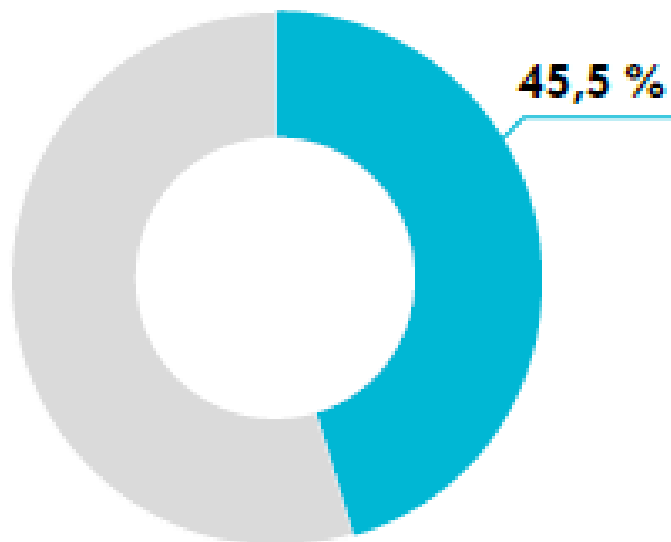


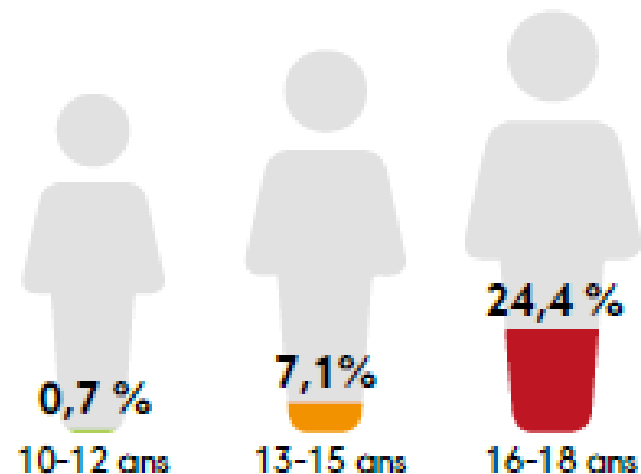
VRAI OU FAUX

QUELQUES CHIFFRES SUR LE TABAC

Les jeunes calédoniens sont 45,5 % à avoir déjà fumé du tabac ou une cigarette.

