

# **Évaluation du projet pilote sur le programme de renoncement au tabac pour les jeunes Vie 100 Fumer**

---

Rapport rédigé pour

Programme de la lutte au tabagisme  
Santé Canada

Par  
Mechthild Meyer et Alma Estable  
Gentium Consulting

Ottawa, juillet 2004

## TABLE DES MATIÈRES

	<u>PAGE</u>
I. CONTEXTE	6
II. CADRE ET MÉTHODES D'ÉVALUATION	9
1. Objet	9
2. Cadre d'évaluation	9
3. Questions d'évaluation	11
4. Méthodes	11
4.1 Approche participative	11
4.2 Outils de collecte de données	12
4.2.1 Élaboration des outils	13
4.3 Collecte et analyse de données	14
III. APERÇU DU PROJET PILOTE	16
Mise en œuvre du programme pilote V100F	16
<i>SC procède au recrutement dans six endroits à travers le Canada</i>	16
Organisations (partenaires, décideurs) oeuvrant auprès des jeunes;	16
Coordonnateurs des projets pilotes;	16
Animateurs et pairs aidants;	16
1. Le programme pilote est mis en oeuvre dans six endroits	16
IV. RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION	19
1. Le programme de groupe Vie100Fumer a-t-il été mis en œuvre comme prévu?	19
1.1 Approche globale : programme de groupe ou programme d'approche communautaire active	20
1.2 Animateurs	20
1.3. Organisation des programmes	22
1.3.1 Lieu d'exécution des programmes de groupe	22
1.3.2 Mesures d'appui aux programmes	22
1.3.3 Recrutement	22
1.3.4 Durée des programmes	22
1.3.5 Calendrier des programmes	23
1.3.6 Calendrier des séances de groupe	23
1.4.1 Sélection et inscription des participants au groupe	23
1.4.2 Assiduité/participation	23
1.4.3 Taille des groupes	23
1.4.4 Composition des groupes selon l'âge, la langue, et le sexe	24
1.5.1 Guide de l'animateur	24
1.5.2 Guide d'évaluation	24
1.5.3 Brochure du participant	24
1.5.4 Site Web	24
1.6 Concept et déroulement du programme	25
1.6.1 Devoirs	25
1.6.2 Style du programme	25
1.6.3 Pair aidant	26
1.6.4 Accès à un ordinateur	26

1.6.5	Vidéos	26
1.7	Contenu du programme	26
1.7.1	Utilisation du site Web du programme V100F	26
1.7.2	Soutien postérieur au programme	27
1.8	Tâches liées à l'évaluation du programme	27
1.9	Problèmes contextuels liés à la mise en œuvre du programme	27
2.	Le programme a-t-il touché son groupe cible?	27
2.1	Répartition démographique	28
2.1.1	Âge et sexe des participants	28
2.1.2	Langue maternelle et lieu de naissance des participants	28
2.1.3	Niveau scolaire des participants	31
2.2	Caractéristiques relatives au tabagisme	32
2.2.1	Habitude de fumer	32
2.2.2	Nombre de cigarettes fumées	33
2.2.3	Antécédents de tabagisme : Âge à la première cigarette	35
2.2.4	Tentatives de renoncement au tabac	36
2.3	Environnement de tabagisme des étudiants	41
2.3.1	Amis qui fument	41
2.3.2	Habite avec un fumeur	42
2.3.3	Exposition à la fumée à la maison	43
2.3.4	Fumée secondaire	45
2.3.5	Exposition à la fumée secondaire dans divers endroits	46
2.4	Conclusion : Le programme a-t-il touché son groupe cible?	46
3.	Jusqu'à quel point les participants au programme étaient-ils satisfaits de ce dernier?	47
3.1	Aspects organisationnels du programme	47
3.1.1	Durée du programme	47
	Les étudiants qui ont participé à la totalité ou à la plupart des séances (7 et plus) jugent que la durée du programme était parfaite ou aurait pu être plus longue.	47
3.1.2	Durée des séances du programme	48
3.1.3	Méthode préférée de prestation du programme V100F	49
3.2	Satisfaction à l'égard d'aspects particuliers du programme	50
3.3	Ce que les étudiants ont le mieux retenu au sujet du programme V100F	51
3.3.1	Style du programme	51
3.3.2	Activités de programme les plus mémorables	52
3.4	Satisfaction à l'égard de la documentation du programme	52
3.4.1	Guide de l'animateur	53
3.4.2	Guide d'évaluation destiné aux animateurs	53
3.5	Recommandation du programme V100F à un ami	56
3.6	Conclusion : Jusqu'à quel point les participants au programme étaient-ils satisfaits de ce dernier?	56
4.	Jusqu'à quel point le programme V100F est-il efficace aux fins de la promotion auprès des jeunes du renoncement au tabac?	56
4.1	Les jeunes participants au programme V100F ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer?	57
4.1.1	Comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F au moment de l'enquête de base	57

4.1.2	Taux d'abandon : Comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F à la fin du programme	61
4.1.3	Taux de réduction : comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F à la fin du programme	62
4.1.5	Conclusion : Les jeunes participants au programme V100F ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer dans une plus forte proportion que leurs semblables qui n'ont pas participé à ce programme?	65
4.2.	Les tentatives de renoncement au tabac des jeunes participants au programme V100F ont-elles été plus fréquentes?	66
4.2.1	Pendant combien de temps les étudiants sont-ils restés sans fumer : avant (période de 12 mois) et après (période de trois mois) le programme?	67
4.2.2	Conclusion : Les tentatives de renoncement au tabac des jeunes participants au programme V100F ont-elles été plus fréquentes?	68
4.3	Les jeunes qui participent au programme V100F sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?	68
4.3.1	Accroissement perçu de la motivation	69
4.3.2	Comparaison de la motivation à participer au programme avec l'aide que le programme V100F a fournie	69
4.3.3	Perception des animateurs quant à la mesure dans laquelle le programme V100F a aidé les étudiants	72
4.3.4	Conclusion : Les jeunes participants au programme V100F sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?	74
4.4	Les jeunes participants au programme V100F ont-ils amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme?	74
4.4.1	Compétences acquises au cours du programme V100F – perception des étudiants	74
4.4.2	Compétences acquises au cours du programme V100F – perception des animateurs	75
4.4.3	Compétences acquises au cours du programme V100F – Comparaison des perceptions des animateurs à celles des étudiants	76
4.4.4	Amélioration perçue des connaissances	77
4.4.5	Comparaison des perceptions des étudiants à celles des animateurs concernant l'amélioration des connaissances	79
4.4.6	Changement dans l'environnement de tabagisme des participants	79
4.4.7	Mesure dans laquelle les étudiants sont incommodés par la fumée secondaire	80
5.	Suggestions : Comment pourrait-on améliorer le programme?	81
5.1	Aspects organisationnels du programme	81
5.1.1	Recrutement	81
5.1.2	Inscription et admission	84
5.1.3	Taille des groupes et maintien de la participation	84
5.1.4	Diversité des groupes	86
5.1.5	Établissement du calendrier des séances du programme V100F	87
5.1.6	Durée du programme et des séances	89
5.2	Rôle des animateurs	90
5.3	Concept du programme	91
5.3.1	Approche du programme	91
5.3.2	Mise en œuvre du programme	92

5.3.3	Style du programme	93
5.4.1	Incitatifs	95
5.4.2	Établir la date de renoncement au tabac	95
5.5	Documentation du programme	96
5.5.1	Guide de l'animateur	97
5.5.2	Brochure du participant	98
5.5.3	Guide d'évaluation	98
5.5.4	Site Web	99

## I. CONTEXTE

---

Presque toutes les personnes qui ont déjà fumé ont fumé leur première cigarette durant l'adolescence et au moins la moitié de toutes les personnes qui fument toujours avaient fait l'expérience du tabac au plus tard à l'âge de 15 ans<sup>1</sup>. Le tabagisme chez les jeunes canadiens constitue un problème de santé important. En 2002, 22 % des adolescents canadiens âgés de 15 à 19 ans fumaient, alors qu'ils étaient 28 % à le faire en 1999<sup>2</sup>. De plus, l'adolescence est une période où les programmes de renoncement au tabac prennent une importance cruciale : 70 % des fumeurs actuels âgés de 15 à 19 ans ont déclaré avoir fait une ou plusieurs tentatives de renoncement au tabac au cours des 12 mois précédents<sup>3</sup>.

Conscient de la nécessité de tirer profit du fait que les adolescents veulent arrêter de fumer alors qu'ils en sont encore à cette étape de la vie, Santé Canada a élaboré à leur intention, en 1993, un programme de renoncement au tabac en partenariat avec l'Association pulmonaire du Canada et Ciba-Geigy Ltd. Visant les jeunes âgés de 15 à 19 ans, le programme de renoncement au tabac Vie 100 Fumer/Quit 4 Life (V100F) a été conçu comme un programme d'auto-assistance réduisant au minimum le contact avec les adolescents qui fumaient sur une base quotidienne.

À la fin des années 1990, V100F a été transformé en un programme disponible sur un site Web. Il n'était offert qu'en ligne et le site du programme renfermait les renseignements originaux mis en évidence grâce aux témoignages de quatre jeunes qui parlaient de leur comportement de fumeur et des difficultés qu'ils avaient eues à arrêter de fumer. À l'époque, bon nombre de jeunes avaient simplement trouvé ce site Web par hasard alors qu'ils naviguaient sur le Net et avaient eux-mêmes décidé de suivre le programme. La popularité du programme et la diffusion de nouvelles données sur les meilleures pratiques de renoncement au tabac chez les jeunes découlant de la recherche internationale<sup>4</sup>, entre autres sur l'efficacité des approches cognitivo-comportementales dans le cas des adolescents, ont amené Santé Canada à mettre à jour, en 2002, le programme V100F.

Le programme Web à jour a été restructuré par M. Paul MacDonald de l'Université de Waterloo, afin d'inclure les modifications suivantes :

- Ciblage sur un groupe de personnes plus jeunes (13 à 18 ans).
- Accent mis sur les jeunes qui fument quotidiennement ou de temps à autre, et sur ceux qui veulent non seulement réduire leur consommation de tabac mais également cesser de fumer.
- Introduction de principes comportementaux, entre autres le contre-conditionnement, le contrôle du stimulus et la création de milieux qui facilitent le renoncement au tabac, en vue d'accroître les chances de réussite des jeunes en attirant leur attention sur leur comportement de fumeur.
- Insistance accrue sur l'auto-efficacité : « Nous avons également pris soin de favoriser l'auto-efficacité en encourageant les participants à 's'exercer' à arrêter de

fumer »; afin qu'ils s'entraînent à être des non-fumeurs et qu'ils puissent renforcer leur capacité personnelle de modifier sensiblement leur comportement.

