

# HISTOIRE D'UN PRODUIT DE CONSOMMATION PAS COMME LES AUTRES

FOCUS TABAC



EN 1492, CHRISTOPHE COLOMB DÉCOUVRE L'AMÉRIQUE ET S'APERÇOIT QUE LES INDIENS FUMENT DES FEUILLES ROULÉES APPELÉES « TABACO », AUXQUELLES ILS ATTRIBUENT DES PROPRIÉTÉS MAGIQUES ET MÉDICAMENTEUSES.



## LE SAVIEZ-VOUS ?

En 1560, Jean Nicot, qui a donné son nom à la nicotine, introduit le tabac à la cour du roi de France pour soigner les migraines de Catherine de Médicis.



Danger pour la santé : études scientifiques prouvant la dangerosité du tabac.



Adoption de mesures législatives protégeant contre les effets néfastes du tabagisme.



Commercialisation de nouveaux produits du tabac prétendus « à nocivité réduite ».



Intrusion dans la recherche : l'industrie du tabac finance des scientifiques pour nier la dangerosité du tabac.



Lobbying politique : l'industrie du tabac influence les politiciens et empêche l'adoption de mesures de prévention efficaces.

## SANTÉ

LE MÉDECIN DU ROI LOUIS XVI RELÈVE LES DANGERS LIÉS À LA CONSOMMATION DE TABAC.



1700

LA NOCIVITÉ DU TABAC EST PROUVÉE.



1950

PUBLICATION DE RAPPORTS SUR LA NOCIVITÉ DU TABAGISME.



1962  
1964

DÉCOUVERTE DE LA NOCIVITÉ DE LA FUMÉE PASSIVE.



1986

CONVENTION-CADRE DE LUTTE ANTI-TABAC OMS (ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ), RATIFIÉE PAR 180 PAYS.



2003

INTERDICTION DE VENTE DE TABAC AUX MOINS DE 16 ANS DANS LE CANTON DE FRIBOURG.



2009  
2010

INTERDICTION DE FUMER DANS LES LIEUX PUBLICS ET LES LIEUX DE TRAVAIL EN SUISSE.

2014

2016  
2017

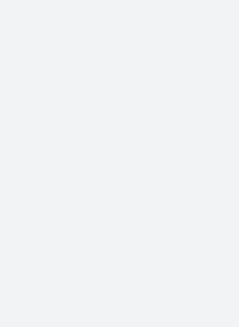
## ARGENT



FABRICATION DES PREMIÈRES CIGARETTES INDUSTRIELLES AUX ÉTATS-UNIS ET AU MEXIQUE.



LES SOLDATS AMÉRICAINS INTRODUISENT LES CIGARETTES INDUSTRIELLES EN EUROPE.



COMMERCIALISATION DES CIGARETTES À FILTRE.



COMMERCIALISATION DES CIGARETTES « LIGHT ».



AFFAIRE RYLANDER - UNIVERSITÉ DE GENÈVE : PHILIP MORRIS FINANCE DES RECHERCHES NIANTE LA NOCIVITÉ DE LA FUMÉE DU TABAC.



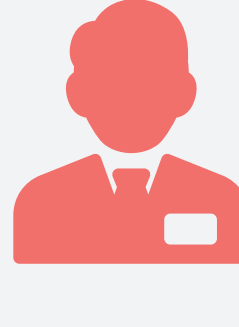
APPARITION DES CIGARETTES ÉLECTRONIQUES EN SUISSE.



200 LOBBYISTES DE L'INDUSTRIE DU TABAC FONT PRESSION À LA COMMISSION EUROPÉENNE DE BRUXELLES POUR QUE LA DIRECTIVE TABAC SOIT MOINS RESTRICTIVE.



UNIVERSITÉ DE ZÜRICH : ÉTUDES FINANCÉES PAR PHILIP MORRIS, NIANTE L'EFFICACITÉ DU PAQUET DE CIGARETTES NEUTRE SUR LA RÉDUCTION DU NOMBRE DE FUMEURS.



LOBBYING DE PHILIP MORRIS INTERNATIONAL À NEW DELHI POUR TENTER DE BLOQUER LA CONVENTION-CADRE DE L'OMS POUR LA LUTTE ANTI-TABAC.



COMMERCIALISATION DE PRODUITS DU TABAC À CHAUFFER.

## LA SANTÉ CONTRE LES BÉNÉFICES : UN DUEL SCANDALEUX ET SANS FIN

Etudes scientifiques attestant la dangerosité de la consommation de tabac et entrée en vigueur de lois protégeant contre les dangers du tabagisme, font courir un risque sur le marché du tabac ! Pour maintenir ses bénéfices, l'industrie du tabac ne cesse de développer de nouveaux produits dits « à nocivité réduite ». Peut-on vraiment leur faire confiance ?