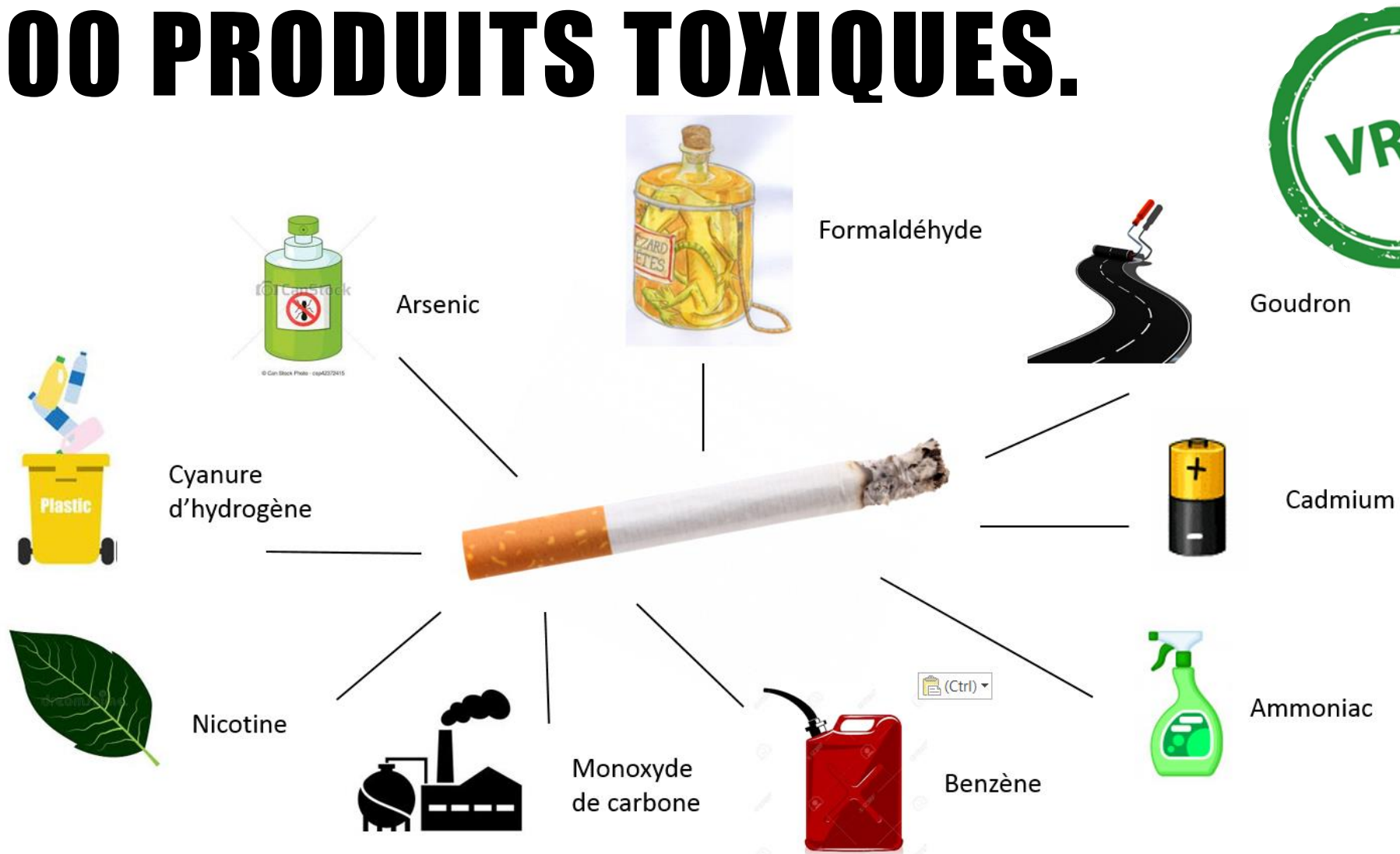


Comme attendu, la proportion de jeunes fumeurs quotidiens augmente avec l'âge : 0,7 % des 10-12 ans, 7,1 % des 13-15 ans et 24,4 % des 16-18 ans ($p < 0,001$).



**LA CIGARETTE
CONTIENT PLUS DE
4000 PRODUITS
TOXIQUES.**

LA CIGARETTE CONTIENT PLUS DE 4000 PRODUITS TOXIQUES.



**FUMER AUGMENTE
LES PERFORMANCES
QUAND ON FAIT DU
SPORT.**

FUMER AUGMENTE LES PERFORMANCES QUAND ON FAIT DU SPORT.



Diminution des performances

Diminution de l'endurance



Augmentation des risques cardiovasculaires

Diminution capacité respiratoire

**FUMER ET PRENDRE LA
PILULE
CONTRACEPTIVE EN
MÊME TEMPS C'EST
DANGEREUX.**

FUMER ET PRENDRE LA PILULE CONTRACEPTIVE EN MÊME TEMPS C'EST DANGEREUX.



La cigarette et certaines pilules contraceptives ne font pas bon mélange, en cas de doute réduisez votre consommation de tabac et parlez-en à votre infirmière scolaire ou votre médecin.

**FUMER RÉDUIT LES
PERFORMANCES
SEXUELLES ET PEUT
ENTRAÎNER
L'IMPUISSANCE CHEZ
LES HOMMES.**

FUMER RÉDUIT LES PERFORMANCES SEXUELLES ET PEUT ENTRAÎNER L'IMPUISSANCE CHEZ LES HOMMES.