- Insistance accrue sur la motivation : « En dépit de l'insuffisance d'éléments probants qui nous permettraient de tirer des conclusions, les approches fondées sur les techniques d'entrevue motivationnelle semblent être particulièrement prometteuses. D'où l'inclusion d'une grande quantité de matériel de motivation fondé sur les principes de Miller et Rollnick (1991) ».
- Modification des aspects du programme touchant la navigation sur le Net afin que les jeunes puissent, soit suivre tout le programme, soit choisir les sections du programme ou du site V100F qui les intéressent le plus. À ce sujet, M. McDonald a de nouveau fait référence à l'information sur les meilleures méthodes, « L'étude laisse en outre croire que des interventions intensives sont vraisemblablement plus efficaces. Cela pose un problème puisque d'autres études semblent indiquer que les adolescents préfèrent des interventions simples et brèves. Nous avons tenté d'en arriver à un équilibre entre ces demandes contradictoires. »
- Ajout d'un guide de l'animateur, d'outils d'évaluation et d'un guide d'évaluation, afin de fournir un appui au programme lorsque ce dernier est donné à un groupe. Ces guides et outils sont fondés sur l'information disponible sur les meilleures pratiques qui semble indiquer que des interventions ayant lieu à l'école, auxquelles les jeunes peuvent ou non participer dans un contexte tout de même structuré, et qui sont faites par un enseignant ou un autre adulte digne de confiance, peuvent être plus fructueuses.
- Possibilité pour des jeunes de continuer à visiter le site Web V100F qu'ils trouvaient par hasard, individuellement, ou collectivement dans le cadre d'un exercice de groupe.

En 2003-2004, Santé Canada a dirigé et évalué le programme de groupe révisé V100F, en partenariat avec cinq organismes, en cinq endroits différents au pays :

- *Fraser House Society* – Mission (Colombie-Britannique)
- Association pulmonaire du Manitoba – Winnipeg (Manitoba)
- Centre de santé des Premières nations de Nipissing - Garden Village (Ontario)
- *Canadian Research Institute for Social Policy* – Université du Nouveau-Brunswick
- Fredericton (Nouveau-Brunswick)
- Centre des femmes de Pictou County - New Glasgow (Nouvelle-Écosse).

Les objectifs fixés par Santé Canada pour les programmes pilotes étaient les suivants :

- Élaborer un mécanisme de supervision de l'évaluation des projets pilotes.
- Fournir en permanence les coordonnées de personnes-ressources et des aides aux coordonnateurs des projets pilotes pour le volet de l'évaluation de ces derniers.

- Mettre au point, en consultation avec les coordonnateurs des projets pilotes, des modèles et d'autres outils permettant et facilitant la collecte des données par ces personnes.
- Recueillir et analyser les données avant et après l'exécution du programme, de même que les commentaires de l'animateur du projet pilote et du pair aidant.
- Rédiger un rapport d'évaluation final sur les projets pilotes exposant en détail, les méthodes, les mécanismes, les résultats, les répercussions de ces derniers et renfermant des recommandations en vue de la modification du programme en fonction des résultats des projets pilotes.
- Mettre au point des outils d'évaluation devant être utilisés par Santé Canada et les responsables des projets pilotes à des intervalles de 6 et de 12 mois après l'exécution du programme.
- Élaborer un outil d'évaluation devant être utilisé sur le site Web du programme V100F afin de déterminer l'efficacité de ce dernier en tant que programme d'auto-assistance.

Le présent rapport décrit le processus d'évaluation et donne un aperçu de la mise en œuvre du programme et des participants; il présente un résumé des résultats à court terme et les améliorations recommandées à la documentation de V100F et à la mise en œuvre.

## II. CADRE ET MÉTHODES D'ÉVALUATION

---

### 1. Objet

Gentium Consulting a entrepris l'évaluation du programme Vie100Fumer (V100F). Cette évaluation visait les objectifs suivants :

- Évaluer le processus de mise en œuvre du programme de groupe V100F récemment révisé. La mise sur pied de projets pilotes du programme V100F dans cinq endroits différents comportant des caractéristiques très diverses, a permis de cerner des questions relatives au processus qui pourraient influencer sur l'uniformité de la mise en œuvre. L'évaluation du processus porte sur différentes questions, dont les suivantes : Jusqu'à quel point les stratégies de mise en œuvre du programme diffèrent-elles d'un projet pilote à l'autre? De quel genre de soutien avait-on besoin dans les différents endroits? Comment a-t-on modifié le programme pour tenir compte des différentes circonstances? Quelles ont été les réactions à la structure, à l'exécution et à la documentation du programme? Quels sont les facteurs contextuels imprévus dont il a fallu tenir compte? Veuillez noter que l'on ne s'attend pas à ce que ce type de stratégie d'évaluation donne lieu à des résultats statistiquement généralisables; elle vise plutôt à donner une idée du déroulement du programme, et constitue essentiellement une étude descriptive visant à documenter le fonctionnement réel du programme, afin d'assurer que ce qui est éventuellement évalué a réellement été mis en œuvre comme prévu.
- Mettre à l'essai les mécanismes d'évaluation et les outils de collecte de données dans différents endroits. La mise à l'essai des outils dans différents endroits et différentes langues permettra de réviser les mécanismes d'évaluation et les outils avant la mise en œuvre complète du programme à l'échelle nationale.
- Fournir des données sur les résultats immédiats (à court terme) concernant chacun des projets pilotes. Étant donné que le programme V100F vise à modifier le comportement des participants de façon précise et mesurable, il devrait être possible d'évaluer les résultats (l'effet) dans l'avenir. Veuillez noter que l'évaluation complète des résultats ne peut avoir lieu que lorsqu'un programme a été mis en œuvre avec un niveau d'uniformité relativement élevé. À cette étape de projets pilotes, une simple évaluation préalable et postérieure menée à l'aide d'un groupe témoin théorique, fournit une rétroaction immédiate aux responsables des projets pilotes. Le recours à un groupe témoin théorique est en outre conforme à la question d'éthique soulevée par la randomisation d'un traitement potentiellement bénéfique, c'est-à-dire qu'il est peut-être contraire à l'éthique d'offrir le programme V100F seulement à un sous-ensemble des jeunes qui aimeraient participer à un programme de renoncement au tabac.

### 2. Cadre d'évaluation

L'évaluation du programme pilote V100F est principalement formative, mettant l'accent sur la conception du programme et la mise en œuvre de ce dernier dans différents endroits. L'évaluation des effets du programme ne peut se faire qu'à la suite de la mise en œuvre complète et uniforme de celui-ci.

Compte tenu que l'exécution du programme de groupe avait lieu pour la première fois, on a préparé des modèles logiques de programme détaillés pour chacun des projets pilotes, en se fondant sur l'examen des propositions et de la documentation supplémentaire, afin de comprendre et de documenter les variations du programme dès le début. Les coordonnateurs des projets pilotes et les animateurs fournissaient périodiquement des commentaires supplémentaires afin de s'assurer que les composantes, les activités, les groupes cibles et les résultats escomptés continuaient de refléter le programme de chacun des projets pilotes à mesure que celui-ci évoluait. À la fin du projet, les données recueillies auprès des coordonnateurs, des animateurs et des participants ont de nouveau révélé des différences et des similitudes sur le plan de la mise en œuvre entre les projets pilotes et avec le temps, au sein de ceux-ci. On a préparé une version révisée des modèles logiques de programme (voir l'annexe C). Dans le cadre de l'évaluation du processus, on a également accordé une attention particulière à l'évaluation de la structure, du contenu et de la documentation du programme (guide de l'animateur, brochure du participant, guide d'évaluation), qui ont été élaborés en vue du présent projet pilote.

Le projet pilote a donné l'occasion de mettre à l'essai un modèle et des outils en prévision d'une évaluation plus complète de l'effet d'un programme national dans l'avenir.

Les responsables des projets pilotes n'ont pas proposé de modèles permettant l'affectation aléatoire des jeunes fumeurs à un « traitement (groupe d'intervention du programme V100F) » ou à un groupe ne subissant « aucun traitement » pour des raisons d'ordre pratique et éthique. Un modèle quasi-expérimental, selon lequel on sélectionnerait un groupe témoin correspondant au groupe expérimental, a été jugé peu pratique au niveau des coordonnateurs chargés d'exécuter le programme, compte tenu des contraintes de temps et des niveaux de participation variables des écoles et des sites.

On aurait pu utiliser un modèle de rechange consistant à effectuer la randomisation au niveau des écoles, plutôt qu'au niveau des jeunes participants individuels. En raison de facteurs contextuels et sociodémographiques en fonction desquels les écoles individuelles peuvent différer, et de la nature facultative de la participation au programme V100F, il serait également difficile de mettre ce modèle en œuvre au cours de la phase pilote.

Le modèle d'évaluation des résultats utilisé aux fins d'essai à cette étape de projets pilotes combine une comparaison d'un seul groupe avant et après le programme (un groupe témoin réflexif), et un « groupe témoin théorique », dans le cadre de laquelle on présume qu'en l'absence du programme V100F, les jeunes cesseraient de fumer et tenteraient de cesser de fumer au niveau qui a été démontré dans le cadre d'autres recherches (plus particulièrement l'Enquête de surveillance de l'usage du tabac au Canada).

En ce qui concerne les résultats, la question fondamentale de l'évaluation serait la suivante : Jusqu'à quel point le programme V100F est-il efficace aux fins de la promotion auprès des jeunes du renoncement au tabac? Plus précisément, les jeunes participants au programme V100F présentaient-ils les caractéristiques suivantes :

- ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer dans une plus forte proportion que leurs semblables qui n'ont pas participé à ce programme?
- leurs tentatives de renoncement au tabac ont-elles été plus fréquentes?
- sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?
- ont-ils amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au renoncement au tabac?

### 3. Questions d'évaluation

En résumé, l'évaluation du programme pilote V100F visait à répondre aux cinq questions suivantes :

- Le programme de groupe Vie100Fumer a-t-il été mis en oeuvre comme prévu?
- Le programme a-t-il touché son groupe cible?
- Jusqu'à quel point les participants au programme étaient-ils satisfaits de ce dernier?
- Jusqu'à quel point le programme V100F est-il efficace aux fins de la promotion auprès des jeunes du renoncement au tabac?
- Comment pourrait-on améliorer le programme?

(Veuillez consulter l'annexe A pour une description plus complète du modèle d'évaluation)

## 4. Méthodes

### 4.1 Approche participative

Le processus participatif adopté a rassemblé le représentant de Santé Canada, les coordonnateurs des projets pilotes ainsi que les jeunes participants au programme. Ce processus s'est révélé un moyen efficace d'obtenir la rétroaction la plus complète possible sur la mise en œuvre du programme, de recueillir les perspectives des jeunes sur le programme, et de susciter des idées et des suggestions. Le fait d'assurer la participation des coordonnateurs des projets pilotes à la planification de l'évaluation a en outre permis d'obtenir des données d'évaluation complètes et exactes en temps opportun. Leur participation a été essentielle à l'élaboration d'un modèle logique valide et clair, ce qui constitue la première étape de toute évaluation.

On a encouragé les coordonnateurs des projets pilotes à adhérer au processus d'évaluation; ils ont en retour reçu un soutien pour la mise en œuvre des procédures de collecte de données afin d'obtenir des taux de réponse élevés. Ce processus participatif a également permis de jeter les bases nécessaires pour la tenue d'évaluations de contrôle après six mois et douze mois dans chacun des sites des projets pilotes, si Santé Canada décide d'effectuer une évaluation des résultats dans l'avenir.