# EFFETS SANITAIRES ET ÉCONOMIQUES

## FOCUS TABAC



### CHAQUE ANNÉE LE TABAC TUE



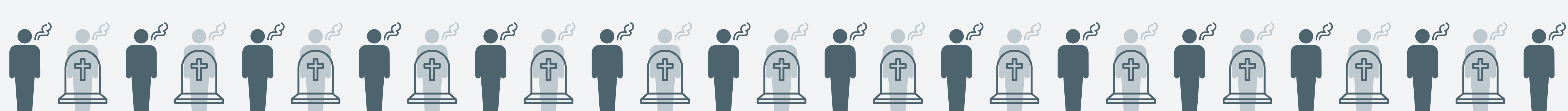
**7 000 000**

20 000 / JOUR

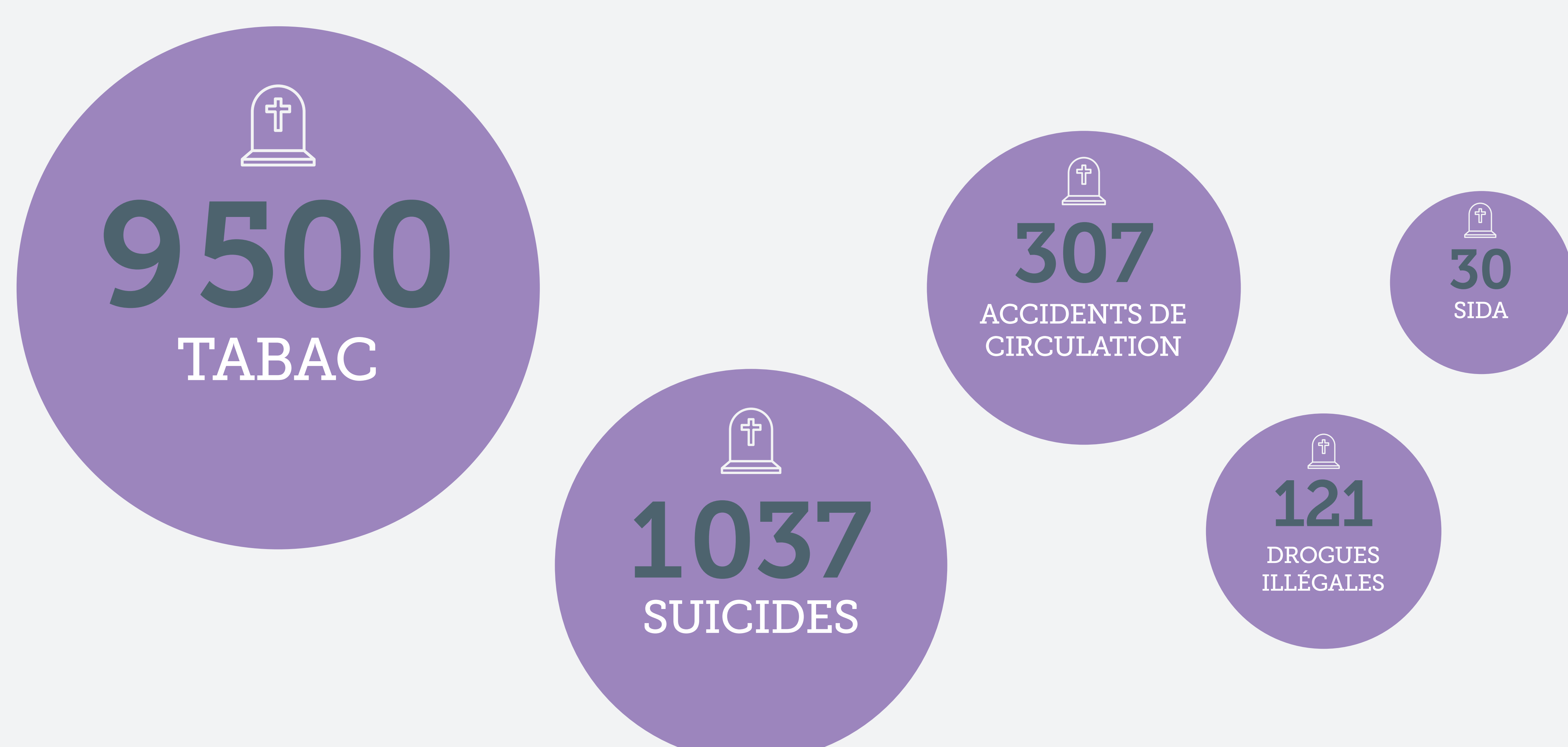


**9 500**

26 / JOUR



**1 FUMEUR SUR 2 DÉCÈDE PRÉMATURÉMENT** DES CONSÉQUENCES DU TABAGISME.



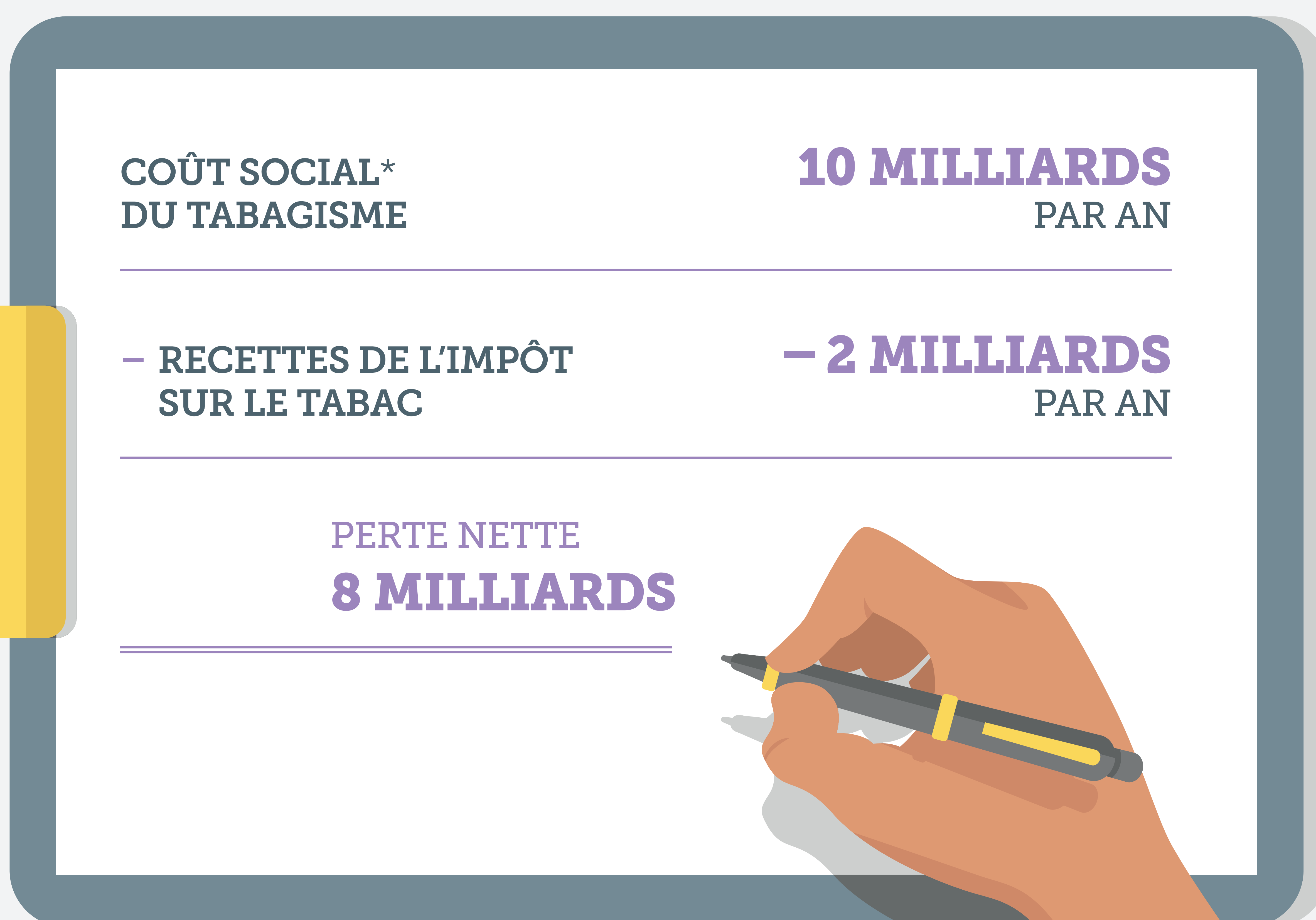
LE TABAC, LA PLUS GRANDE CAUSE DE MORTALITÉ ÉVITABLE EN SUISSE.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Seuls 5 % des recettes de l'AVS sont financés par l'impôt sur le tabac. L'argument de continuer à fumer pour renflouer les caisses de l'AVS n'est donc pas pertinent.

### CHAQUE ANNÉE EN SUISSE LE TABAC COÛTE



\*Par coût social on entend : les frais de traitement des maladies, les pertes de productivité résultant de maladies, décès et invalidité, ainsi que les coûts humains relatifs à la perte de qualité de vie.

### CONSOMMATION DE TABAC EN SUISSE

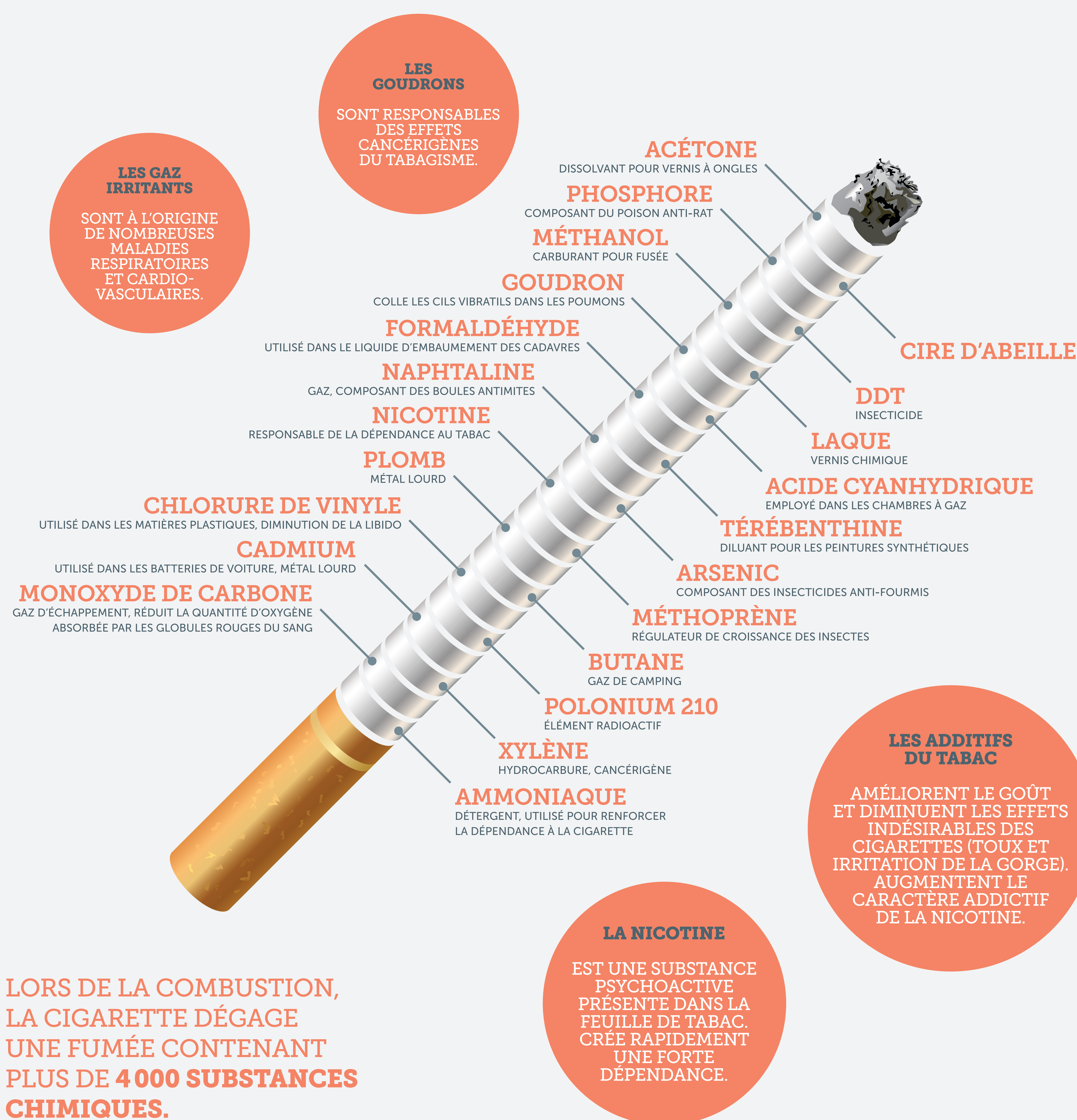
- 25 % de la population fume (tous les jours ou occasionnellement) et 1/3 des fumeurs souhaitent arrêter de fumer.
- 75 % des Suisses ne fument pas et vivent en moyenne 14 ans de plus que les personnes qui fument.

# VIVRE SANS FUMÉE : 4000 RAISONS

**FOCUS**TABAC



## BIEN PLUS QU'UNE CIGARETTE

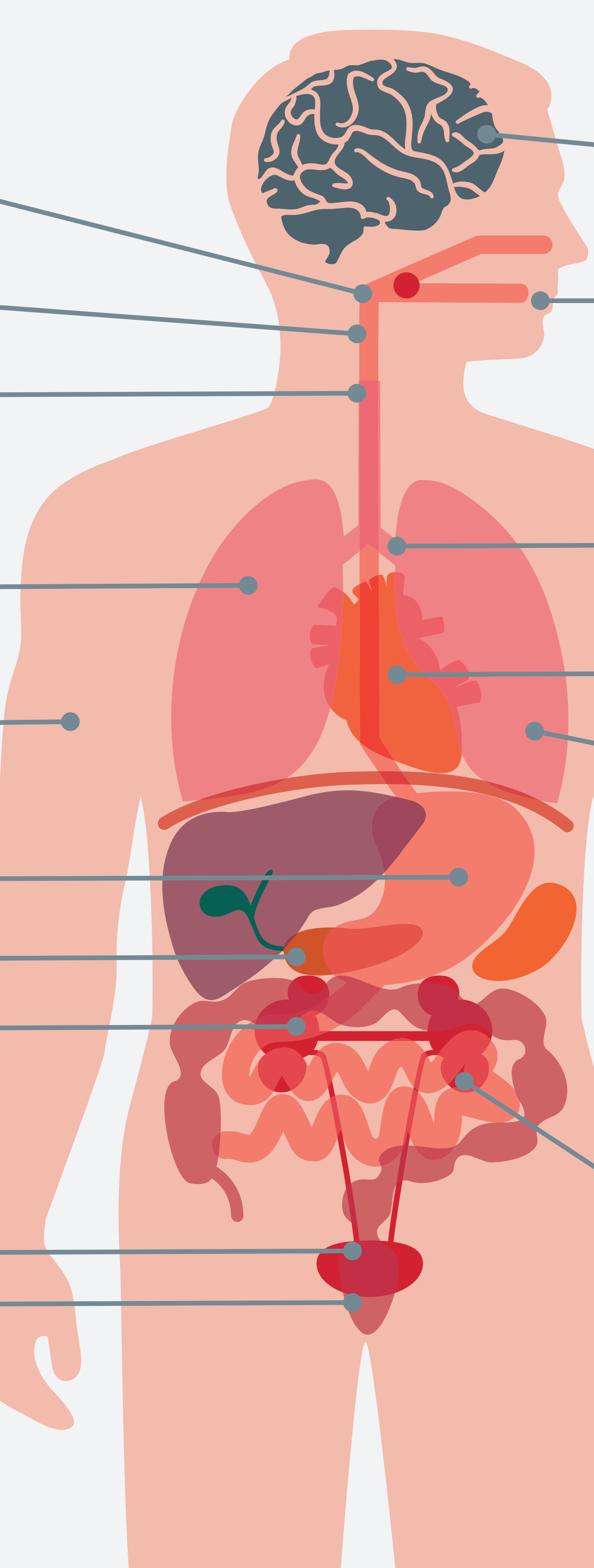


**LE SAVIEZ-VOUS ?**  
La cigarette est le seul produit en vente légale qui entraîne le décès prématuré de la moitié de ses consommateurs, bien qu'utilisé selon les instructions du fabricant !

