse fument (chiffres 2007). C'est également le pourcentage d'ex-fumeurs. 51% de la population n'ont jamais fumé.

Envie d'arrêter? Votre boss peut participer

AIDE. Pour gérer les conflits entre pro et antitabac au travail et rendre les patrons attentifs à la santé de leurs salariés, la société genevoise BZS Santé en Entreprise propose un programme de prévention antifumée. «Lorsqu'une société interdit la cigarette, elle pense rarement à accompagner les employés qui veulent se sevrer, explique le Dr Brigitte Zirbs Savigny, directrice du projet. Certains renoncent à lâcher la nicotine parce qu'ils

ne peuvent pas se permettre d'être absents plusieurs heures par mois pour se faire suivre.» Son équipe a donc mis sur pied des ateliers organisés sur le lieu de travail. Durant six mois, un médecin et un psychologue assurent le suivi d'un maximum de dix personnes sur 20 heures. On y parle clope bien sûr, mais aussi diététique, sport, et relaxation. Car il faut gérer le manque.

Tout cela a naturellement un coût. L'entreprise doit of-

frir les locaux et deux après-midi de temps travaillé. L'employé met un peu plus de 1000 fr. de sa poche: c'est le prix d'un paquet de cigarette journalier pendant une moitié d'année. «Selon moi, le bien-être au travail doit faire partie d'un projet de direction à long terme. Si les employés sont heureux, le boulot est bien fait et tout le monde y trouve son compte», résume Brigitte Zirbs Savigny. — IRÈNE LANGUIN
CONTACT: BZS, 022 771 37 00

Arrêter de fumer? Oui, mais où, quand, comment? Les rendez-vous de la Journée



CHALLENGE. Un déclic. De l'avis des spécialistes comme des ex-fumeurs, c'est ce qu'il faut pour se décider. On choisit alors la méthode qui convient, volonté, hypnose, patch, acupuncture, tout sera bon si on l'a décidé. Le Centre Laser Stop Cigarette tient un stand. Les cliniques lausannoises organisent des ateliers. Et à Genève, l'OMS cible les jeunes.
www.prevention.ch,
www.centrelaserstopcigarette.com,
www.cipretvaud.ch