Le processus participatif a aussi facilité l'examen périodique du plan de travail, et a permis de rajuster les activités (en respectant les restrictions budgétaires préétablies) afin de réagir aux événements imprévus et aux questions nouvelles. Par exemple, les conditions météorologiques extrêmes survenues au Nouveau-Brunswick ont entraîné la fermeture sans précédent de nombreuses écoles parfois jusqu'à deux semaines; cette

situation a influé sur la période d'exécution du programme, et a nécessité le rajustement des stratégies et du calendrier de collecte de données.

En résumé, on a utilisé le processus suivant pour communiquer avec les coordonnateurs des projets pilotes :

- On a tenu quatre téléconférences auxquelles ont participé les coordonnateurs des projets pilotes, le représentant du Ministère, et l'équipe d'évaluation (septembre, octobre, décembre et mars).
- La tenue d'une réunion d'une journée rassemblant tous les coordonnateurs des projets pilotes au mois de janvier a servi de tribune à chacun des coordonnateurs pour présenter une mise au point sur le programme et échanger des suggestions et des idées. L'équipe d'évaluation a fait part de sa connaissance des hypothèses et de la logique du programme, passé en revue la collecte de données, présenté un échantillon des résultats d'un projet pilote, et facilité la participation à la conception des questions destinées aux participants aux groupes de discussion, et de la structure de ceux-ci.
- On a interrogé chacun des coordonnateurs des projets pilotes à plusieurs reprises tout au long du projet : au sujet de l'élaboration et de la révision des modèles logiques propres à chacun des projets pilotes; afin de confirmer les préoccupations relatives au recrutement et à d'autres éléments du programme; et pour discuter de la mise en œuvre du programme avec les coordonnateurs des projets pilotes qui étaient aussi chargés d'animer des activités.
- Dans le cadre de communications continues par téléphone et par courriel, l'équipe d'évaluation a appuyé la mise en œuvre de la composante d'évaluation du projet : p. ex., elle a donné suite aux préoccupations relatives à l'administration des enquêtes, répondu aux questions concernant l'utilisation de divers outils, donné suite à des préoccupations et des questions propres à certains projets pilotes, obtenu une collaboration aux fins des communications avec les groupes de discussion et les animateurs, et tenu les coordonnateurs informés et assuré leur participation continue au processus d'évaluation dans la mesure du possible.
- L'équipe d'évaluation et le représentant du Ministère ont veillé à ce que les versions provisoires de toute la documentation d'intérêt pour les coordonnateurs (p. ex., enquêtes visant à recueillir des données sur les résultats après une période de six mois; modèles logiques du projet; cadre d'évaluation; ébauche des résultats de chacun des projets pilotes) soient distribuées à tous les coordonnateurs aux fins d'examen. Les coordonnateurs ont fourni des suggestions et des observations très valables et réfléchies, ce qui a permis de perfectionner la stratégie globale d'évaluation ainsi que certains outils.

#### **4.2 Outils de collecte de données**

Pour ce qui est des questions sur la mise en œuvre, les données primaires ont été recueillies des façons suivantes :

- enquêtes auprès des animateurs et des pairs animateurs;
- observation guidée (registres des animateurs);

- entrevues;
- groupe(s) de discussion;
- téléconférences;
- réunions;
- analyse des documents et des rapports rédigés pour chacun des projets pilotes.

Pour ce qui est des questions sur les résultats :

- on a recueilli les données primaires au moyen d'enquêtes menées auprès des participants avant et après le programme;
- on a analysé les données secondaires afin de créer des groupes témoins théoriques pour chacun des projets pilotes, selon le tableau ci-joint.

#### **4.2.1 Élaboration des outils**

On a eu recours à quatre enquêtes qui avaient été créées antérieurement pour évaluer les projets pilotes du programme V100F, afin de recueillir des données au cours des projets pilotes (voir le guide d'évaluation destiné aux animateurs, Vie100Fumer, Santé Canada). On a élaboré d'autres outils pour recueillir des données d'évaluation six mois et douze mois après la fin du programme.

Les enquêtes menées avant et après le programme ont permis de déterminer le nombre de participants au programme qui :

- Ont cessé de fumer;
- Ont réduit leur consommation;
- Ont fait des tentatives de renoncement plus fréquentes;
- Sont davantage motivés à cesser de fumer;
- Ont amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme.

Voici les étapes de l'élaboration des outils d'enquête :

- Examiner l'efficacité des outils pilotes pour ce qui est de recueillir des données appropriées et utiles, et déterminer les éléments et les sections qui fonctionnent le mieux et ceux qui nécessitent une révision;
- Examiner la documentation récente afin de mettre à jour les éléments de questionnaires portant sur le maintien du renoncement, les jeunes, et d'autre documentation sur la lutte contre le tabagisme;
- Élaborer des outils adaptés, en conservant un ensemble d'éléments « de base » des outils pilotes;
- Distribuer les outils au représentant de Santé Canada et aux coordonnateurs des projets pilotes; solliciter la rétroaction des examinateurs au sujet de la convivialité et de la clarté des outils;
- Mettre à l'essai les outils sélectionnés (p. ex., contrôle après six mois) auprès des jeunes participants à un projet pilote, et les modifier en conséquence.

On a élaboré d'autres outils pour orienter les téléconférences et les entrevues; aider les coordonnateurs des projets pilotes à gérer les données; et obtenir des données sur le processus et la mise en œuvre auprès des animateurs et des jeunes participants dans le cadre des entrevues et des groupes de discussion. De manière générale, on a eu recours au processus suivant concernant ces outils : élaboration d'ébauches fondées

sur l'expérience des évaluateurs en matière d'outils qualitatifs, en tenant compte des constatations tirées de la documentation récente; examen et révision par le représentant de Santé Canada; distribution, examen et mise à l'essai par les coordonnateurs des projets pilotes; modifications à la suite de la première utilisation, au besoin.

Voici une liste des outils de collecte de données utilisés dans le cadre de cette évaluation. (Voir l'annexe B pour les outils qui ne sont pas inclus actuellement dans le guide d'évaluation destiné aux animateurs).

- Enquêtes auprès des participants (avant et après le programme);
- Enquête auprès des animateurs;
- Enquête auprès des pairs aidants;
- Calendrier d'entrevue auprès des animateurs;
- Registres des animateurs;
- Guides d'animation des groupes de discussion formés de jeunes participants.

### **4.3 Collecte et analyse de données**

On a enregistré, transcrit, imprimé et codé dix entrevues menées auprès des animateurs et on a analysé le contenu et les thèmes de celles-ci ainsi que les exemples et les cas extrêmes qui en sont ressortis, pour ensuite en faire le résumé. On a analysé le contenu et les thèmes de dix-huit registres d'animateur ainsi que les exemples qu'ils contenaient et on en a fait le résumé. Quarante-quatre questionnaires de l'enquête s'adressant aux animateurs ont été retournés.

On a enregistré, transcrit et codé quatre groupes de discussion formés de jeunes participants et on a analysé le contenu et les thèmes de ceux-ci ainsi que les exemples et les cas extrêmes qui en sont ressortis, pour ensuite en faire le résumé. On a reçu 328 des questionnaires des enquêtes visant les jeunes participants (291 enquêtes préalables; 257 enquêtes postérieures). Les résultats des enquêtes préalables ont été appariés à ceux des enquêtes postérieures dans le cas de 222 étudiants participants.

On a saisi les réponses libres des enquêtes sous forme de texte; on les a codées; et on en a analysé le contenu et les thèmes; on en a fait le résumé.

Le représentant de Santé Canada a examiné les rapports techniques sur les données qualitatives, et on a intégré ses observations à l'analyse.

On a étudié plus à fond et comparé tous les sommaires de données qualitatives, et on les a examinés à la lumière des comptes rendus de fin de projet de chacun des projets pilotes, afin de dégager des perspectives multiples, des confirmations, les écarts d'interprétation, ainsi que des recommandations et des suggestions précises en vue d'améliorer le programme.

On a codé les données numériques issues des enquêtes et on les a saisies dans un certain nombre de bases de données SPSS. On a créé des tableaux sommaires de fréquence et des statistiques descriptives (y compris des tableaux croisés). Nota : les répondants à l'enquête ne comprennent pas d'échantillon sélectionné au hasard. Les tests de signification statistique n'ont pas été effectués de façon constante. Les

résultats sont présentés dans des tableaux détaillés (annexes) et des figures sommaires (dans le présent rapport).

### III. APERÇU DU PROJET PILOTE

Le tableau 1 ci-dessous résume la logique globale du projet pilote de Santé Canada.

**Tableau 1 Modèle logique du projet pilote de Santé Canada**

Composantes	Mise en œuvre du programme pilote V100F	Mise à l'essai de la documentation du programme V100F
<b>Activités</b>	<p><i>SC procède au recrutement dans six endroits à travers le Canada</i></p> <p>Coordonnateurs des projets pilotes            - identifier les animateurs et les pairs aidants;            - recruter les participants (jeunes);            - mettre le programme en œuvre une à deux fois.</p> <p>Recueillir des données d'évaluation, notamment des enquêtes écrites de base et postérieures au programme.</p>	<p>Fournir un soutien aux coordonnateurs de chacun des <i>six projets pilotes</i>.</p> <p>Faciliter l'apport des jeunes et des animateurs à la mise en œuvre du programme et à l'évaluation.</p> <p>Évaluer la mise en œuvre et l'efficacité du programme :            Élaborer une enquête Web;            Résumer et analyser l'information;            Faire des recommandations en vue du rajustement du programme.</p>
<b>Groupes cibles</b>	<p>Organisations (partenaires, décideurs) oeuvrant auprès des jeunes;            Coordonnateurs des projets pilotes;            Animateurs et pairs aidants;            Jeunes fumeurs.</p>	<p>Santé Canada;            Animateurs/coordonnateurs des projets pilotes;            Jeunes participants.</p>
<b>Résultats à court terme</b>	<p>1. Le programme pilote est mis en œuvre dans six endroits            - identification des animateurs;            - publicisation des programmes;            - recrutement des jeunes;            - rétention des jeunes;            - tenue d'au moins neuf séances;            - utilisation du guide de l'animateur.</p> <p>2. Collecte de données d'évaluation.</p> <p>3. On motive les animateurs à continuer d'animer le programme.</p> <p>4. Les jeunes participants :            - ont réduit leur consommation ou ont cessé de fumer;            - ont fait des tentatives de renoncement plus fréquentes;            - sont davantage motivés à cesser de fumer;            - ont amélioré leurs compétences et leurs connaissances;            - veulent informer les autres au sujet du programme;            - sont satisfaits du programme.</p> <p>5. <i>Les organisations partenaires :</i>            - <i>connaissent l'existence du programme;</i>            - <i>ont fait la promotion du programme;</i>            - <i>ont appuyé la mise en œuvre du programme.</i></p>	<p>1. Le rapport d'évaluation permet à SC d'en savoir plus long au sujet :            - de l'efficacité du programme et de la satisfaction à l'égard du programme;            - de la mise en œuvre du programme V100F sous forme de programme de groupe;            - des améliorations suggérées.</p> <p>2. Les animateurs formulent des commentaires au sujet de la mise en œuvre et de l'évaluation du programme.</p> <p>3. Les jeunes formulent des commentaires au sujet de la mise en œuvre et de l'évaluation du programme.</p> <p>4. <i>SC recueille des données continues au moyen de l'enquête Web.</i></p>

(Nota : les éléments en italiques figurant dans le tableau ci-dessus n'ont pas été mis en œuvre selon ce qui avait été prévu au départ ou on ne dispose d'aucune donnée à leur sujet).