Chez l'homme : diminution de l'érection

Chez la femme : diminution de la fertilité et ménopause précoce

**FUMER PRÉSENTE DES
RISQUES PENDANT LA
GROSSESSE.**

FUMER PRÉSENTE DES RISQUES PENDANT LA GROSSESSE.



Retard de
croissance intra-
utérine

Grossesse extra-
utérine



Risque de prématuré

Problèmes respiratoires
enfant

Mort subite du nourrisson

**ON RESSENT DES
AMÉLIORATIONS
PHYSIQUES DÈS LA 1^{ÈRE}
HEURE D'ARRÊT DU
TABAC.**

ON RESSENT DES AMÉLIORATIONS DÈS LA 1^{ÈRE} HEURE D'ARRÊT DU TABAC.

20 minutes après
la dernière cigarette

La pression sanguine
redevient normale

3 jours après
la dernière cigarette

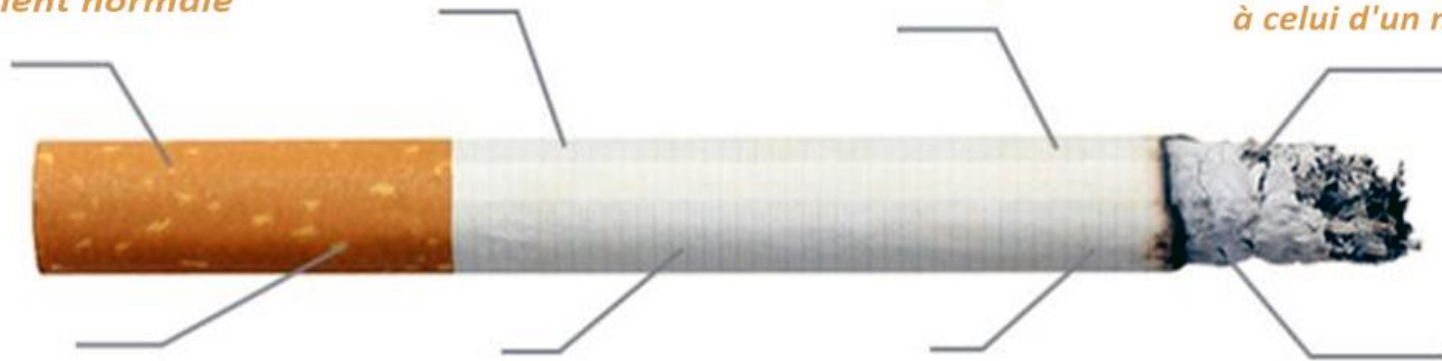
Respirer devient
plus facile

1 an après
la dernière cigarette

Le risque d'infarctus
diminue de moitié

10 ans après
la dernière cigarette

Le risque de cancer du
poumon est semblable
à celui d'un non-fumeur



8 heures après
la dernière cigarette

L'oxygénation des
cellules redevient
normale

2 mois après
la dernière cigarette

La fonction pulmonaire
a augmenté de
jusqu'à 30%

5 ans après
la dernière cigarette

Le risque de cancer
du poumon diminue
presque de moitié

15 ans après
la dernière cigarette

Le risque de crise
cardiaque est semblable
à celui d'un non-fumeur



**FUMER NE PRÉSENTE
PAS DE DANGER POUR
LES AUTRES.**

FUMER NE PRÉSENTE PAS DE DANGER POUR LES AUTRES.

La fumée est toxique

Tous les ans, c'est environ **5** fois la population de la Nouvelle-Calédonie qui meurt de **TABAGISME PASSIF !**

Définition du tabagisme passif : c'est le fait d'inhaler, de manière involontaire, la fumée dégagée par un ou plusieurs fumeurs.

