



CAMPUS SANS TABAC

N'être plus seuls pour arrêter de fumer

La Région Hauts-de-France compte 26,4% de fumeurs quotidiens* parmi lesquels 58,2% affirment vouloir arrêter de fumer. Aussi, le projet Campus sans tabac, coordonné par l'UFR3S-Pharmacie, financé par l'ARS, a-t-il démarré en septembre 2022 afin de réduire l'incidence et la prévalence du tabagisme actif et d'éradiquer le tabagisme passif sur le campus Santé et Sport de l'Université de Lille.

Campus sans tabac bénéficie d'un financement de 3 ans par l'Agence Régionale de Santé des Hauts-de-France, dans le cadre du Fonds Addictions 2022. Ce projet, dont les bénéficiaires sont les personnels et les étudiants de l'UFR3S et de l'Université de Lille, propose des actions visant :

- d'une part à **réduire l'incidence et la prévalence du tabagisme actif** (actions de sensibilisation, formations, consultations d'accompagnement au sevrage tabagique dans un local aménagé à cet effet, sur site) ;
- d'autre part à **éradiquer le tabagisme passif** (mise en place de zones de tolérance temporaires, à distance des entrées et des fenêtres). Il intègre également des actions environnementales et de communication (campagnes de ramassage des mégots, stands lors d'événementiels...).

Le Comité de Pilotage (COFIL) comprend à la fois des étudiants et des personnels de disciplines multiples, ainsi qu'une infirmière spécifiquement recrutée pour ce projet. Des étudiants ambassadeurs sont également recrutés pour contribuer au déploiement des différentes actions.

La mise en place de ce campus sans tabac s'inscrit dans une démarche plus globale de promotion de la santé. En effet, le projet vise à promouvoir la pratique d'activités physiques, manuelles ou de relaxation, permettant en outre de renouveler ou de renforcer le lien entre les étudiants et les personnels. Ainsi, les étudiants de l'UFR3S-Pharmacie, favorables à la mise en place de ce projet pour plus de 97% d'entre eux, l'accompagnent via des actions de communication qui leurs sont propres et collaborent avec le COFIL pour des demandes de financement de matériels sportifs et de loisirs.

Responsable du projet Campus Sans Tabac UFR3S

- **Anne GARAT**
anne.garat@univ-lille.fr

Partenaires du projet Campus Sans Tabac UFR3S

- Conseil Régional Hauts-de-France de l'Ordre des Pharmaciens
Dr David ALAPINI
- Service d'Addictologie, CHU Lille
Pr Olivier COTTENCIN
- Service de Santé Etudiante (SSE), Université de Lille
Dr Sophie MOREAU-CREPEAUX
- Service de Santé au Travail, Université de Lille
Dr Thibault FOUQUART

Mission d'appui

- Hauts-de-France Addictions
Marie-Ange TESTELIN

* Point épidémiologique
Indicateurs tabac et vapotage Haut- de-France - 2021
Santé publique France



Entretien avec le Dr Anne GARAT, Maître de Conférences au sein de la faculté, Praticien Hospitalier au CHU de Lille, qui pilote le projet Campus sans Tabac démarré en septembre 2022.

Docteur Garat, quelles ont été vos motivations pour répondre à l'appel à projet de l'ARS ?

L'appel à projet m'a été présenté par Hauts-de-France Addictions avec qui je collabore depuis longtemps. La mise en place d'un campus sans tabac apparaissait parfaitement adaptée aux valeurs portées par notre institution. Travaillant dans une faculté de santé, nous avons en effet un devoir d'exemplarité. Et à titre personnel, en qualité d'enseignante en toxicologie et santé publique, je suis convaincue de la nécessité absolue de s'investir dans une démarche d'accompagnement et de pédagogie sur le sujet.

Quelles sont les actions phares mises en place ?

Parmi nos actions phares, nous avons notamment mis en place des sessions de formation, des campagnes de sensibilisation, le recrutement d'étudiants ambassadeurs, des campagnes de communication autour du projet.

Campus sans tabac propose des consultations d'accompagnement au sevrage tabagique avec l'aide d'une infirmière dédiée. Par ailleurs, le projet vise à promouvoir la pratique d'activités phy-

siques, manuelles ou de relaxation afin de réduire le stress d'une part, et de renouveler ou renforcer le lien entre les étudiants et les personnels d'autre part.