## LES EFFETS SUR LE CORPS HUMAIN

### MALADIES CANCÉREUSES

BOUCHE ET PHARYNX  
LARYNX  
OESOPHAGE  
POUMON  
SANG  
ESTOMAC  
PANCRÉAS  
REIN ET URÈTRE  
VESSIE  
COL DE L'UTÉRUS



### AUTRES MALADIES

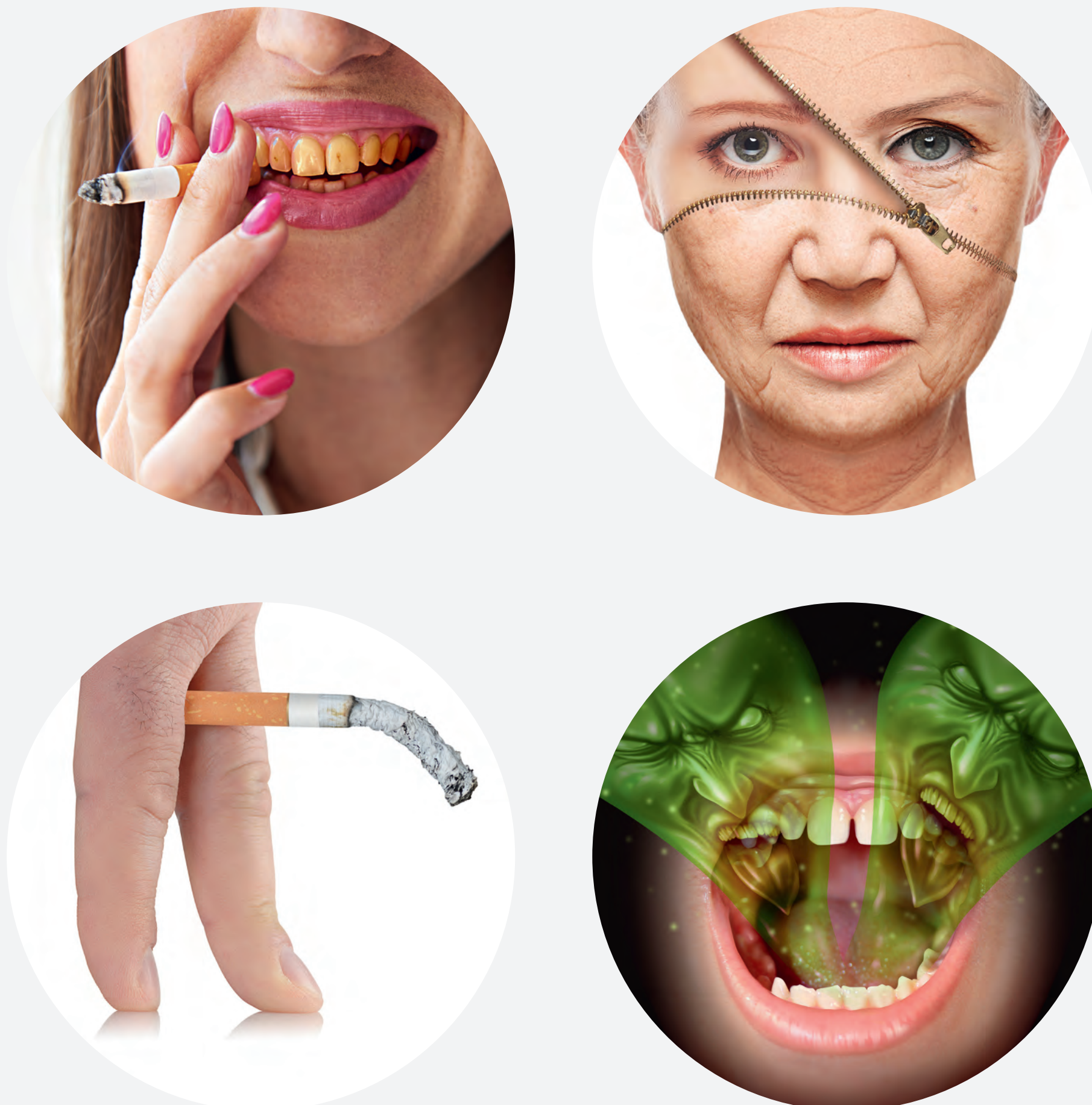
AVC (ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL)  
PARODONTOSE (INFLAMMATION DES GENCIVES)  
ANÉVRISME (DILATATION DE L'AORTE)  
MALADIES CARDIAQUES  
MALADIES RESPIRATOIRES : BRONCO-PNEUMOPATHIE CHRONIQUE OBSTRUCTIVE (BPCO), ASTHME, PNEUMONIE, ETC.  
ARTÉRIOSCLÉROSE (DURCISSEMENT DE LA PAROI DES ARTÈRES)  
REPRODUCTION : BAISSÉ DE LA FERTILITÉ (HOMME COMME FEMME)

### RISQUES SUR LA SANTÉ :

- 42 % CANCERS
- 39 % MALADIES CARDIO-VASCULAIRES
- 15 % BRONCO-PNEUMOPATHIES CHRONIQUES OBSTRUCTIVES
- 4 % AUTRES

### AUTRES CONSÉQUENCES :

- VIEILLISSEMENT PRÉMATURÉ DE LA PEAU
- DIMINUTION DU GOÛT ET DE L'ODORAT
- DENTS JAUNES ET MAUVAISE HALEINE
- TROUBLES DE L'ÉRECTION



## LE TABAC À L'ASSAUT DE L'ORGANISME

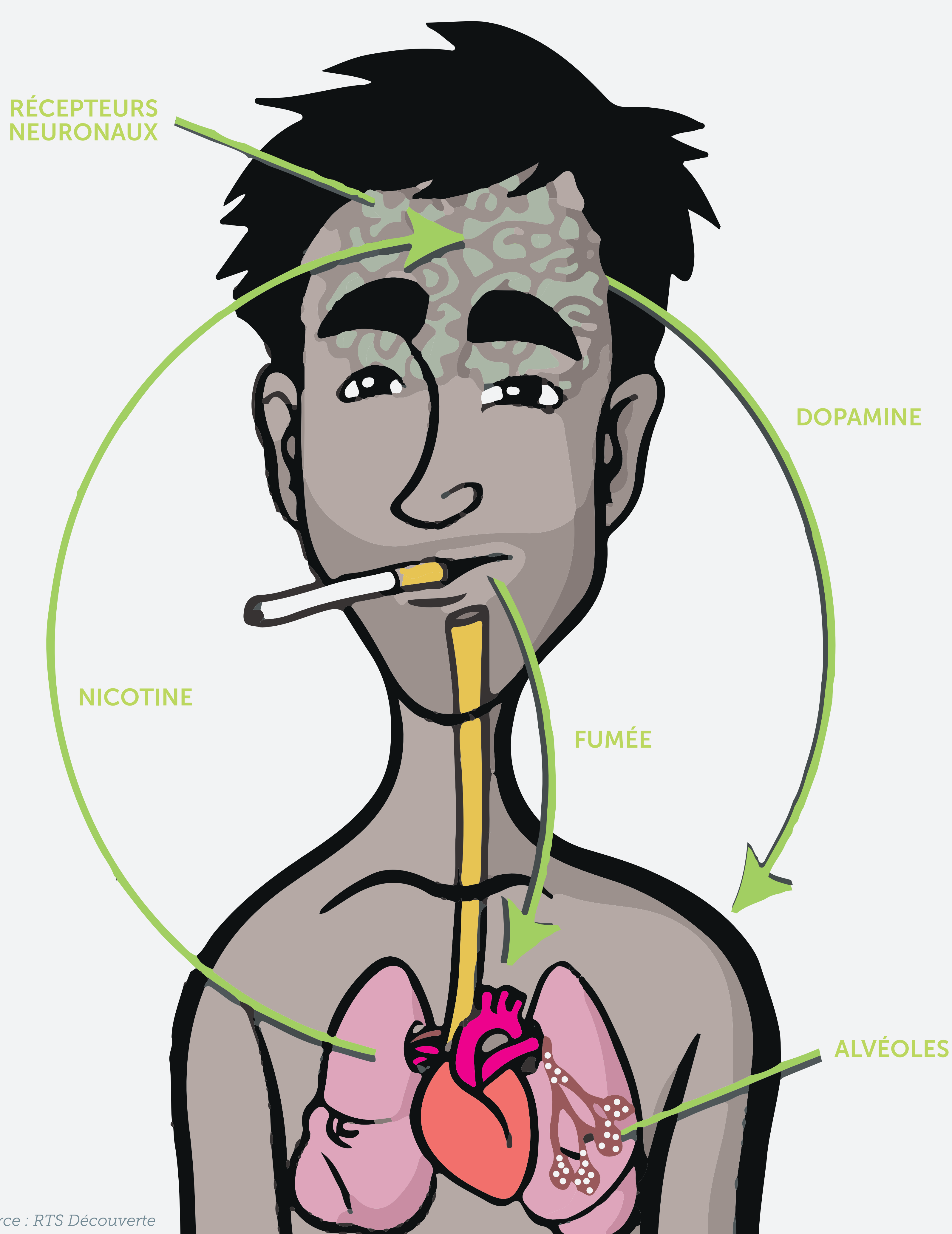
L'inhalation propulse les substances nocives de la fumée du tabac jusqu'aux poumons, puis dans le sang. Celui-ci les transporte dans tout le corps. Tous les organes sont ainsi touchés.

# ENTRE DÉPENDANCE ET LIBRE CHOIX

## FOCUS TABAC



LA NICOTINE CONTENUE DANS LE TABAC **EST UN PRODUIT EXTRÊMEMENT ADDICTIF, AU MÊME TITRE QUE LA COCAÏNE OU L'HÉROÏNE.**



Source : RTS Découverte

### COMMENT S'INSTALLE LA DÉPENDANCE ?

LA FUMÉE EST INHALÉE. ELLE PASSE DANS LES BRONCHES POUR ATTEINDRE LES **ALVÉOLES PULMONAIRES.**

LA **NICOTINE** CONTENUE DANS LA FUMÉE PASSE PAR LES ALVÉOLES DANS LA CIRCULATION SANGUINE ET ATTEINT LE CERVEAU EN 10 SECONDES ENVIRON.

DES **RÉCEPTEURS NEURONAUX** LIBÈRENT DE LA DOPAMINE, UNE SUBSTANCE BIOCHIMIQUE, QUI PROCURE UNE SENSATION DE CALME ET DE PLAISIR.

LA BAISSÉ DU TAUX DE **DOPAMINE** ENTRE DEUX CIGARETTES PROVOQUE UN STRESS NEUROLOGIQUE ET UNE IRRITABILITÉ (SYMPTÔMES DE MANQUE).