Compte tenu des variations considérables entre les projets pilotes, on a aussi élaboré des modèles logiques individuels pour chacun des projets pilotes, selon les étapes suivantes :

- examen des documents de Santé Canada sur l'historique du programme V100F;
- examen des composantes actuelles du programme V100F;
- examen de la documentation récente sur les programmes de renoncement au tabac destinés aux jeunes;
- examen des propositions initiales de financement des projets pilotes, et des documents connexes;
- élaboration d'un modèle logique global pour le programme pilote (sous forme d'ébauche);
- révision : Création de modèles logiques individuels pour chacun des projets pilotes, afin de tenir compte des variations considérables qui étaient déjà évidentes lors de la conceptualisation du programme pilote;
- distribution des modèles logiques provisoires à tous les coordonnateurs des projets pilotes et au représentant de Santé Canada;
- tenue d'entrevues téléphoniques individuelles auprès de chacun des coordonnateurs des projets pilotes (également auprès des animateurs dans certains sites) afin d'examiner le modèle logique provisoire;
- modifier les modèles logiques en tenant compte des commentaires issus des entrevues et de la rétroaction écrite des coordonnateurs des projets pilotes;
- distribution des modèles logiques à tous les coordonnateurs et au représentant de Santé Canada;
- examiner les modèles logiques à la suite de la mise en œuvre à la lumière des résultats des enquêtes, et des rapports finaux des coordonnateurs des projets pilotes.

Cette dernière étape a permis de documenter les variations entre les composantes, les activités et les groupes cibles du programme, prévus et mis en place dans le cadre de chacun des projets pilotes, tel que signalé par les coordonnateurs des projets pilotes à la fin du projet. Les coordonnateurs ont examiné les versions antérieures des modèles logiques pour chacun de leurs projets pilotes et on leur a demandé, au cours d'entrevues téléphoniques, de réfléchir à certaines questions, dont les suivantes :

- Les liens entre les causes et les effets sont-ils plausibles?
- Les objectifs et les effets sont-ils clairs et précis?
- Les activités du programme sont-elles liées aux résultats escomptés de chacun des projets pilotes?

À la fin du projet, les données provenant des animateurs et des participants, ainsi que les rapports finaux rédigés par chacun des coordonnateurs, ont donné lieu à la modification des modèles de chacun des projets pilotes. On a également recueilli les défis et les réalisations, les facteurs contextuels prévus et imprévus, et les impressions générales au sujet de la réussite du programme, et on les a inclus dans les comptes rendus.

Les modèles logiques antérieurs à la mise en œuvre et utilisés à mi-chemin de celle-ci, qui sont fondés sur les propositions de chacun des projets pilotes et sur les entrevues

menées auprès des coordonnateurs, sont inclus dans l'annexe C. Les résultats à court terme sont résumés dans la section IV.3 du présent rapport, et on trouvera des tableaux complets à l'annexe E. La section IV.1 présente une description narrative des variations relevées sur le plan de la mise en œuvre du programme.

## IV. RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION

---

### 1. Le programme de groupe Vie100Fumer a-t-il été mis en œuvre comme prévu?

Santé Canada a choisi cinq sites pilotes parmi un nombre X de sites qui avaient manifesté l'intérêt de participer au projet. Les projets pilotes ont été exécutés par des organisations et des organismes non gouvernementaux qui s'intéressent au renoncement au tabac chez les jeunes et/ou qui en sont responsables. La coordination de chacun des projets pilotes a été confiée à une personne désignée, généralement une personne possédant de l'expérience en matière de renoncement au tabac et/ou de toxicomanies et/ou du travail auprès des jeunes. La taille, le mandat et la structure des organisations et organismes variaient considérablement, ce qui a permis de réaliser les projets pilotes dans des environnements de mise en œuvre très diversifiés. Par exemple, au Nouveau-Brunswick, le projet pilote a eu lieu au Centre for Policy Research de l'Université du Nouveau-Brunswick, qui possède une expérience considérable en matière de recherche pédagogique et de projets de recherche simultanés parallèles, qui a donné lieu à des tentatives de mise en œuvre dans un grand nombre d'écoles à travers la province effectuées en faisant appel à un réseau d'enseignants et d'infirmières de la santé publique pour animer le programme de façon bénévole dans leurs écoles. Par contre, la Première nation de Nipissing est installée sur une petite réserve située dans le Nord de l'Ontario, au sein de laquelle le conseiller en toxicomanie a coordonné un programme de petite envergure qui a été exécuté par un animateur contractuel et qui visait deux écoles particulières de la réserve, dont la population de fumeurs adolescents comprenait un grand nombre d'adolescents que le coordonnateur et l'animateur avaient connus dans le cadre d'autres activités.

Les coordonnateurs des projets pilotes du programme V100F étaient responsables de tous les aspects de la mise en œuvre du programme, y compris la sélection des partenaires qui allaient participer au recrutement ainsi qu'à l'exécution du programme. Ils ont utilisé la documentation du programme V100F à des fins d'orientation et étaient tenus de respecter la structure fondamentale et le plan du programme V100F : un programme de groupe de renoncement au tabac par étape, avec accès et appui Web, exécuté par un animateur adulte avec le soutien facultatif d'un pair aidant, visant les fumeurs adolescents.

Il incombait à chacun des responsables des projets pilotes de prendre les décisions relatives au moment, à la durée et au lieu d'exécution du programme; au nombre de fois que le programme serait offert; au recrutement et à la sélection des animateurs; à la question de savoir si les animateurs seraient rémunérés ou bénévoles; au recrutement et à la sélection des participants; et à la détermination de groupes cibles particuliers au sein de la population de fumeurs adolescents (p. ex., selon le sexe).

Toute la documentation du programme (affiches, guide de l'animateur, brochures du participant) était disponible en anglais et en français. Santé Canada l'a fournie sans frais à tous les responsables des projets pilotes.

Il est important de noter qu'au cours de l'étape des projets pilotes, un certain nombre de mécanismes de soutien et des éléments supplémentaires étaient disponibles et que

ceux-ci ne seront peut-être plus offerts à la suite de la mise en œuvre complète du programme à l'échelle nationale. Il s'agit notamment des mécanismes et des éléments suivants :

- communication individuelle fréquente avec le représentant de Santé Canada, y compris des visites du représentant de Santé Canada afin d'appuyer le recrutement au programme et la transmission d'information;
- téléconférences avec un groupe d'autres coordonnateurs de projets pilotes tout au long de la mise en œuvre;
- consultation et appui de la part de l'équipe d'évaluation en matière de collecte de données;
- rétroaction de l'équipe d'évaluation au sujet de la conception de projet en évolution et des résultats provisoires au cours de la mise en œuvre;
- ressources pour rémunérer les animateurs et/ou acheter des incitatifs visant à favoriser la participation des jeunes.

En outre, l'étape des projets pilotes a exercé des demandes supplémentaires sur les coordonnateurs (communication avec Santé Canada et l'équipe d'évaluation; commentaires sur l'élaboration d'outils; recrutement des participants aux entrevues et aux groupes de discussion; collecte de données; présentation fréquente de rapports) qui ne seraient pas exercées dans le cadre de la mise en œuvre régulière du programme une fois que celui-ci sera lancé de façon intégrale.

### **1.1 Approche globale : programme de groupe ou programme d'approche communautaire active**

Comme prévu, il existe des similitudes et des différences entre les projets pilotes et au sein de ceux-ci quant à la façon dont le programme V100F a été mis en œuvre.

Tandis que la majorité des animateurs se sont efforcés d'offrir un programme de renoncement au tabac relativement formel et structuré, les responsables d'un projet pilote ont aussi utilisé la documentation du programme V100F à des fins d'approche communautaire active sans s'attendre à ce que les jeunes participent avec assiduité au programme ou à ce qu'ils s'y inscrivent officiellement. Dans le cadre de ce projet pilote, deux animateurs ont offert un éventail d'activités de soutien individuel au renoncement à l'extérieur de l'école secondaire et à l'occasion, de façon très spontanée (c.-à-d. dans les planchodromes), afin d'encourager les jeunes à fumer moins et/ou à cesser de fumer. Les activités d'approche communautaire ont permis de recruter quelques étudiants à un programme de groupe plus formel, tout en poursuivant les communications informelles et souples à l'extérieur du site avec les autres. Il est important de noter que les enquêtes ont été distribuées uniquement aux jeunes participants aux séances de groupe; par conséquent, les rapports des animateurs (entrevues) et le rapport du coordonnateur fournissent les seules données relatives à la mise en œuvre et à la réussite de l'« approche communautaire » adoptée aux fins de l'exécution du programme V100F.

### **1.2 Animateurs**

Les coordonnateurs des projets pilotes assumaient la responsabilité globale pour la mise en œuvre du programme, mais les résultats d'évaluation indiquent que les animateurs individuels jouissaient d'une liberté d'action considérable quant à la façon

dont ils présentaient la documentation. Cela ressort particulièrement des rapports des projets pilotes comprenant la tenue de groupes multiples dans plusieurs endroits au cours de la période d'essai. Le programme est conçu en tant que programme « autonome » et n'exige pas que les animateurs reçoivent une formation particulière pour mettre les séances en œuvre.

Dans la plupart des cas, les groupes participant au programme V100F étaient animés par un seul adulte, sans l'appui d'un pair animateur. La coanimation et la rotation de plusieurs animateurs n'étaient pas rares dans certains sites. Deux des coordonnateurs des projets pilotes ont aussi animé au moins une partie des séances de groupe.

Les animateurs possèdent des antécédents et une expérience professionnels diversifiés et comprenaient des conseillers en toxicomanie, des infirmières de la santé publique, le directeur administratif d'une organisation non gouvernementale, des coordonnateurs de programmes, et des enseignants. Plus de la moitié (57 %) des animateurs possèdent une expérience antérieure à titre de conseillers auprès des jeunes (p. ex., travailleurs sociaux, conseillers en toxicomanie, travailleurs des services de soutien à la famille). Le quart des animateurs participaient à des activités récréatives et sportives avec les jeunes (entraîneurs, intervenants en loisirs); un cinquième d'entre eux (21 %) sont des enseignants; et 14 % d'entre eux sont des infirmières de la santé publique.

