

5^e anniversaire du défi « Qui cesse gagne! »

Pour une cinquième année consécutive, la Coalition antitabac de la Péninsule acadienne a présenté le défi « Qui cesse gagne », le 29 janvier dernier, à Tracadie. Ayant comme slogan, pour 2 poumons 9, choisissez le 29, les intéressés étaient conviés à faire connaître leur type d'engagement pour une vie future sans fumée.

Ils devaient choisir parmi les options suivantes : arrêter complètement de fumer; diminuer le nombre de cigarettes fumées par jour; garder au moins son environnement (maison, véhicule, garage ou autres) sans fumée; continuer à vivre sans tabac.

UN ÉVÉNEMENT MÉDIATISÉ

Question de bien informer la population et de promouvoir l'activité, deux émissions de radio ont été diffusées en direct; le matin sur les ondes de la radio communautaire CKRO 97,1 et en après-midi, sur les ondes de CKLE 92,9.

« La présence des stations de radio est très importante durant la journée. Nous invitons des spécialistes dans le domaine pour parler à l'auditoire. Ça peut être un pharmacien (moyens à prendre pour renoncer), un médecin (parle des méfaits du tabagisme sur la santé), une diététicienne (livre des conseils pour une bonne alimentation quand on cesse de fumer), une travailleuse sociale (évoque les symptômes de sevrage et la façon de les gérer), et des ex-fumeurs (qui racontent leur histoire en espérant qu'elle va inspirer d'autres personnes à renoncer au tabac) », a laissé entendre Marie-Josée Roussel, agente de développement communautaire à l'Hôpital et CSC de Lamèque.

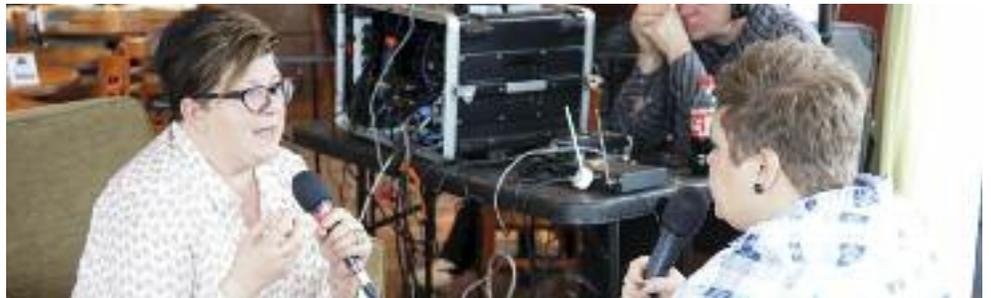
UN ENGAGEMENT VERS UNE VIE SAINE SANS TABAC

En plus d'offrir de l'information et l'accès à des ressources concrètes, le défi « Qui cesse gagne! » tient son nom du fait que l'auditoire est invité à passer à l'action en étant capable d'appeler pendant l'émission pour prendre des engagements personnels vers une vie saine sans tabac.

En toute sécurité et dans l'arrière-scène, des téléphonistes écoutent les gens et répondent à leurs questions lorsqu'ils sont prêts à se fixer l'objectif de cesser de fumer ou de réduire leur consommation de cigarettes.

Six mois plus tard, des suivis téléphoniques se font auprès des fumeurs et ex-fumeurs qui ont pris des engagements. Lors des défis précédents, cette vérification téléphonique a démontré un taux de maintien de 44 % chez les personnes ayant pris un engagement.

« C'est un aspect très important qui contribue au succès de cette initiative, a ajouté Marie-Josée Roussel. Quand on dit aux gens qu'on va faire un suivi pour voir s'ils ont respecté ou non leur engagement, ça les motive un peu plus. L'engagement devient un peu plus concret et ils ne veulent pas nous décevoir! » L'Hôpital et CSC de Lamèque, Santé publique, le programme Extra-Mural et le Réseau mieux-être de la Péninsule acadienne font partie de la Coalition antitabac de la Péninsule acadienne.



Annette Comeau, de Chiasson Office, en entrevue avec l'animatrice du matin à CKRO, Monique Aubin. Elle-même ancienne fumeuse, Annette dit avoir arrêté, il y a de cela trois ans, pour sa santé, pour voir ses petits-enfants grandir et aussi parce qu'elle travaille depuis 15 ans au sein du Réseau de santé Vitalité.



Josianne Mallet et Annie Duguay, deux inhalothérapeutes, et Daniel Lanteigne, infirmier, ont répondu bénévolement aux appels des gens qui voulaient participer au défi.



Sur les ondes de la station CKLE-FM, l'animateur Claude Simard a accueilli Audrey Mallet, étudiante en science infirmière, Nancy Ferguson-Robichaud, infirmière en Santé publique, et Marie-Josée Roussel, agente de développement communautaire de l'Hôpital et CSC de Lamèque.