LE FUMEUR FUME POUR RETROUVER LES EFFETS AGRÉABLES DE LA NICOTINE ET ÉVITER LES SYMPTÔMES DE MANQUE.

À LA LONGUE, LES RÉCEPTEURS S'HABITUENT À L'ACTION DE LA NICOTINE ET LIBÈRENT MOINS DE DOPAMINE.

→ LA PERSONNE DOIT AUGMENTER LA DOSE DE NICOTINE POUR RETROUVER LES MÊMES SENSATIONS.

LA DÉPENDANCE EST **LA PERTE DE L'AUTONOMIE DE L'INDIVIDU PAR RAPPORT À UN PRODUIT OU UN COMPORTEMENT.**

#### JE DÉCIDE

SI JE CONSOMME UNE SUBSTANCE ET DANS QUELLE QUANTITÉ.

#### LA SUBSTANCE DÉCIDE

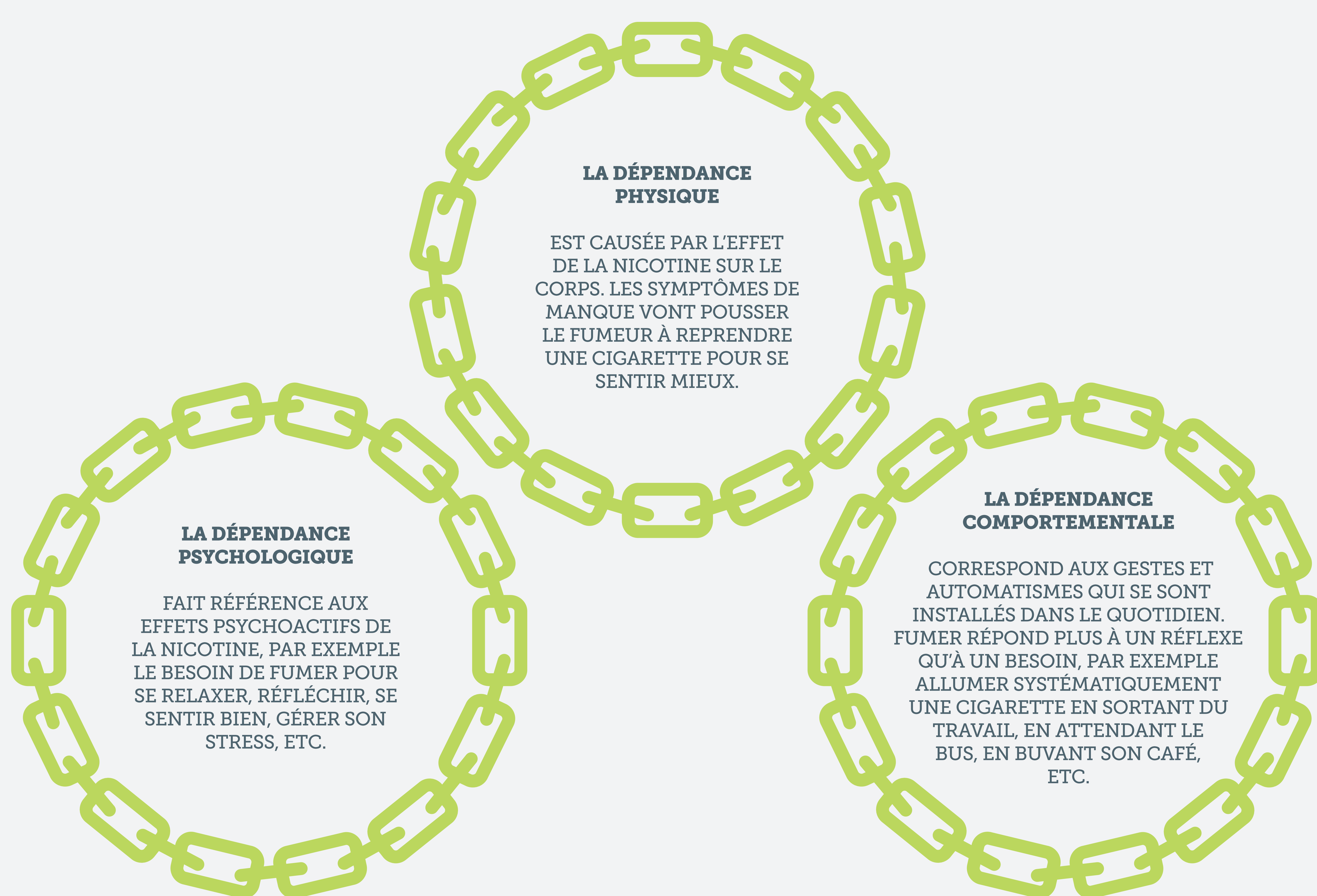
SI JE DOIS LA CONSOMMER ET À QUELLE FRÉQUENCE.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

- Plus un fumeur commence jeune, plus la dépendance à la nicotine est élevée.
- Certains additifs ajoutés dans les cigarettes renforcent le pouvoir addictif de la nicotine.

### LA DÉPENDANCE AU TABAC, UNE COMBINAISON DE PLUSIEURS FACTEURS



### UNE FOIS LA DÉPENDANCE INSTALLÉE, LE FUMEUR EST PRIS AU PIÈGE

Il perd la liberté de choisir s'il veut fumer ou pas. Après quelques cigarettes déjà le corps s'habitue à la nicotine. La dépendance s'installe et le fumeur augmente sa consommation.

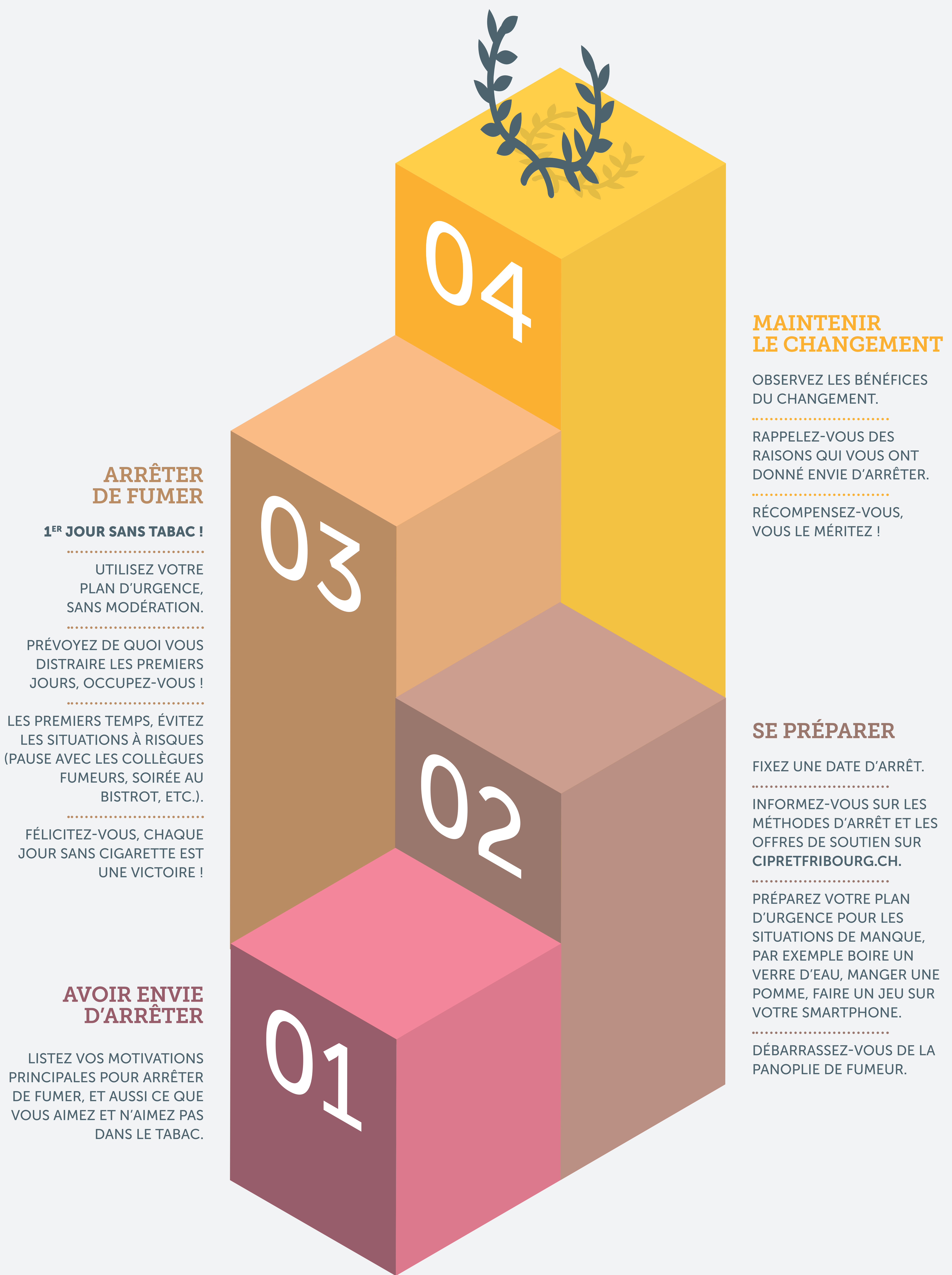
# ARRÊTER DE FUMER UN DÉFI À VOTRE PORTÉE !

FOCUS TABAC



**MOTIVATION, PRÉPARATION ET PERSÉVÉRANCE  
SONT LES CLÉS DE LA RÉUSSITE.**

## ARRÊTER DE FUMER EN 4 ÉTAPES



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Chaque année en Suisse, 30 000 personnes arrêtent de fumer ! Pourquoi pas vous ?

## À NOTER



**ENVIRON 1/3 DES PERSONNES NE PRENNENT PAS DE POIDS LORS DE L'ARRÊT DU TABAC.**

UN GAIN DE POIDS MOYEN DE 3-4 KILOS EST DANS LA NORME. DE BONNES HABITUDES ALIMENTAIRES AINSI QU'UN EXERCICE PHYSIQUE APPROPRIÉ AIDERONT AU CONTRÔLE DU POIDS.



**L'ENVIE IRRÉSISTIBLE DE FUMER APPELÉE « CRAVING »**

SE MANIFESTE DURANT LES PREMIERS JOURS QUI SUIVENT L'ARRÊT DU TABAC. CES MOMENTS DURENT ENTRE 3 À 5 MINUTES. OCCUPEZ-VOUS, METTEZ EN ŒUVRE VOTRE PLAN D'URGENCE. NE VOUS DÉCOURAGEZ PAS, ÇA IRA MIEUX DANS QUELQUES MINUTES !