Ils communiquaient tous fréquemment avec les jeunes, et la plupart le faisaient tous les jours. Un peu plus du tiers (37 %) possédaient peu d'expérience antérieure en matière de programmes de renoncement au tabac destinés aux jeunes, tandis que 41 % d'entre eux en possédaient beaucoup. Au moment où la collecte des données sur le projet pilote a eu lieu, quelques animateurs avaient déjà exécuté le programme V100F plus de trois fois, tandis que d'autres en faisaient l'expérience pour la première fois.

Un peu plus de la moitié (61 %) d'entre eux estimaient qu'ils connaissaient très bien les questions relatives au tabac; dans l'ensemble, ils avaient tendance à attribuer une cote beaucoup plus élevée à leur niveau de connaissances relatives au tabac qu'à leur expérience en matière de programmes de renoncement au tabac. Les deux tiers des animateurs étaient eux-mêmes d'anciens fumeurs; le tiers d'entre eux n'avaient jamais fumé.

La majorité des animateurs sont des femmes (76 %) et ont exécuté le programme en anglais (80 %).

### **1.3. Organisation des programmes**

#### **1.3.1 Lieu d'exécution des programmes de groupe**

La plupart des programmes de groupe étaient offerts dans des écoles secondaires, aux étudiants actuellement inscrits dans ces écoles, pendant l'année scolaire régulière, et pendant les journées scolaires régulières. Les étudiants interrogés dans le cadre des groupes de discussion disaient souvent qu'ils suivaient des « cours » de renoncement au tabac.

#### **1.3.2 Mesures d'appui aux programmes**

En plus de l'appui propre à ce programme pilote (décrit ci-dessus), les animateurs de la plupart des projets pilotes ont reçu un appui considérable de la part de leurs organisations en vue de la mise en œuvre du programme, en ce qui concerne leur propre temps (46 %); le temps accordé par d'autres personnes (43 %); d'autres ressources (p. ex., soutien technique, accès à Internet, mesures incitatives du programme) [43 %]; et aide au recrutement (39 %).

#### **1.3.3 Recrutement**

La plupart des animateurs ont utilisé des stratégies de recrutement standard, comme des annonces, des affiches, et les rencontres personnelles. De nombreux animateurs communiquaient déjà avec les étudiants avant d'exécuter le programme V100F, en raison de leur rôle d'enseignants, d'infirmières de l'école ou de conseillers en toxicomanie. Un grand nombre d'entre eux ont signalé qu'ils avaient reçu un appui de la part de l'école, d'un directeur ou d'un conseiller en orientation, pour identifier les jeunes en vue de la participation au programme de groupe. Certains ont eu recours à d'autres moyens (p. ex., ils ont communiqué avec le personnel de la cafétéria ou des travailleurs auprès des jeunes pour les informer du programme à venir, en espérant que ceux-ci transmettent cette information aux étudiants). D'autres ont eu recours à des mesures incitatives (bons-cadeaux) pour attirer les étudiants. Beaucoup d'animateurs se sont efforcés d'évaluer l'ensemble de la culture et du milieu liés au tabagisme dans chacune des écoles afin de savoir à qui il conviendrait le mieux de s'adresser, et pour avoir une meilleure idée des questions actuelles touchant l'école relativement à l'usage du tabac.

La plupart des étudiants ont entendu parler du programme V100F dans le cadre d'annonces diffusées à l'école, et aussi par le bouche-à-oreille, par des amis et d'autres étudiants. Les participants aux groupes de discussion estiment que ces stratégies de recrutement étaient efficaces pour différentes raisons. Ceux qui avaient été recrutés par l'intermédiaire d'une rencontre personnelle ont souligné l'importance qu'une personne qui les connaissait déjà et en qui ils pouvaient avoir confiance les approche. Ceux qui avaient entendu parler du programme par le biais d'une stratégie générale de recrutement plus publique (annonce publique, affiches, brochures) ont apprécié le fait qu'ils pouvaient aller « voir de quoi il retournait » et décider s'ils désiraient rester ou non.

#### **1.3.4 Durée des programmes**

Le nombre de séances de chacun des groupes variait considérablement, allant de trois à vingt-six séances, la moyenne étant de 10,5 séances par groupe. Dans l'ensemble,

on avait tendance à tenir un nombre supérieur de séances plutôt qu'un nombre inférieur.

### **1.3.5 Calendrier des programmes**

La moitié (50 %) des programmes V100F ont été mis en œuvre à l'automne 2003, le tiers (36 %) l'ont été au cours de l'hiver 2004, et un petit nombre (14 %) l'ont été au printemps 2003.

### **1.3.6 Calendrier des séances de groupe**

Les animateurs ont établi différents calendriers, offrant les séances de groupe à différents moments de la journée et tout au long de la semaine scolaire. Certaines séances de groupe étaient offertes uniquement à l'heure du déjeuner; d'autres l'étaient uniquement durant les heures de cours; certains animateurs ont offert les séances à ces deux moments. La plupart des groupes se sont réunis une heure par semaine; d'autres animateurs ont offert deux séances hebdomadaires d'une demi-heure; quelques animateurs ont tenu une séance toutes les deux semaines.

## **1.4 Coordination des groupes**

### **1.4.1 Sélection et inscription des participants au groupe**

Dans certains endroits, les étudiants ont été obligés d'exprimer leur intérêt de participer au groupe à une autre personne que l'animateur (le conseiller en orientation, par exemple); de répondre à l'enquête de base afin d'établir leur engagement; d'examiner leur état de préparation à cesser de fumer, en collaboration avec l'animateur; et/ou de s'inscrire au programme de groupe V100F à l'avance; d'autres ont pu s'inscrire au programme simplement en assistant à la première séance. Quelques animateurs ont exécuté le programme d'une façon très ouverte, sans s'attendre à ce que les jeunes participent au groupe de façon régulière, et en offrant une inscription continue ou la possibilité de s'inscrire lors d'un contact impromptu.

### **1.4.2 Assiduité/participation**

Les animateurs ont mentionné divers moyens de faire face à l'assiduité irrégulière. Afin d'assurer la continuité du programme, certains d'entre eux ont interdit aux étudiants de manquer plus de trois cours; ils demandaient à ceux qui le faisaient de quitter le programme. Selon certains animateurs, l'assiduité irrégulière indiquait un manque de motivation à se préparer à cesser de fumer; d'autres ont jugé que cela signifiait que certains membres du « groupe cible » faisaient peut-être face à d'autres questions, notamment un taux d'absentéisme élevé.

### **1.4.3 Taille des groupes**

Chacune des séances de groupe comptait de deux à seize participants, et le groupe moyen était formé de neuf participants. En moyenne, sept participants ont terminé chacun des programmes. Les animateurs qui avaient recours à l'« approche communautaire » ont mentionné avoir communiqué avec jusqu'à 60 jeunes.

#### **1.4.4 Composition des groupes selon l'âge, la langue, et le sexe**

Presque tous les participants aux groupes étaient âgés de 12 à 19 ans. Plus de la moitié des étudiants avaient entre 16 et 17 ans. Un projet pilote du programme V100F visait les jeunes étudiants adultes (âgés de 17 à 36 ans).

Trois quarts des groupes étaient mixtes; 21 % ne comprenaient que des filles, et 6 % étaient composés uniquement de garçons. Trente groupes (75 %) se sont tenus en anglais, et dix (25 %) ont eu lieu en français.

#### **1.5 Documentation du programme**

Chacun des animateurs a reçu un guide de l'animateur et un guide d'évaluation, ainsi qu'un certain nombre de brochures du participant, directement de Santé Canada ou par l'intermédiaire du coordonnateur du projet pilote. D'autres renseignements étaient disponibles par le biais du site Web du programme Vie100Fumer.

##### **1.5.1 Guide de l'animateur**

Le guide de l'animateur, qui comporte 29 pages et une reliure à anneaux, présente le fondement, le cadre, ainsi que le plan de séance du programme Vie100Fumer; des idées concernant le recrutement des participants; une description des activités de neuf séances, et huit documents diazotypiques à photocopier pour chacun des participants, ainsi que des renseignements, des formulaires et du matériel d'activité.

##### **1.5.2 Guide d'évaluation**

Le guide d'évaluation de 37 pages à reliure à anneaux destiné à l'animateur contient une introduction, un aperçu des méthodes d'évaluation du programme, des directives sur la collecte de données, des explications sur les différentes enquêtes à effectuer, et les originaux de quatre enquêtes que l'animateur doit photocopier et ensuite distribuer aux participants au projet pilote V100F.

##### **1.5.3 Brochure du participant**

La brochure du participant comporte 37 pages et est assez petite pour être facilement rangée dans un sac (9 po par 5 po). Intitulée *Learn Some New Death-Defying Skills: Quit4Life. The proven four-step guide to quitting for smokers under 19 years old* (apprends de nouvelles méthodes pour faire échec à la mort : Vie100Fumer. Le guide éprouvé de renoncement au tabac en quatre étapes destiné aux fumeurs de moins de 19 ans), cette brochure décrit quatre étapes distinctes à franchir pour cesser de fumer : Prépare-toi mentalement, Fais marcher tes méninges, Cherche du soutien, Prends-toi en main. Elle contient une fiche détachable de suivi de l'usage du tabac, une carte détachable d'engagement à fournir un appui, et un tableau dans lequel les utilisateurs peuvent consigner leurs objectifs et leurs valeurs. La brochure est illustrée au moyen de photographies couleur d'une page et d'une demi-page présentant des jeunes et fournit l'adresse du site Web.

##### **1.5.4 Site Web**

Le site Web du programme Vie100Fumer est accessible à : [www.Quit4Life.ca](http://www.Quit4Life.ca). Au moment de la tenue du présent projet pilote, le site visait à donner facilement accès aux

quatre étapes du renoncement au tabac présentées dans la brochure du participant. Le site contenait une partie des activités abordées dans la brochure du participant (p. ex., la création de la liste des valeurs), mais ne reflétait pas le plan de neuf séances contenu dans le guide de l'animateur. Le site du programme V100F comprenait l'histoire de quatre personnages fictifs représentant des jeunes qui cessent de fumer. Le site est conçu pour encourager les utilisateurs à consulter les différentes sections en fonction de leurs propres intérêts et besoins, plutôt qu'en suivant un programme structuré. Le site comportait des éléments interactifs (p. ex., un calculateur de coûts), et de très bons liens à d'autres sites et renseignements de Santé Canada (p. ex., sur la fumée secondaire; le recours au remplacement de la nicotine). [Nota : on a créé une enquête en ligne afin d'évaluer l'utilisation du site Web V100F et la satisfaction à l'égard de celui-ci, en vue de la présente évaluation. Étant donné que le site Web fait présentement lui-même l'objet d'un remaniement, les données issues de cette enquête n'étaient pas disponibles pour la rédaction du présent rapport].

## **1.6 Concept et déroulement du programme**

Tous les animateurs ont utilisé le guide de l'animateur et la brochure du participant pour planifier et mettre en œuvre le programme V100F. La plupart des animateurs se sont efforcés de conserver certains éléments communs à chacune des séances, tout en évitant de se répéter : par exemple, un grand nombre d'entre eux commençaient par un tour de table de 10 à 15 minutes chaque fois que le groupe se réunissait; ou effectuaient une activité « d'adieu », tel que suggéré dans le guide.