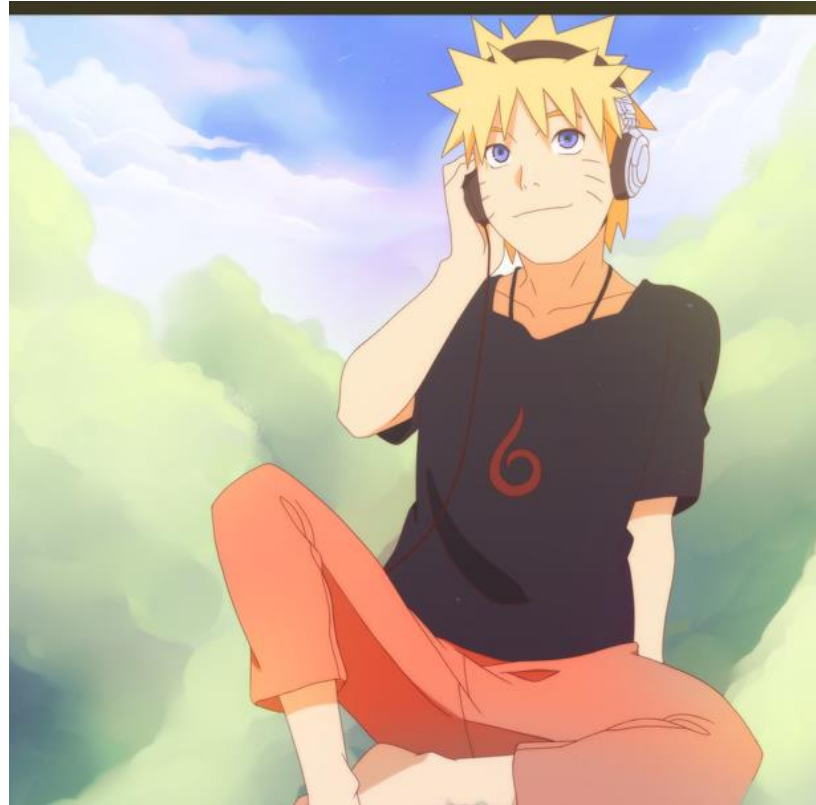


FAUX

**UNE ENVIE DE
CIGARETTE DURE
PLUSIEURS HEURES.**



UNE ENVIE DE CIGARETTE DURE PLUSIEURS HEURES.



Une envie de cigarette dure 3 à 5 minutes...Le temps d'une musique !

**LA CIGARETTE
ÉLECTRONIQUE N'EST
VENDUE QUE POUR
AIDER LES FUMEURS À
ARRÊTER.**

LA CIGARETTE ÉLECTRONIQUE N'EST VENDUE QUE POUR AIDER LES FUMEURS À ARRÊTER.

Vendu par les industriels du tabac

Marketing fait pour toucher les jeunes



MAIS PAS QUE...

Des fumeurs peuvent l'utiliser pour arrêter le tabac

**LA CIGARETTE
ÉLECTRONIQUE EST
BONNE POUR LA
SANTÉ.**

LA CIGARETTE ÉLECTRONIQUE EST BONNE POUR LA SANTÉ.