## BESOIN DE SOUTIEN POUR VOUS LANCER ?

Avec l'aide de spécialistes, vous augmentez vos chances de 50 %.

Retrouvez des informations sur le tabac et nos offres d'aide à l'arrêt sur [cipretfribourg.ch](http://cipretfribourg.ch).

# TOUS GAGNANTS SANS TABAC

## FOCUS TABAC



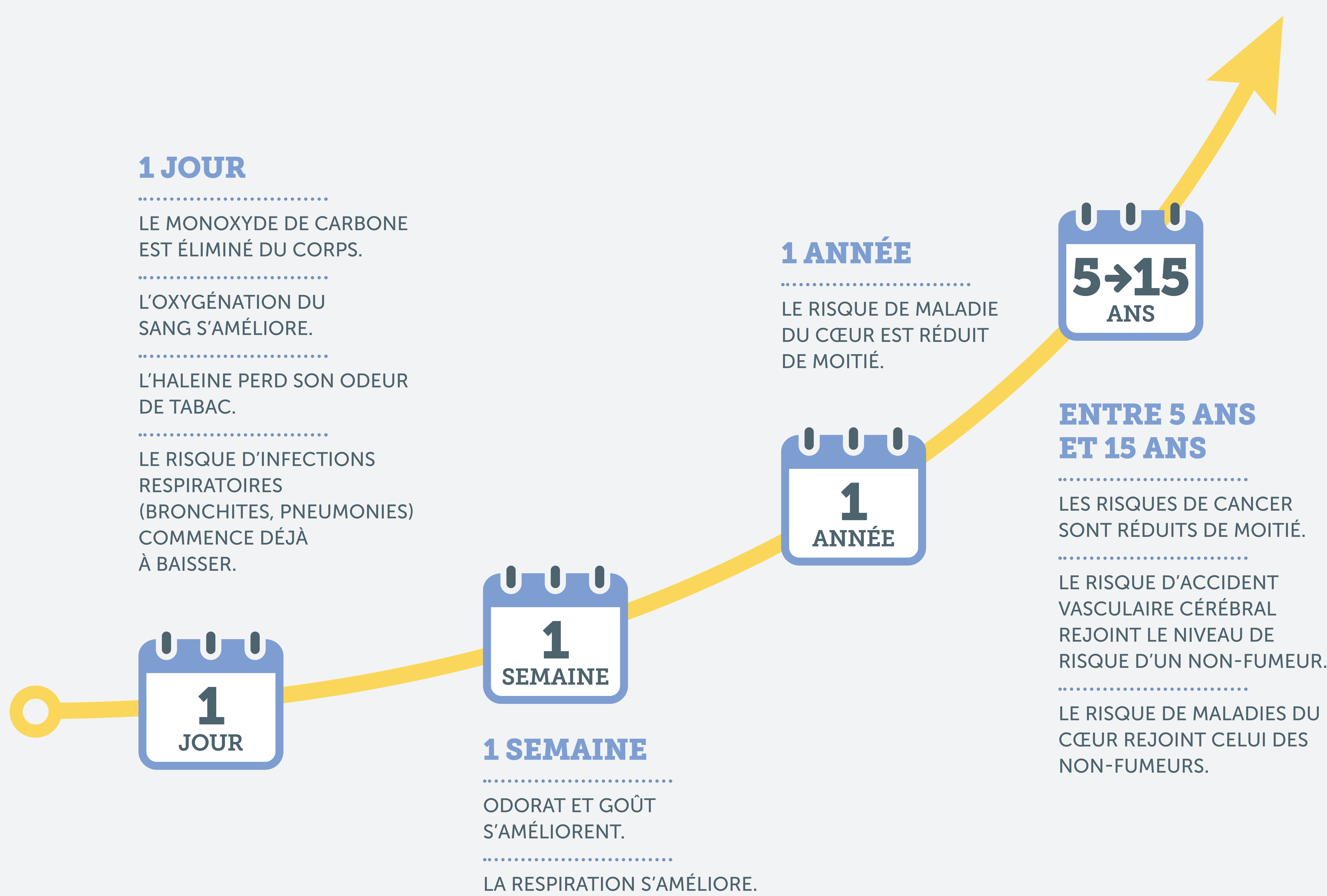
### ÊTRE NON-FUMEUR C'EST...



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Il n'y a pas d'âge pour arrêter de fumer :  
cesser de fumer est bénéfique à tout âge !

### LES BÉNÉFICES DE L'ARRÊT DU TABAC NE VONT PAS TARDER À SE MANIFESTER



### MAIS ENCORE...

Etre non-fumeur, c'est disposer d'un habitat et d'un environnement plus sain, exempt de fumée, pour soi et son entourage.

# LE TABAC : MORTEL SOUS TOUTES SES FORMES

## FOCUS TABAC



**QUEL QUE SOIT LE MODE DE CONSOMMATION, LE TABAC EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ ET MORTEL !**

### PRODUITS DU TABAC AVEC COMBUSTION

**TABAC À ROULER, CIGARETTES SANS ADDITIFS OU BIOLOGIQUES, CIGARETTES « LIGHT », SHISHA**  
CONTRAIREMENT À CE QUE LE MARKETING VEUT NOUS FAIRE CROIRE, CES PRODUITS SONT AUTANT DANGEREUX QUE DES CIGARETTES TRADITIONNELLES.

➔ DÉCONSEILLÉ



### PRODUITS DU TABAC SANS COMBUSTION

#### TABAC À PRISER, TABAC À CHIQUER, SNUS

LES SUBSTANCES CONTENUES DANS CES PRODUITS SONT ABSORBÉES PAR LES MUQUEUSES BUCCALES ET NASALES, ET SE DIFFUSENT DANS LE CORPS. CE TYPE DE PRODUIT CAUSE DES LÉSIONS À LA CAVITÉ BUCCALE ET NASALE ET PEUT MÊME PROVOQUER DES CANCERS.

➔ DÉCONSEILLÉ

#### CIGARETTE ÉLECTRONIQUE

ON SAIT AUJOURD'HUI QUE LA CIGARETTE ÉLECTRONIQUE EST MOINS DANGEREUSE QUE LES CIGARETTES TRADITIONNELLES. TOUTEFOIS L'IMPACT SUR LA SANTÉ DE CE PRODUIT SUR LE LONG TERME N'EST PAS ENCORE CONNU.

➔ DÉCONSEILLÉ

PEUT AIDER LES FUMEURS DANS LEUR DÉMARCHÉ D'ARRÊT.

#### TABAC À CHAUFFER

CES PRODUITS DÉGAGENT DES COMPOSÉS TOXIQUES ÉGALEMENT PRÉSENTS DANS LES CIGARETTES TRADITIONNELLES. À L'HEURE ACTUELLE, RIEN NE PERMET D'AFFIRMER QUE CES PRODUITS SOIENT MOINS DANGEREUX QUE LES CIGARETTES TRADITIONNELLES.

➔ DÉCONSEILLÉ



### LES PRODUITS DITS À NOCIVITÉ RÉDUITE OU RISQUES RÉDUITS

L'INDUSTRIE DU TABAC CONSACRE D'ÉNORMES BUDGETS AU DÉVELOPPEMENT DE PRODUITS DITS « À NOCIVITÉ RÉDUITE ». IL EST SOUVENT DIFFICILE DE CONNAÎTRE LA DANGÉROSITÉ DE CES PRODUITS ET DE TRIER LE VRAI DU FAUX DANS LES INFORMATIONS TRANSMISES PAR L'INDUSTRIE DU TABAC.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Dès que des recherches ont démontré la dangerosité du tabac, de nouveaux produits prétendus moins nocifs ont été commercialisés : cigarettes à filtres, cigarettes « light », tabac à chauffer.

### 5 RÈGLES D'OR

01

NE PAS COMMENCER À FUMER OU ARRÊTER TOTALEMENT DE FUMER EST LE COMPORTEMENT LE PLUS SAIN.

02

TOUS LES PRODUITS CONTENANT DE LA NICOTINE ENTRAÎNENT UNE DÉPENDANCE.

03

ATTENTION AU MARKETING SOUVENT MENSONGER POUR LES PRODUITS DU TABAC DITS « À NOCIVITÉ RÉDUITE ».

04

IL FAUT PLUSIEURS ANNÉES POUR CONNAÎTRE AVEC CERTITUDE L'IMPACT SUR LA SANTÉ ET LA DANGÉROSITÉ D'UN NOUVEAU PRODUIT.

05

LES MÊMES PRINCIPES DE PROTECTION CONTRE LA FUMÉE PASSIVE S'APPLIQUENT AVEC CES PRODUITS, QU'ILS SOIENT À COMBUSTION, VAPEUR OU CHAUFFÉS.

### UN PRODUIT DE CONSOMMATION PAS COMME LES AUTRES

Tous les produits du tabac entraînent une dépendance à la nicotine, des maladies et la mort.

# LIBERTÉ, FUN, PLAISIR : COMMENT VENDRE DU RÊVE ?

## FOCUS TABAC



PUISQUE LE TABAC TUE LA MOITIÉ DE SES CONSOMMATEURS,  
**LA CLIENTÈLE DOIT ÊTRE SANS CESSÉ RENOUELÉE.**



### DES STRATÉGIES DIRECTEMENT DESTINÉES AUX JEUNES

UTILISATION D'UN LANGAGE ET DE RÉFÉRENTIELS QUI PARLENT AUX JEUNES : LIBERTÉ, VOYAGE, DÉPASSEMENT DES LIMITES, ETC.

.....  
DISTRIBUTION D'ÉCHANTILLONS GRATUITS OU DE GADGETS.

.....  
SPONSORING D'ÉVÈNEMENTS CULTURELS ET SPORTIFS APPRÉCIÉS DES JEUNES, PAR EXEMPLE LES FESTIVALS DE MUSIQUE.

.....  
CONCOURS POUR FIDÉLISER LA CLIENTÈLE, PAR EXEMPLE DES DÉFIS PHOTO.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

La Suisse est l'un des seuls pays européens à ne pas avoir ratifié la Convention-cadre de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour la lutte anti-tabac qui préconise une interdiction totale de la publicité pour le tabac.