L'utilisation de la brochure du participant a varié. Certains animateurs ont fourni la brochure aux participants éventuels lors d'une séance de recrutement ou d'information. Certains de ces participants éventuels ont gardé la brochure mais ne se sont pas inscrits à la séance de groupe et n'y ont pas participé. Certains animateurs ont distribué des exemplaires de la brochure à tous les participants, qui les apportaient ou non à la séance de groupe. Quelques animateurs entreposaient toutes les brochures du participant eux-mêmes entre les séances, afin de s'assurer qu'elles seraient disponibles au cours de la séance de groupe.

### **1.6.1 Devoirs**

La majorité des animateurs ont donné des « devoirs » (tâches que les participants devaient accomplir entre les réunions de groupe), en particulier la tâche consistant à utiliser la fiche de suivi. Dans la pratique, la conformité aux devoirs des participants était très inégale. Les animateurs utilisaient les « devoirs » exécutés par les étudiants, pour contribuer aux discussions pendant les séances; d'autres demandaient aux étudiants d'effectuer les « devoirs » pendant la réunion de groupe.

### **1.6.2 Style du programme**

Peu d'animateurs ont suivi la suggestion du guide de l'animateur de travailler en petits groupes au cours des séances : la majorité d'entre eux ont fait travailler ensemble le groupe au complet tout au long des séances ou demandaient aux étudiants d'exécuter les tâches individuellement pour ensuite faire part des résultats à l'ensemble du groupe.

### **1.6.3 Pair aidant**

Seulement cinq animateurs ont eu recours à un pair aidant pour appuyer la mise en œuvre du programme de groupe, comme le suggère le guide de l'animateur.

### **1.6.4 Accès à un ordinateur**

Le guide de l'animateur suggère de travailler en réseau sur le site Web du programme V100F pendant les séances de groupe. Peu de groupes avaient accès à un ordinateur durant la séance de groupe, et/ou dans les sites des projets pilotes; par conséquent cet élément n'était généralement pas mis en œuvre durant les séances du projet pilote. Toutefois, la plupart des animateurs ont accédé au site Web du programme V100F pour télécharger des activités et des renseignements supplémentaires à des fins d'utilisation ultérieure avec le groupe.

### **1.6.5 Vidéos**

Afin de varier la méthode d'enseignement, presque tous les animateurs ont présenté des vidéos ou ont fait appel à une personne-ressource. Les deux tiers des animateurs ont utilisé une vidéo ou un film au cours du programme de groupe. Plus du tiers d'entre eux ont invité des personnes-ressources possédant une expertise particulière afin d'étoffer le programme.

## **1.7 Contenu du programme**

Les principaux éléments du programme (composantes des neuf séances) ont été présentés uniformément dans le cadre de tous les projets pilotes aux participants aux groupes.

Les deux tiers des animateurs ont présenté le contenu du programme selon l'ordre suggéré dans le guide de l'animateur. La plupart d'entre eux ont utilisé le contenu et les documents à distribuer fournis.

La plupart des animateurs ont étendu le programme V100F « de base » au-delà des neuf séances initialement conçues, en y intégrant des documents et des ressources provenant d'autres programmes de santé et de renoncement au tabac, et en ajoutant des composantes et des activités afin d'enrichir le programme ou de combler les besoins des étudiants. Ils ont abordé d'autres sujets et ce, le plus souvent parce que les étudiants demandaient des renseignements supplémentaires. Très peu d'animateurs ont éliminé certaines séances ou des éléments du contenu prévus dans la documentation du programme V100F.

### **1.7.1 Utilisation du site Web du programme V100F**

Environ la moitié des étudiants (52 %) étaient au courant de l'existence du site Web du programme V100F, mais très peu d'entre eux l'ont consulté (19 %). Parmi les étudiants, un nombre légèrement plus élevé de garçons que de filles connaissaient l'existence du site Web. Les garçons et les filles ont visité le site Web dans la même mesure.

### **1.7.2 Soutien postérieur au programme**

Les responsables de quelques projets pilotes ont donné l'occasion aux participants de continuer de se réunir dans le cadre de séances de « suivi » formelles ou informelles; d'autres ont encouragé les participants qui n'avaient toujours pas cessé de fumer à se réinscrire à une séance de groupe subséquente.

### **1.8 Tâches liées à l'évaluation du programme**

Les coordonnateurs des projets pilotes se sont chargés de distribuer et de recueillir les enquêtes d'évaluation auprès des animateurs, et un grand nombre d'animateurs ont intégré cette tâche aux activités du programme. Les animateurs étaient chargés de distribuer et de recueillir les enquêtes (de base) préalables au programme auprès de tous les participants lors de leur arrivée au programme de groupe, et les enquêtes postérieures auprès de tous les participants lorsqu'ils terminaient le programme de groupe (en plus de retracer ceux qui abandonnaient le programme). Les animateurs et les coordonnateurs ont participé au recrutement des participants aux entrevues des groupes de discussion; et les coordonnateurs ont sélectionné les animateurs qui allaient participer aux entrevues menées auprès des animateurs.

### **1.9 Problèmes contextuels liés à la mise en œuvre du programme**

Dans leurs rapports finaux sur les projets pilotes, les coordonnateurs ont mentionné un certain nombre de problèmes qui ont eu une incidence sur la mise en œuvre du programme. Un des problèmes qui ressort parmi ceux-ci a trait aux retards dans le démarrage du programme ou à l'incapacité d'exécuter le programme selon le calendrier initialement prévu. Par exemple, certains responsables des projets pilotes prévoient démarrer le programme au mois de janvier 2003, mais l'ont en fait lancé seulement au mois de septembre 2003 ou même au mois de janvier 2004. La majorité des retards sont attribuables à des retards administratifs qui sont peut-être particuliers au projet pilote, comme des retards dans la réception du financement et la difficulté à recevoir un nombre suffisant d'exemplaires de la documentation imprimée sur le programme V100F de Santé Canada aux moments prévus. D'autres problèmes ont influé sur la mise en œuvre, comme le recrutement simultané à d'autres programmes de renoncement au tabac destinés aux jeunes; les fermetures imprévues d'écoles en raison de conditions météorologiques extrêmes; la réorganisation d'écoles; des changements apportés aux règlements administratifs; l'évolution des politiques provinciales sur l'usage du tabac chez les jeunes; et des événements traumatisants (le décès d'étudiants), sont susceptibles de se produire de nouveau et doivent être pris en considération lors de toute évaluation future du programme.

## **2. Le programme a-t-il touché son groupe cible?**

La population cible du programme de groupe est formée de jeunes qui consomment des produits du tabac; ce sont plus particulièrement les jeunes garçons et les jeunes filles de 13 à 19 ans (ou de la neuvième à la douzième année) qui fument et qui veulent cesser de fumer. Les premières versions des modèles des projets pilotes englobaient les jeunes qui ont quitté l'école et ceux qui sont inscrits à l'école; certains projets pilotes visaient également de très vastes groupes (p. ex., tous les jeunes fumeurs de la

province). À mesure que le projet a évolué, les groupes cibles sont devenus plus précis et les projets pilotes ont visé à atteindre les étudiants fumeurs qui fréquentaient des écoles secondaires particulières, plutôt que la population totale des « jeunes fumeurs ». On a également modifié légèrement le groupe d'âge cible en réponse à l'intérêt réel manifesté pour la participation au programme, afin d'inclure des étudiants plus âgés et plus jeunes dans plusieurs projets pilotes. Certains projets pilotes visaient initialement les étudiants non fumeurs qui désiraient aider un ami à cesser de fumer; les modèles logiques révisés ne mettent pas l'accent sur cette population (voir l'annexe C).

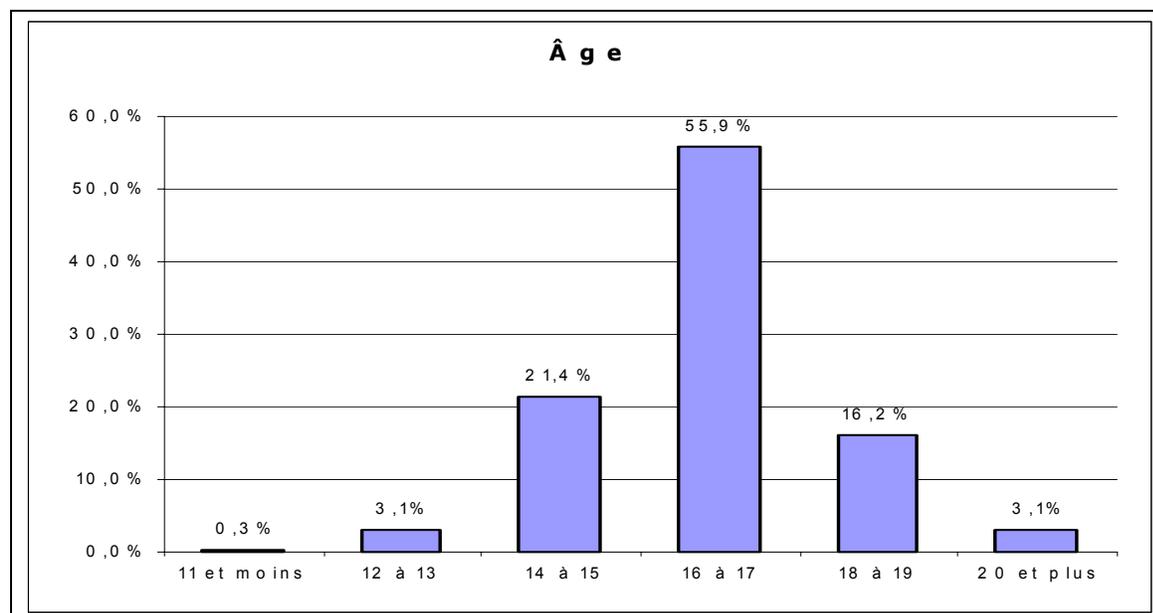
Des données sont disponibles concernant 328 participants de 40 programmes exécutés dans le cadre des cinq projets pilotes du programme V100F à l'échelle du Canada.

## 2.1 Répartition démographique

### 2.1.1 Âge et sexe des participants

La majorité des participants (95,6 %) faisaient partie du groupe d'âge cible des jeunes de 12 à 19 ans. Plus de la moitié d'entre eux étaient âgés de 16 à 17 ans (55,9 %) et 16,2 % d'entre eux étaient âgés de 18 à 19 ans. La répartition des participants en fonction du groupe d'âge reflète l'âge auquel les jeunes adolescents canadiens commencent à fumer. Un nombre légèrement plus élevé de filles (55,6 %) que de garçons (44,4 %) ont participé au programme, mais elles étaient réparties de façon égale dans les groupes d'âge.