Dans les actions à venir, nous souhaitons proposer des rassemblements réguliers pour marcher une heure autour de la faculté. Nous avons également imaginé des circuits de marche de 6 à 8 minutes, ce qui équivaut au temps moyen pour fumer une cigarette. Ces circuits passeront possiblement par des escaliers pour monter et descendre des marches, avec des panneaux ludiques et des signalétiques de prévention sur le tabac.

Nous collectons aussi les mégots jetés dans l'enceinte de la faculté de pharmacie une fois par mois depuis le début du projet. Nous en informons l'ensemble des chefs de service, et sensibilisons toute la faculté. Cette action, à la fois pédagogique, physique et citoyenne, est nécessaire. Il est indispensable de continuer la collecte des mégots ayant un impact catastrophique sur notre environnement.

De manière générale, le projet a-t-il été bien accueilli par les étudiants/ collègues / partenaires ? Et les jeunes qu'en pensent-ils ? Sont-ils investis ou se sentent-ils concernés par la démarche ?

Campus sans tabac a été très bien accueilli par l'ensemble de la faculté. Plus de 97% des étudiants y sont favorables ou très favorables ainsi que plus de 90% des personnels, et nombreux sont ceux qui nous ont signalé vouloir s'impliquer dans le projet.

Quelles sont, selon vous, les principales forces de votre projet ?

La pluridisciplinarité du COPIL, son dynamisme et la proximité de notre offre de consultations de sevrage tabagique.

Nous avons une très bonne représentativité et une complémentarité des membres du COPIL, comprenant à la fois des étudiants et des personnels de disciplines multiples. Le COPIL s'organise en sous-groupes de travail par binôme ou trinôme ;

ainsi il n'y a jamais de membre isolé. Cela permet d'assurer une fluidité dans les groupes de travail et la continuité du projet.

Toutes les décisions se prennent de manière collégiale au sein du COPIIL dans lequel chaque membre est spécialisé sur une thématique : communication, conception de questionnaire et analyse de données... Les étudiants sont totalement intégrés aux prises de décision et sont force de propositions !

Le projet a pour but de proposer à l'ensemble des personnels et des étudiants tout ce qu'il est possible de mettre en place pour qu'ils puissent étudier et travailler dans un environnement bientôt totalement dépourvu de tabac. Le projet s'attache à accompagner les fumeurs dans leur démarche de sevrage ou du moins les aider à prendre la décision d'arrêter et de tout faire pour que le lieu dans lequel ils évoluent soit un lieu facilitant.

Communiquer sur le tabac permet d'aborder d'autres conduites addictives : protoxyde d'azote, alcool... Il est important d'ouvrir la prévention et l'accompagnement à l'ensemble des conduites addictives.

Concernant la proximité des consultations d'aide au sevrage tabagique, nous avons réussi à aménager un bureau au sein de la faculté. Ces consultations sont bien sûr soumises au secret médical et professionnel. En cas de difficulté ou de manque, les personnes peuvent consulter ou solliciter très rapidement l'infirmière. Le message qui m'a été remonté indique clairement que si les personnes avaient dû prendre par elles-mêmes un rendez-vous avec un professionnel au sein d'une structure externe, elles n'y seraient pas allées. Nous avons déjà une file active de personnes suivies qui nous conforte dans les choix que nous avons faits.

Enfin, quel(s) conseil(s) donneriez-vous à un homologue qui souhaiterait se lancer dans la démarche de Campus sans tabac ?

Si vous êtes convaincu-e de l'intérêt de ce projet, lancez-vous ! Les difficultés que vous pourrez rencontrer seront largement compensées par votre conviction et par les retours encourageants que vous recevrez. Le fait qu'on fumait aussi dans les locaux il y a 20 ans choque les étudiants et personnels actuels ; dans quelques années, un campus sans tabac apparaîtra comme une évidence. Ce projet représente donc un enjeu de santé publique, mais l'intérêt collectif y côtoie l'intérêt individuel, car pour un fumeur, chaque cigarette non fumée compte et le rapproche un peu plus du sevrage, et donc d'une meilleure santé !