### OMNIPRÉSENCE DE LA PUBLICITÉ POUR LE TABAC



### PUBLICITÉ ET PROMOTION POUR LES PRODUITS DU TABAC

#### QUE DIT LA LOI EN SUISSE ?



LA PUBLICITÉ DANS  
LES POINTS DE VENTE

LA PUBLICITÉ **DANS LA PRESSE**

L'ORGANISATION DE CONCOURS

LE PARRAINAGE D'ÉVÈNEMENTS  
CULTURELS ET SPORTIFS

LA PUBLICITÉ SUR **LES SITES INTERNET ET  
LES RÉSEAUX SOCIAUX**

LES AFFICHES PUBLICITAIRES SUR  
**LA VOIE PUBLIQUE**  
(EN SUISSE ROMANDE, DANS LES CANTONS  
DE FR, NE, JU)



LA PUBLICITÉ  
**À LA RADIO  
ET À LA TÉLÉVISION**

LA PUBLICITÉ SPÉCIFIQUEMENT  
**ADRESSÉE AUX JEUNES  
DE MOINS DE 18 ANS**

### POURQUOI INTERDIRE LA PUBLICITÉ POUR LE TABAC ?

- Interdire totalement la publicité pour le tabac permettrait de réduire de 7 % la consommation de tabac.
- Les jeunes sont la principale cible des campagnes publicitaires pour le tabac.
- L'exposition à la publicité augmente le risque de commencer à fumer, notamment chez les jeunes.
- Le tabac est le seul produit qui, utilisé selon les prescriptions du fabricant, provoque la mort de son consommateur. On ne peut pas le promouvoir comme n'importe quel produit de consommation courante.



# FUMÉE PASSIVE OU FUMER MALGRÉ SOI

## FOCUS TABAC



LE TABAGISME PASSIF CORRESPOND AU FAIT **D'INHALER, DE MANIÈRE INVOLONTAIRE, LA FUMÉE EXPIRÉE** PAR UNE OU PLUSIEURS PERSONNES QUI FUMENT.

### DANS LE CADRE PRIVÉ, COMMENT SE PROTÉGER DE LA FUMÉE PASSIVE ?

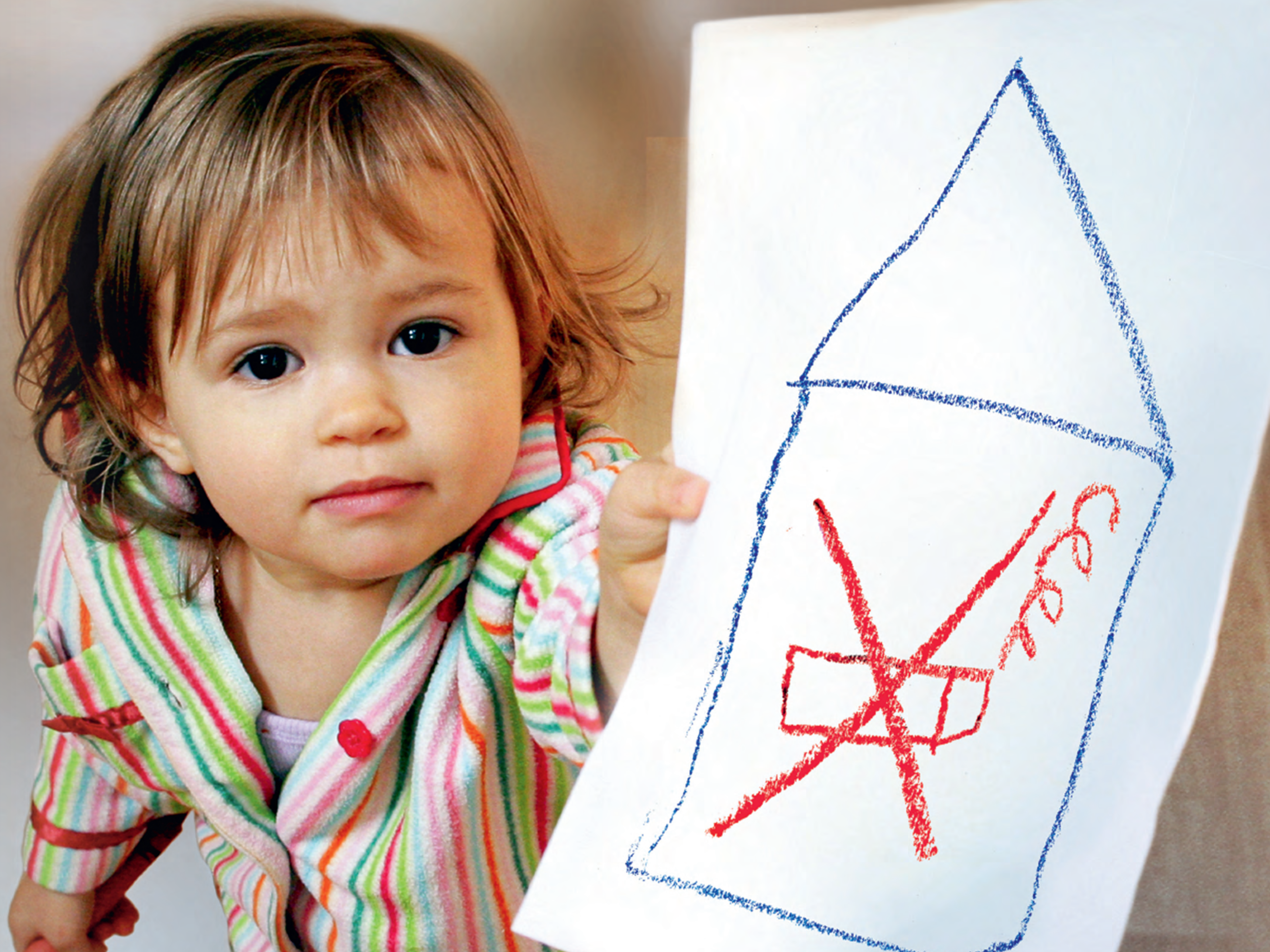
EN CRÉANT DES LIEUX DE VIE 100 % SANS FUMÉE :



DANS LE LOGEMENT



DANS LA VOITURE



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Ouvrir les fenêtres ou enclencher la ventilation dans une pièce après avoir fumé n'est pas suffisant. Cela fera partir l'odeur de cigarette, mais pas les substances toxiques qui sont nuisibles pour la santé.

### DES LOIS POUR PROTÉGER DE L'EXPOSITION À LA FUMÉE PASSIVE DANS LES LIEUX PUBLICS ET AU TRAVAIL.



#### IL EST INTERDIT DE FUMER :



DANS LES ESPACES FERMÉS ACCESSIBLES AU PUBLIC, COMME HÔPITAUX, GARES, MUSÉES, LIEUX DE FORMATION, BÂTIMENTS DE L'ADMINISTRATION PUBLIQUE, MAGASINS, INSTALLATIONS DE SPORT, CINÉMAS, ETC.



DANS LES ESPACES FERMÉS QUI SERVENT DE LIEU DE TRAVAIL À PLUSIEURS PERSONNES.



DANS LES RESTAURANTS, DES FUMOIRS SANS SERVICE SONT AUTORISÉS.

### FUMÉE PASSIVE : POURQUOI S'EN PROTÉGER ?

LA FUMÉE PASSIVE EST DANGEREUSE POUR LA SANTÉ, MÊME EN PETITE QUANTITÉ.

LES ORGANES DES ENFANTS SONT ENCORE EN DÉVELOPPEMENT. PROTÉGEONS-LES DE LA FUMÉE PASSIVE !

LES PERSONNES EXPOSÉES À LA FUMÉE PASSIVE INHALENT LES MÊMES SUBSTANCES QUE CELLES QUI FUMENT.

DURANT LA GROSSESSE, LA FUMÉE PASSIVE PEUT ENTRAÎNER DES COMPLICATIONS.

### VISION D'AVENIR OU UTOPIE ?

100 % sans fumée dans les parcs publics, les places de jeux, les terrasses, les quais de gare, etc.

# LE TABAC NUIT AUSSI À NOTRE PLANÈTE

## FOCUS TABAC



### PAUVRETÉ

**LE TABAC AGGRAVE LA PAUVRETÉ DES INDIVIDUS, DES FAMILLES ET DES PAYS, EN SUISSE ET DANS LE MONDE.**

DANS LES PAYS À FAIBLE REVENU, LES MÉNAGES CONSACRENT PARFOIS PLUS DE 10 % DE LEURS REVENUS AUX PRODUITS DU TABAC, AU DÉTRIMENT DE L'ALIMENTATION, L'ÉDUCATION ET LES SOINS DE SANTÉ.



### POLLUTION

**LA CULTURE DU TABAC NÉCESSITE JUSQU'À 150 PRODUITS CHIMIQUES DIFFÉRENTS.**

LE TABAC EST UNE PLANTE SUJETTE AUX MALADIES ET PARASITES QUI NÉCESSITE D'ÉNORMES QUANTITÉS DE PESTICIDES ET D'ENGRAIS. CERTAINS SONT INTERDITS EN SUISSE DEPUIS LONGTEMPS CAR ILS METTENT EN PÉRIL LA SANTÉ DES TRAVAILLEURS ET LAISSENT DES RÉSIDUS DANS LA TERRE ET LES NAPPES PHRÉATIQUES.



### DÉFORESTATION

**LA CULTURE DU TABAC APPAUVRIT RAPIDEMENT LES SOLS ET NÉCESSITE DONC CONSTAMMENT DE NOUVELLES TERRES.**

POUR CELA, DES FORÊTS SONT DÉFRICHÉES POUR PERMETTRE DE NOUVELLES PLANTATIONS. DE PLUS, UNE GRANDE QUANTITÉ DE BOIS DE CHAUFFAGE EST NÉCESSAIRE POUR LE SÉCHAGE DES FEUILLES DE TABAC.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