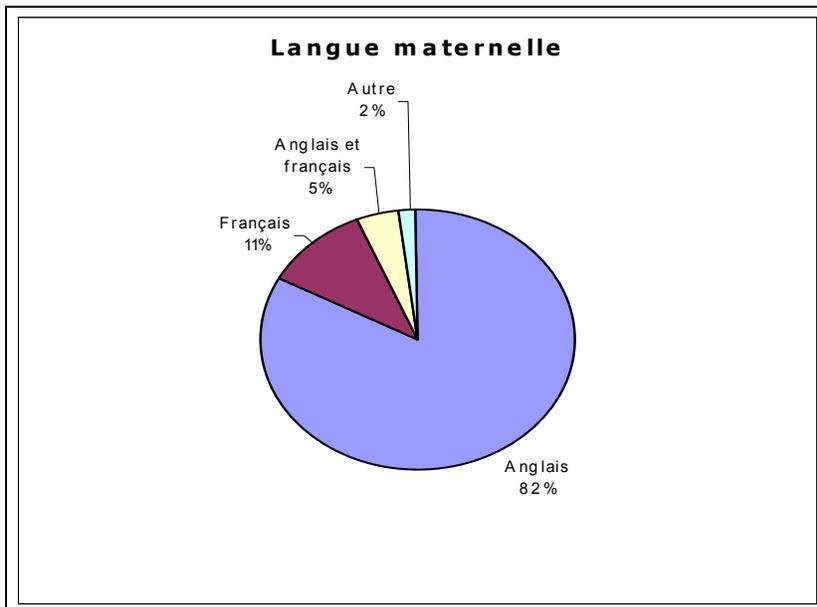
**Figure 1 Âge**



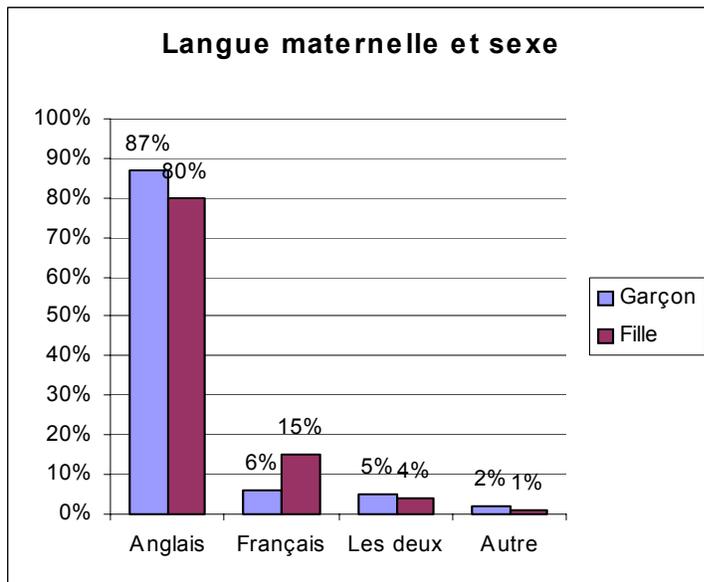
### 2.1.2 Langue maternelle et lieu de naissance des participants

L'anglais est la langue maternelle de la majorité des étudiants participants (82,7 %), 11,1 % (32) d'entre eux parlent le français et 4,5 % d'entre eux parlent ces deux langues maternelles. Seulement cinq étudiants (1,7 %) parlent une langue maternelle non officielle. Cette répartition diffère considérablement de celle de la population

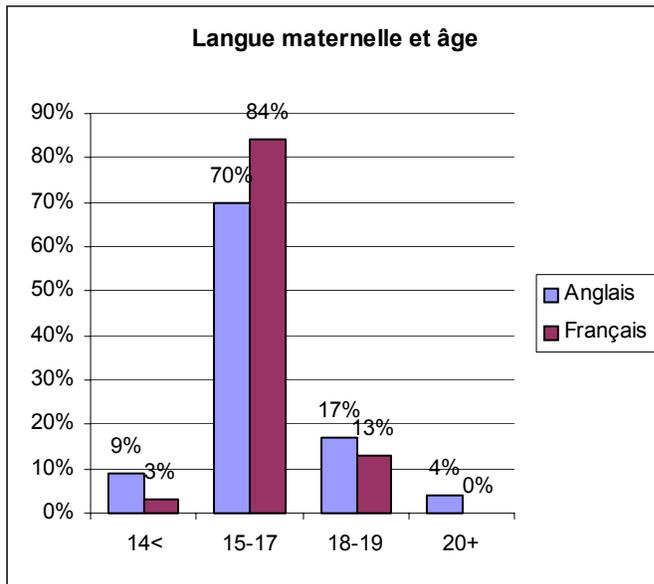
canadienne (selon les données issues du recensement canadien de 2001, la répartition est la suivante : anglophones, 59 %; francophones, 23 %; et allophones, 18 %). Presque tous (97 %) les étudiants participants sont nés au Canada. Cette proportion diffère également considérablement de celle observée dans la population canadienne.

**Figure 2 Langue maternelle**

On a signalé la présence de participants francophones dans seulement deux des projets pilotes, et la répartition de ceux-ci selon le sexe et l'âge diffère sensiblement (voir la figure 3 ci-dessous à titre d'exemple). Ces différences sont en outre susceptibles d'expliquer en partie les différences apparentes entre les groupes « linguistiques » des participants.

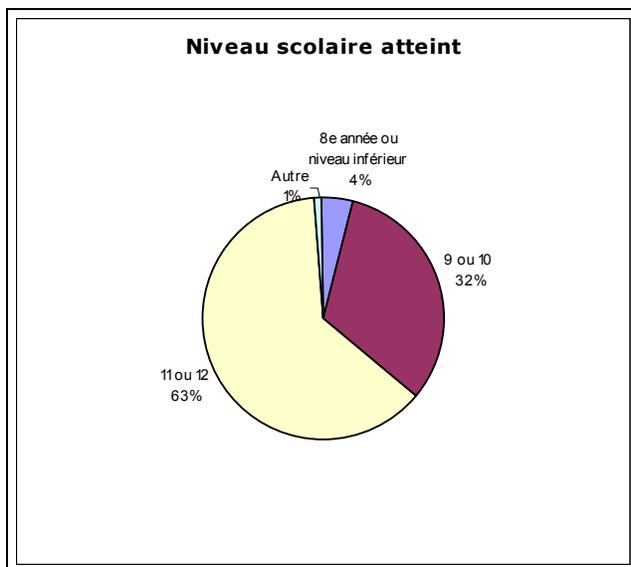
**Figure 3**

Compte tenu de la très petite taille du sous-échantillon, nous ne rendrons pas compte ici des différences relatives à la langue maternelle. Pour une discussion plus approfondie, veuillez consulter l'annexe D – Rapport technique.

**Figure 4 Langue maternelle et âge**

### 2.1.3 Niveau scolaire des participants

Près des deux tiers des étudiants (62,9 %) étaient en onzième ou en douzième année, le tiers d'entre eux étaient en neuvième ou en dixième année, et quelques-uns d'entre eux (4,2 %) étaient en huitième année ou à un niveau inférieur.

**Figure 5 Niveau scolaire atteint**

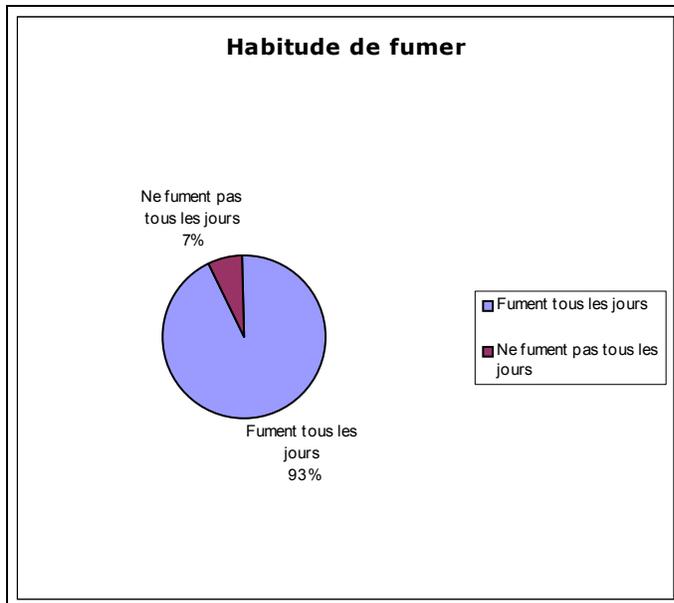
## 2.2 Caractéristiques relatives au tabagisme

Lors de l'enquête de base (au moment de l'arrivée au programme V100F), on a interrogé les étudiants au sujet de leur habitude de fumer et de leur environnement de tabagisme.

### 2.2.1 Habitude de fumer

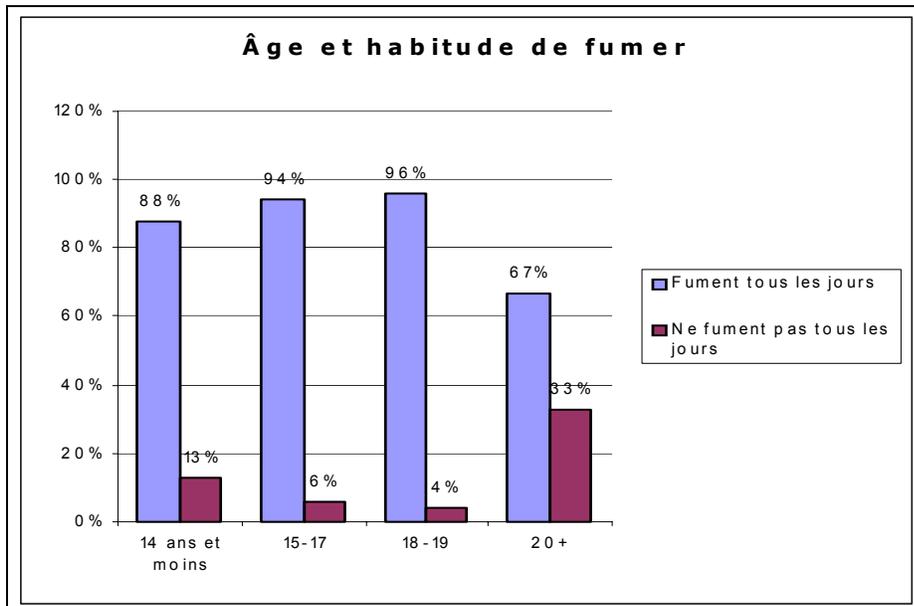
La majorité des participants (93 %) fument tous les jours.

**Figure 6** Habitude de fumer



Les étudiants plus âgés (20 ans et plus) et les étudiants plus jeunes (14 ans et moins) étaient moins susceptibles que les 15 à 19 ans de fumer tous les jours.

