

Contacts

Pour toute information complémentaire ou inscription, l'équipe du Service Prévention Tabac se tient à votre disposition:

Françoise Cousin

francoise.cousin@fares.be

Hernando Rebolledo

hernando.rebolledo@fares.be

Caroline Rasson

caroline.rasson@fares.be

Tél: 02.512.29.36

www.fares.be



E.R. J.P. Van Vooren, FARES, rue de la Concorde 56, 1050 Bruxelles — novembre 2009



Service Prévention Tabac
56 Rue de la Concorde
1050 Bruxelles
Tél. : 02/512 29 36
Fax : 02/ 512 32 73
www.fares.be

Avec le soutien du fonds fédéral de lutte
contre le tabagisme



**Sport sans tabac,
Parlons-en!**



Un programme
d'appui aux
professionnels du
milieu sportif

A qui s'adresse le programme?

Si vous êtes entraîneur, enseignant en éducation physique, animateur dans un centre sportif, promoteur d'activités sportives, etc.

Et que ces questions vous interpellent :

- ⇒ Faut-il parler du tabac avec les sportifs?
- ⇒ Quel rôle peut jouer un entraîneur, un enseignant en éducation physique, etc. ?
- ⇒ Faut-il prôner l'abstinence ?
- ⇒ Comment gérer les situations liées à l'interdiction de fumer ?
- ⇒ Comment en parler en évitant le discours moralisateur et répressif ?
- ⇒ Comment répondre aux éventuelles préoccupations des sportifs concernant leur consommation de tabac ?

Les activités proposées dans ce programme peuvent vous aider dans l'abord des sportifs fumeurs, sans jugement ni stigmatisation, autour de:

- > leurs éventuelles difficultés concernant leur consommation de tabac ;
- > les possibilités de réduire l'abus et la dépendance tabagique ;
- > les relations d'aide adéquates, en accord avec leurs demandes.

Les sportifs sont-ils fumeurs?

En 2004, en Belgique, on comptait 24,9% de fumeurs parmi les sportifs. C'est dans les sports collectifs qu'on retrouve une plus grande part de fumeurs.



Activités proposées

1. Module de formation « Repères pour mieux aborder la question du tabac »

Ce module de deux heures propose des pistes d'action possibles pour répondre aux difficultés et aux préoccupations des sportifs que vous rencontrez dans votre cadre de travail. **Il peut être suivi d'un accompagnement sur le terrain.**

Il abordera des thèmes pratiques, tels que :

- Stratégies et techniques de communication en individuel et en groupe ;
- Comment aider les personnes à identifier leurs motivations et leurs ambivalences vis-à-vis de la consommation.
- Comment les aider à identifier les facteurs sociaux influençant leur tabagisme : influence des médias et manipulations de l'industrie de tabac ; influence sociale des pairs et des adultes, etc.
- Critères pour identifier l'abus et la dépendance tabagique.
- Stratégies et techniques pour favoriser la motivation au changement.
- Repères sur l'orientation vers des services spécialisés.

Ce module est adaptable et peut être réalisé dans le cadre de formations, de réunions d'équipe, de journées de recyclage, etc.

2. Soutien à la gestion de difficultés particulières concernant la consommation tabagique

Participation à la réflexion de professionnels confrontés à des situations difficiles (par exemple, risque de renvoi d'un jeune consommateur, transgressions de l'interdiction, etc.)

Offre de pistes d'action et relais d'expériences similaires.



3. Co-animation de groupes de discussion avec des sportifs

Co-animation de groupes de discussion avec des sportifs (principalement des jeunes fumeurs et non fumeurs) autour de la question du tabac.

4. Accompagnement de projets

Appui à la réalisation de projets dans les différents milieux sportifs (clubs, cours d'éducation physique, centres sportifs, etc.)

5. Organisation de groupes motivationnels

Animation de groupes pour les fumeurs qui souhaitent réfléchir à leur consommation et aux éventuels changements (participation strictement volontaire).

6. Appui documentaire

Guidance personnalisée dans le choix de livres, de documents et d'outils, en ce compris les ressources d'aide (tabacologues, centres d'aide aux fumeurs).

7. Stand d'information

Espace permettant des échanges personnalisés. Diffusion de documents, d'outils, d'adresses utiles, etc.

Les activités proposées sont entièrement subsidiées par le fonds fédéral de lutte contre le tabagisme.