Le e-liquide contient des produits toxiques présent dans la cigarette



Peut créer une dépendance physique et psychologique/comportementale

**ARRÊTER DE FUMER
PENDANT 1 MOIS
C'EST MULTIPLIER LES
CHANCES D'ARRÊTER
DÉFINITIVEMENT PAR
2.**

**ARRÊTER DE FUMER PENDANT 1 MOIS
C'EST MULTIPLIER LES CHANCES
D'ARRÊTER DÉFINITIVEMENT PAR 2.**



5 X PLUS DE CHANCE D'ARRÊTER !!!!

**LES JEUNES
DEVIENNENT PLUS
VITE DÉPENDANTS AU
TABAC QUE LES
ADULTES.**

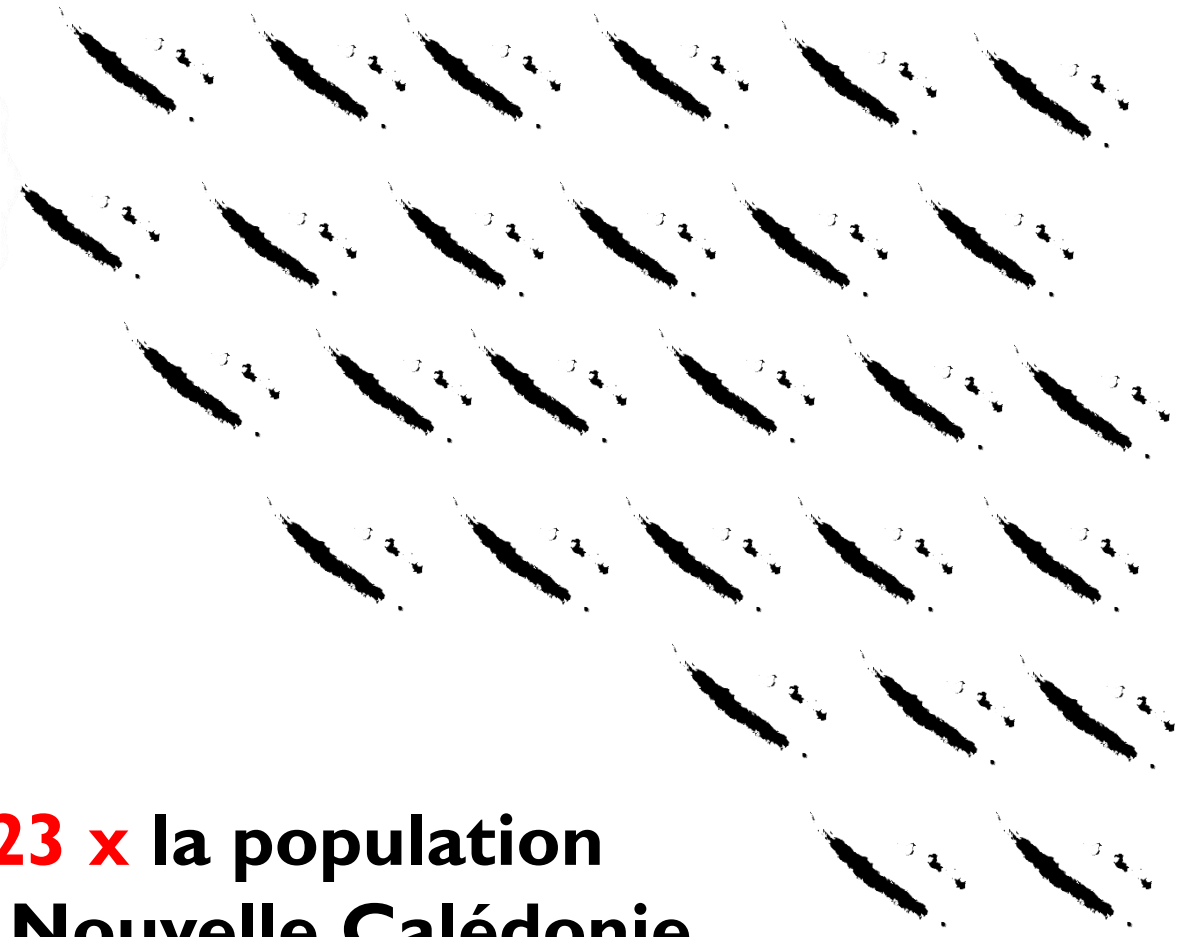
LES JEUNES DEVIENNENT PLUS VITE DÉPENDANTS AU TABAC QUE LES ADULTES.