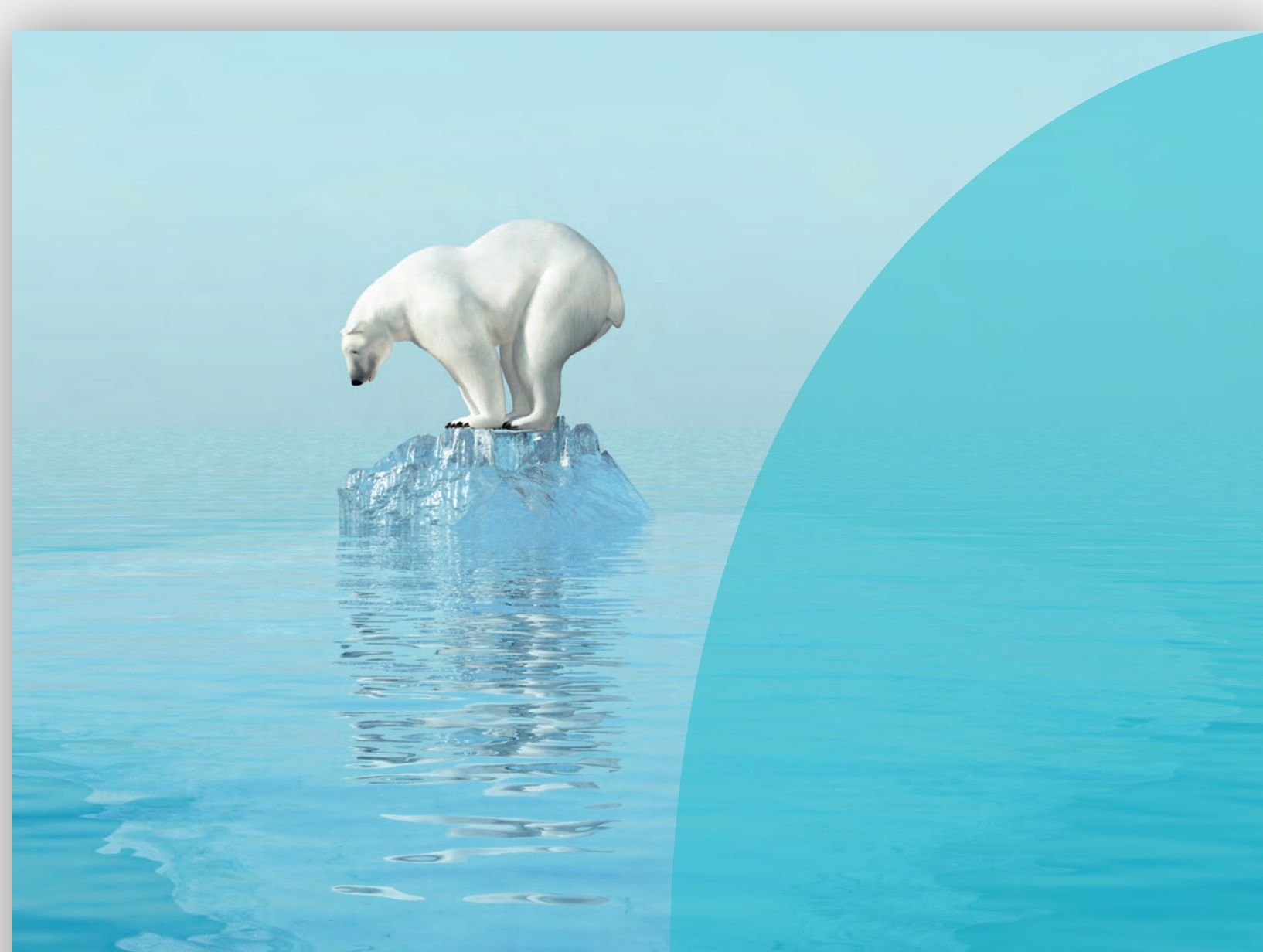
Un mégot met environ cinq ans à se décomposer. Jetés dans la nature, les mégots de cigarettes polluent l'eau et les sols, les mers et nos villes.



### SANTÉ

**LA CULTURE DU TABAC NUIT À LA SANTÉ.**

L'EXPOSITION AUX PESTICIDES ET ENGRAIS EST NOCIVE SUR LE PLAN GÉNÉTIQUE ET GÉNÉRATRICE DE CANCERS POUR LES PERSONNES QUI VIVENT OU TRAVAILLENT DANS LES ZONES DE CULTURE. DE PLUS, LORS DE LA RÉCOLTE LES TRAVAILLEURS EN CONTACT AVEC LES FEUILLES MOUILLÉES PAR LA PLUIE OU LA ROSÉE SUBISSENT UNE TRÈS FORTE ABSORPTION DE NICOTINE PAR LES MAINS ET LES AVANT-BRAS EN PARTICULIER.



### CLIMAT

**LA PRODUCTION DE TABAC CONTRIBUE AU RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE.**

DÉFORESTATION, FABRICATION DES PAPIERS À CIGARETTE, FUMAGE ET SÉCHAGE DU TABAC, FABRICATION DES EMBALLAGES, TRANSPORTS : TOUTES CES ÉTAPES ÉMETTENT DES QUANTITÉS IMPORTANTES DE CO<sub>2</sub>.



### BIODIVERSITÉ

**L'INDUSTRIE DU TABAC A DES EFFETS NÉFASTES SUR LA BIODIVERSITÉ.**

DÉFORESTATION, UTILISATION DE PESTICIDES POUR LA CULTURE DU TABAC ET MÉGOTS DE CIGARETTES JETÉS DANS LA NATURE MENACENT LES ESPÈCES VIVANTES.

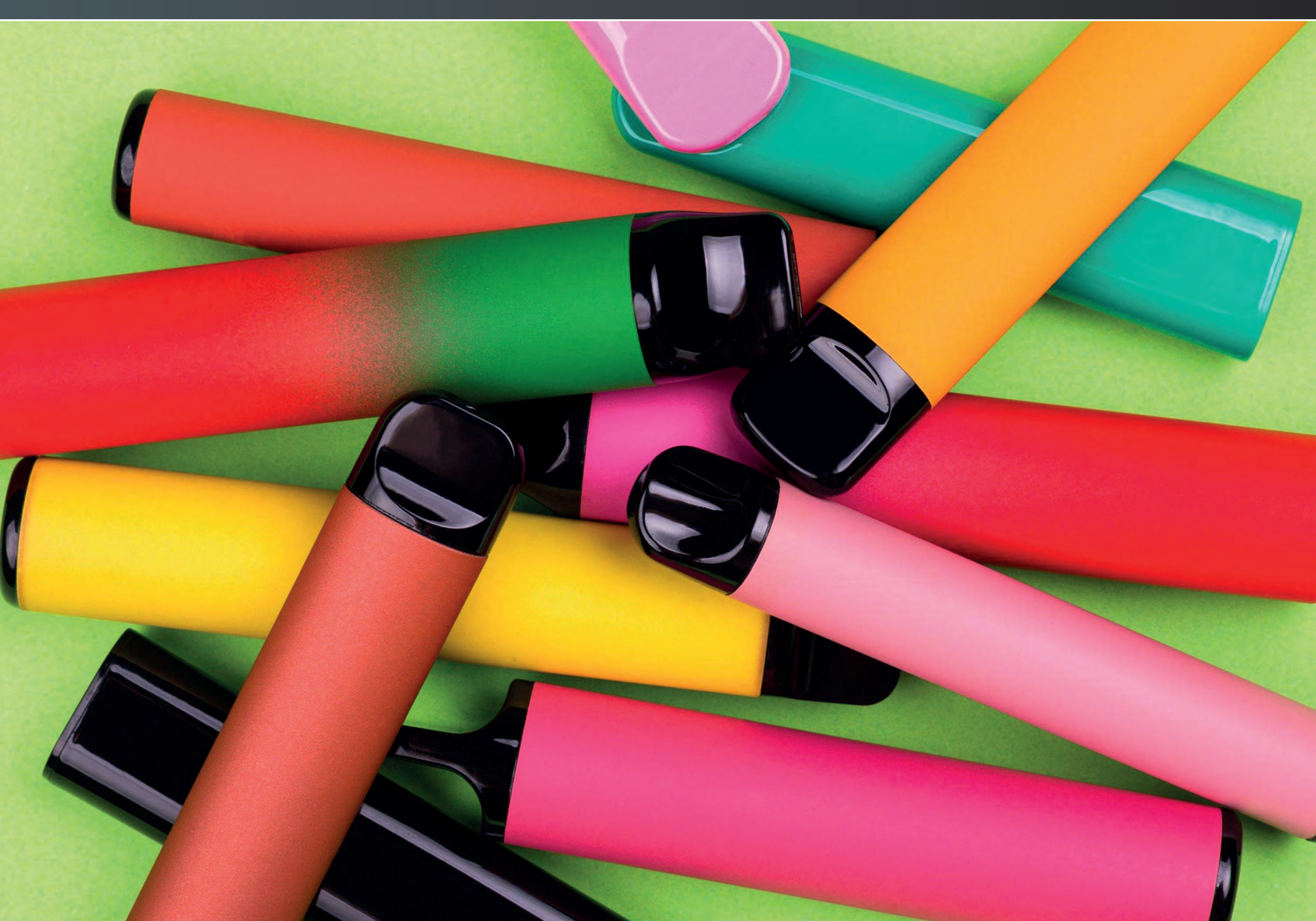
## UNE CULTURE À L'ÉCHELLE PLANÉTAIRE

Le tabac est cultivé dans plus de 120 pays, dont la Suisse pour une infime proportion. Plus de 90 % de la surface cultivée se trouve dans les pays en voie de développement. Dans ces régions, les coûts de production sont moins élevés. De plus, les mesures de protection de l'environnement et des cultivateurs sont bien moins sévères, voire inexistantes.

# LES PUFFS ÇA REND ACCRO

**PUFF PAS RÉGLO  
PAS ÉCOLO  
ET ÇA REND ACCRO**

**FOCUS TABAC**



## UNE PUFF, C'EST...

UNE CIGARETTE ÉLECTRONIQUE JETABLE EN FORME DE GLOSS À LÈVRE, MARKER, CLÉS USB OU MASCARA

UN E-LIQUIDE CONTENANT DE LA GLYCÉRINE, DES ARÔMES, DE LA NICOTINE ET D'AUTRES PRODUITS CHIMIQUES (SOUVENT TOXIQUES).

UNE BATTERIE ET UN ATOMISEUR POUR CHAUFFER LE LIQUIDE ET PRODUIRE DE LA VAPEUR.

ENTRE 400 ET PLUSIEURS MILLIERS DE BOUFFÉES

## PAS RÉGLO

COULEURS VIVES, NOMS IMAGÉS, ARÔMES DE FRUITS ET DE BONBONS : UN MARKETING PERCUTANT FAIT PASSER CES PRODUITS DANGEREUX POUR DES OBJETS LUDIQUES ET COOLS, AVEC LA CONTRIBUTION DES RÉSEAUX SOCIAUX ET DES INFLUENCEURS POUR VISER UN PUBLIC TRÈS JEUNE.

PRÉSENTÉES COMME UNE ALTERNATIVE « SAINE » AUX CIGARETTES TRADITIONNELLES, LES PUFFS ET LEUR VAPEUR CONTIENNENT DES SUBSTANCES DANGEREUSES POUR LA SANTÉ DONT CERTAINES SONT CANCÉRIGÈNES. IL Y A UN RISQUE DE DÉVELOPPEMENT DE MALADIES PULMONAIRES OU DU CŒUR, INFECTIONS, INFLAMMATIONS DES GENCIVES, CARIES, CHAMPIGNONS DANS LA BOUCHE,... ET D'AUTRES CONSÉQUENCES À LONG TERME ENCORE INCONNUES !