Les jeunes deviennent dépendants au tabac **après avoir fumé beaucoup moins de cigarettes que les adultes** et ont **plus de difficulté à arrêter de fumer.**

**FUMER TUE PEU DE
GENS.**

FUMER TUE PEU DE GENS.



Le tabac fait
7 millions de morts
par an

= **23 x** la population
de Nouvelle Calédonie

**LES ENFANTS DE
FUMEURS ONT PLUS
DE RISQUE QUE LES
AUTRES DE DEVENIR
FUMEUR.**



LES ENFANTS DE FUMEURS ONT PLUS DE RISQUE QUE LES AUTRES DE DEVENIR EUX-MÊMES FUMEURS.



MAIS PAS QUE...

2 X plus de risque de fumer, **mais ils ne deviennent pas obligatoirement des fumeurs !**

**LE TABAC À ROULER
EST PLUS NOCIF QUE
LES CIGARETTES
INDUSTRIELLES.**

LE TABAC À ROULER EST PLUS NOCIF QUE LES CIGARETTES INDUSTRIELLES.

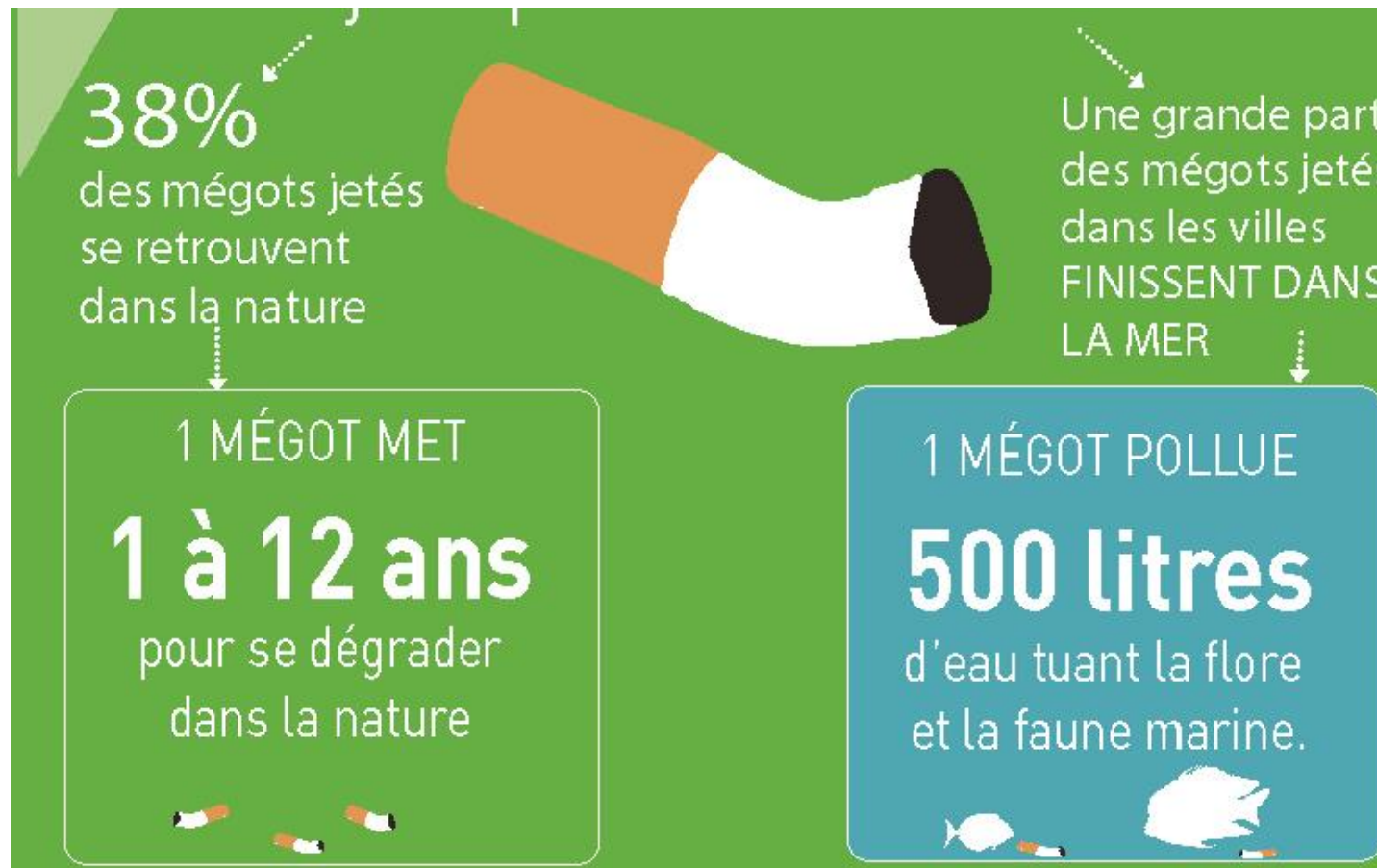


3 à 6 X plus nocif que le tabac des cigarettes « luxes » :

- + de produits toxiques
- On inhale plus de substances toxiques
- 1 cigarette roulée = 2 cigarettes industrielles

**1 MÉGOT MET MOINS
D'UN AN À SE
DÉGRADER DANS LA
NATURE.**

1 MÉGOT MET MOINS D'UN AN À SE DÉGRADER DANS LA NATURE.



**LA CULTURE DU TABAC
PARTICIPE À LA
DÉFORESTATION
MONDIALE.**

LA CULTURE DU TABAC PARTICIPE À LA DÉFORESTATION MONDIALE.



Chaque année 200 000 hectares de forêts sont coupées pour la culture du tabac.

Soit 2 fois LIFOU !

**ON RESTE ACCRO À LA
NICOTINE PLUSIEURS
ANNÉES APRÈS AVOIR
ARRÊTÉ DE FUMER.**