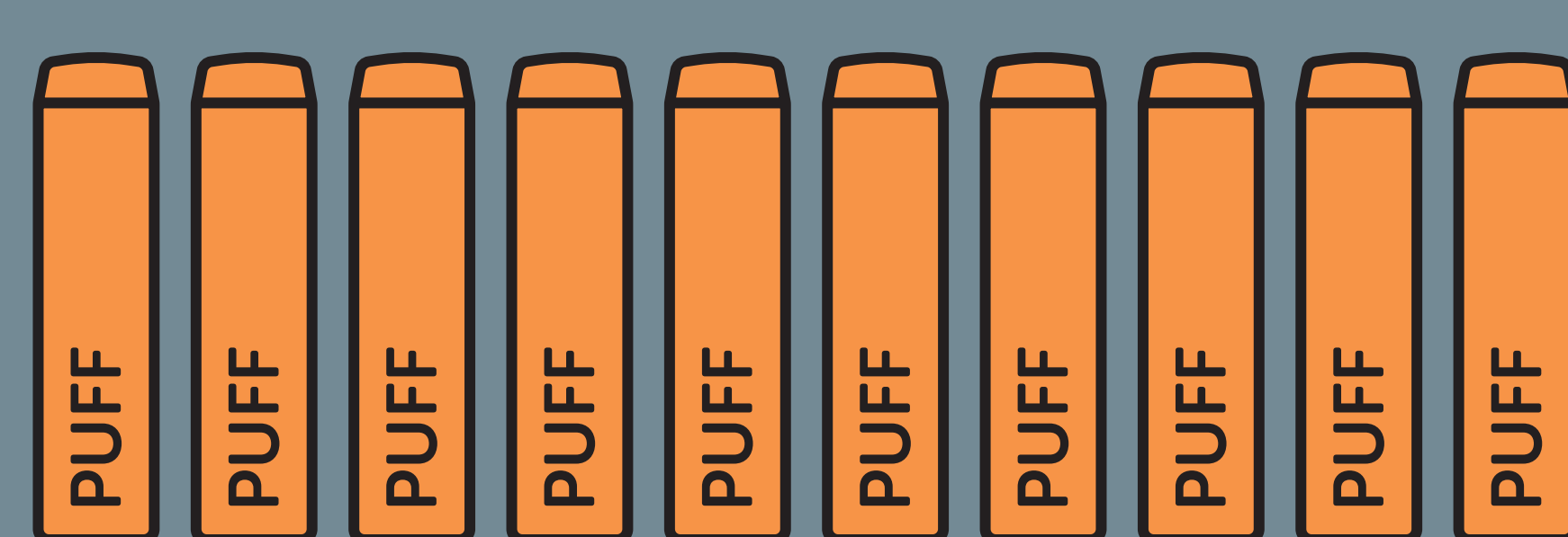
MANQUE DE TRANSPARENCE SUR LA COMPOSITION, ON NE SAIT PAS VRAIMENT CE QUE L'ON INGÈRE.

## PAS ÉCOLO

LES BATTERIES CONTIENNENT DU LITHIUM, DU COBALT ET DU NICKEL, LE BOÎTIER EST EN PLASTIQUE ET DES PRODUITS CHIMIQUES DANGEREUX PEUVENT S'EN ÉCHAPPER...

LES PUFFS SONT HAUTEMENT POLLUANTES ET NE SONT PAS RECYCLABLES !

### A TITRE DE COMPARAISON



10 PUFF BAR = 1 IPHONE

## ET ÇA REND ACCRO

BEAUCOUP DE PUFFS SONT VENDUES AVEC UNE GRANDE QUANTITÉ DE NICOTINE, QUI DÉPASSE SOUVENT LES PRESCRIPTIONS LÉGALES (20MG/ML = 2%).

LA NICOTINE CONTENUE DANS LES PUFFS EST ABSORBÉE PLUS RAPIDEMENT PAR L'ORGANISME ! ELLE EST AUSSI PLUS ADDICTIVE QUE LA NICOTINE DES CIGARETTES CLASSIQUES.

## JEUNES#NICOTINE#ADDICTION

LA NICOTINE, QU'ELLE SOIT D'ORIGINE VÉGÉTALE OU DE SYNTHÈSE, EST UN PRODUIT EXTRÊMEMENT ADDICTIF, AU MÊME TITRE QUE LA COCAÏNE OU L'HÉROÏNE.

01

### NOUVEAUX PRODUITS = MÊME DANGERS !

CHEZ LES JEUNES, LE CERVEAU EST ENCORE EN DÉVELOPPEMENT ET LA NICOTINE FAIT DES DÉGÂTS : ELLE TOUCHE LES PARTIES DU CERVEAU QUI CONTRÔLENT L'ATTENTION, L'APPRENTISSAGE ET L'HUMEUR. CES DOMMAGES SONT IRRÉVERSIBLES !

LA DÉPENDANCE SE MET EN PLACE PLUS RAPIDEMENT.

02

### « SANS TABAC » ≠ « SANS NICOTINE » !

PUFFS, SNUS, SACHETS NICOTINÉS PEUVENT AVOIR UNE TENEUR EN NICOTINE TRÈS ÉLEVÉE !

DANS LES PRODUITS « SANS TABAC », LES SELS DE NICOTINE OU LA NICOTINE DE SYNTHÈSE REMPLACENT LA NICOTINE VÉGÉTALE. TOUTES LES FORMES DE NICOTINE SONT FORTEMENT ADDICTIVES !

03

### POURQUOI DÉVELOPPER CES PRODUITS ?

LE TABAGISME TUE UN CONSOMMATEUR SUR DEUX. ATTIRER LES JEUNES, C'EST S'ASSURER DE NOUVEAUX CLIENTS POUR LONGTEMPS !

LA DANGEROUSITÉ DE LA CIGARETTE A ÉTÉ DÉMONTRÉE ET LES VENTES SONT EN BAISSÉ, IL FAUT DONC INVENTER DE NOUVEAUX PRODUITS ADDICTIFS !

LA CONSOMMATION DE NICOTINE CHEZ LES JEUNES DE 13 À 15 ANS EST EN AUGMENTATION, EN RAISON DE L'ARRIVÉE DES NOUVEAUX PRODUITS NICOTINIQUES (PUFF ET SACHETS NICOTINÉS).

# SNUS, CALES, SACHETS NICOTINÉS, POUCHES

FOCUS TABAC

cipret  
Fribourg · Freiburg  
Prévention du tabagisme  
Tabakprävention



## QU'EST-CE QUE C'EST ?



**UN PRODUIT DE TABAC ORAL,  
SANS FUMÉE, SOUS FORME DE SACHETS.**

DU TABAC AVEC NICOTINE,  
DU SEL, DES AGENTS HUMECTANTS,  
DU BICARBONATE DE SODIUM,  
DIVERS ARÔMES ET AUTRES SUBSTANCES.

### ÇA CONTIENT QUOI ?

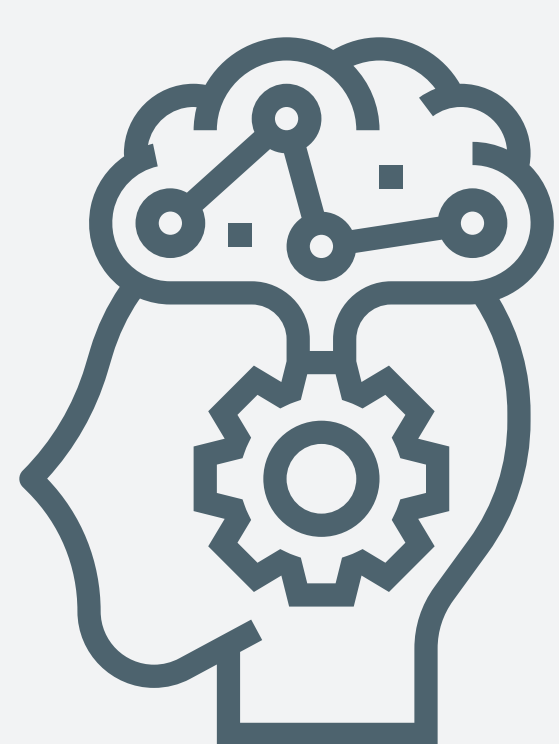
DE LA NICOTINE SYNTHÉTIQUE,  
DE LA CELLULOSE MICROCRISTALLINE,  
DES SELS, DE L'ACIDE CITRIQUE,  
DES ARÔMES.

8 À 45 MG DE NICOTINE PAR SACHET,  
L'ÉQUIVALENT DE 1 À 5 CIGARETTES

### ET LA NICOTINE ?

0 À 33 MG DE NICOTINE PAR SACHET,  
L'ÉQUIVALENT DE 0 À 3 CIGARETTES

## COMMENT ÇA MARCHE ?



LE SACHET SE PLACE ENTRE LA LÈVRE SUPÉRIEURE ET LA GENCIVE.

**LES ADDITIFS UTILISÉS FAVORISENT L'ABSORPTION PAR LES MUQUEUSES :  
LA NICOTINE PARVIENT PLUS VITE AU CERVEAU.**

## QUELS SONT LES RISQUES ?



### DÉPENDANCE À LA NICOTINE

**AUGMENTATION DU RISQUE DE CANCERS DE LA BOUCHE,  
DU LARYNX, DE L'ŒSOPHAGE ET DU PANCRÉAS**

**PROBLÈMES BUCCO-DENTAIRES (DENTS ET GENCIVES)**

**TROUBLE DU SOMMEIL, NERVOSITÉ**

**AUGMENTATION DU RISQUE D'ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL,  
DE DIABÈTE ET D'HYPERTENSION ARTÉRIELLE**

## MARKETING



LA PUBLICITÉ SE FAIT SOUVENT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX  
ET VISE LES ENFANTS ET LES JEUNES.

**CES PRODUITS SONT FAUSSEMENT PRÉSENTÉS COMME SANS DANGER.**

## QUE DIT LA LOI ?



LE SNUS EST INTERDIT DE VENTE DANS  
TOUTE L'UNION EUROPÉENNE, SAUF EN SUISSE ET EN SUÈDE !

**DANS LE CANTON DE FRIBOURG,  
L'ÂGE LÉGAL POUR LA VENTE DE PRODUITS  
NICOTINIQUES EST FIXÉ À 18 ANS.**

**LA CONSOMMATION DE NICOTINE CHEZ LES  
JEUNES DE 13 À 15 ANS EST EN AUGMENTATION,  
EN RAISON DE L'ARRIVÉE DES NOUVEAUX PRODUITS  
NICOTINIQUES (PUFF ET SACHETS NICOTINÉS).**