ON RESTE ACCRO À LA NICOTINE PLUSIEURS ANNÉES APRÈS AVOIR ARRÊTÉ DE FUMER.



Au bout de **3 semaines à 3 mois** la **dépendance physique** à la nicotine disparaît !

**LA LUTTE ANTI-TABAC
ET SON DANGER POUR
LA SANTÉ ONT
CONTRAINTE
L'INDUSTRIE DU TABAC
À S'ADAPTER.**

LA LUTTE ANTI-TABAC ET SON DANGER POUR LA SANTÉ ONT CONTRAINT L'INDUSTRIE DU TABAC À S'ADAPTER.



Cigarette avec filtres,
tabac "doux", "légers"



Marketing stratégique
pour entretenir la
dépendance et cibler
un nouveau public



**ARRÊTER DE FUMER
PERMET DE FAIRE DES
ÉCONOMIES.**

ARRÊTER DE FUMER PERMET DE FAIRE DES ÉCONOMIES.

Au bout d'un an....

5 à 7 cigarettes/j

120 000 frs



10 à 15 cigarettes/j

240 000 frs



1 paquet/j

480 000 frs



**IL EXISTE DES MOYENS
DE PRÉVENTION POUR
LUTTER CONTRE LE
TABAC.**

IL EXISTE DES MOYENS DE PRÉVENTION POUR LUTTER CONTRE LE TABAC.



Taxation



Legislation



Politique de santé publique

COMMENT DIRE NON A LA CIGARETTE?

COMMENT DIRE NON À LA CIGARETTE ?

***REFUSER** systématiquement

***ARGUMENTER** : fumer n'est pas tendance, de plus en plus de personnes ne fument pas

***TROUVER UNE PARADE** : "euh désolé on m'appelle...", "J'ai essayé et après je me suis pas senti bien..."

***DEMANDER DE L'AIDE** : à un proche par exemple, ou une aide extérieur : **Déclic** pour les moins de 25 ans et le centre de soin pour les adultes, c'est gratuit et anonyme.