**Figure 7** Âge et habitude de fumer

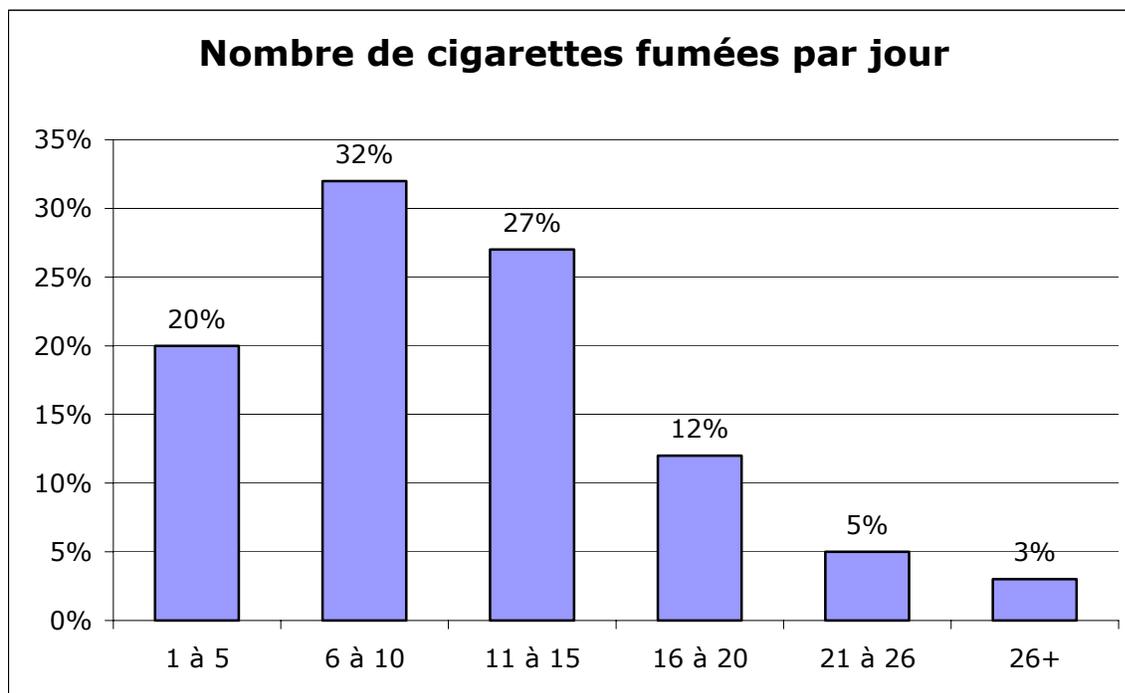


### 2.2.2 Nombre de cigarettes fumées

Environ la moitié des étudiants fumaient dix cigarettes ou plus par jour. Plus d'un quart d'entre eux fumaient de 11 à 15 cigarettes par jour. Douze pour cent (12 %) d'entre eux fumaient de 16 à 20 cigarettes, 5 % en fumaient de 21 à 25, et 3,3 % d'entre eux fumaient plus de 26 cigarettes par jour.

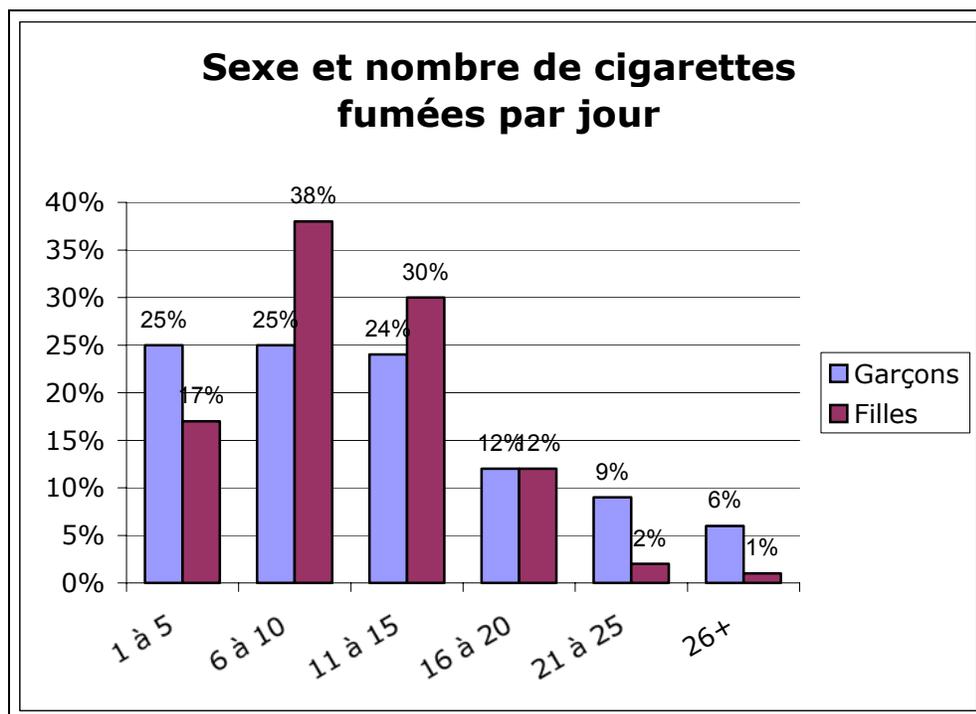
Le tiers des étudiants participants fumaient de 6 à 10 cigarettes par jour, et un étudiant sur cinq fumait cinq cigarettes ou moins par jour.

**Figure 8** Nombre de cigarettes fumées par jour



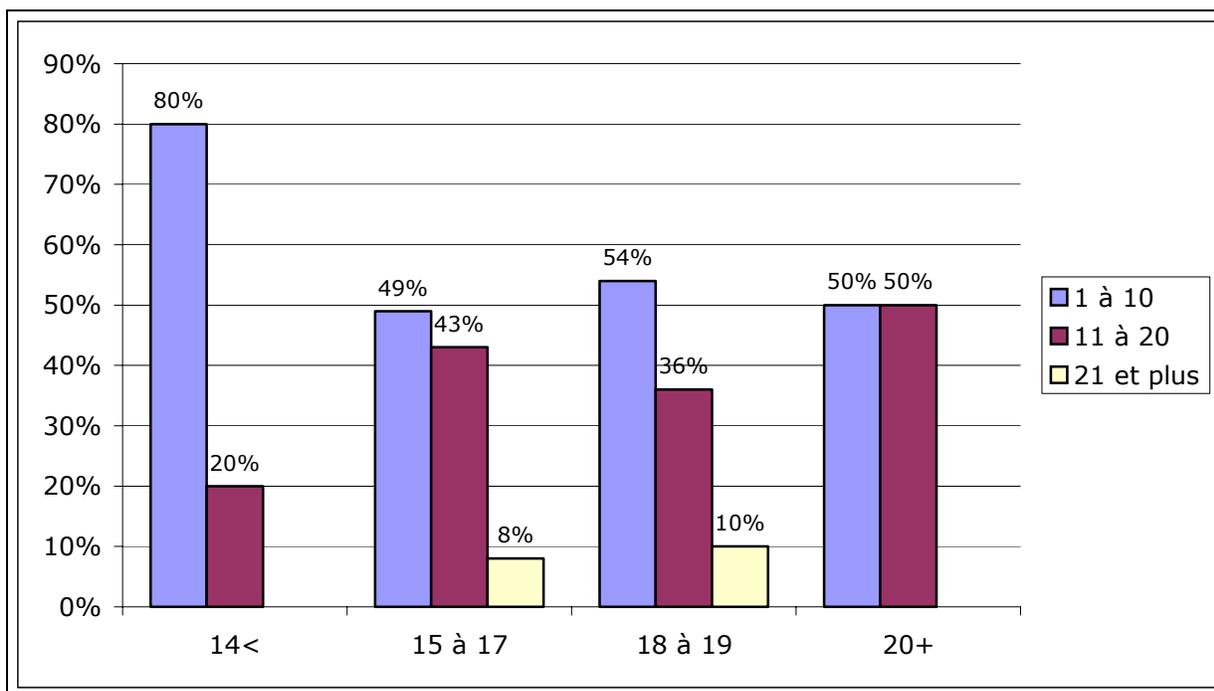
Les garçons étaient généralement de plus gros fumeurs (20 cigarettes et plus) que les filles, et les filles se classaient plus fréquemment dans la catégorie de tabagisme léger à moyen (6 à 15 cigarettes), ce qui correspond aux données issues de l'ESUTC.

**Figure 9 Sexe et nombre de cigarettes fumées par jour**



Les jeunes fumeurs (14 ans et moins) fumaient moins de cigarettes que les fumeurs plus âgés. Les participants qui faisaient partie du groupe d'âge de 20 ans et plus ont révélé des habitudes différentes de consommation quotidienne de cigarettes : le tiers d'entre eux fumaient seulement de 2 à 5 cigarettes par jour au moment de l'enquête de base.

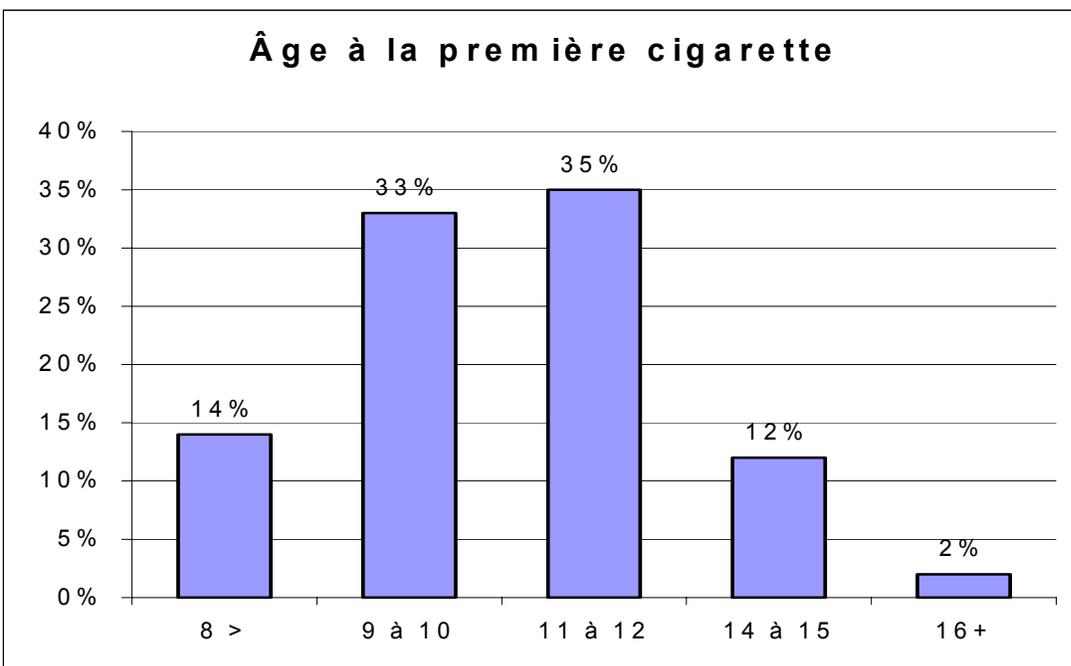
**Figure 10 Âge et nombre de cigarettes fumées par jour**



### 2.2.3 Antécédents de tabagisme : Âge à la première cigarette

Près de la moitié des étudiants participants (47 %) ont fumé leur première cigarette avant l'âge de 11 ans, et 82 % l'ont fait avant l'âge de 13 ans. Seulement 2 % d'entre eux ont fumé leur première cigarette à l'âge de 16 ans ou plus.

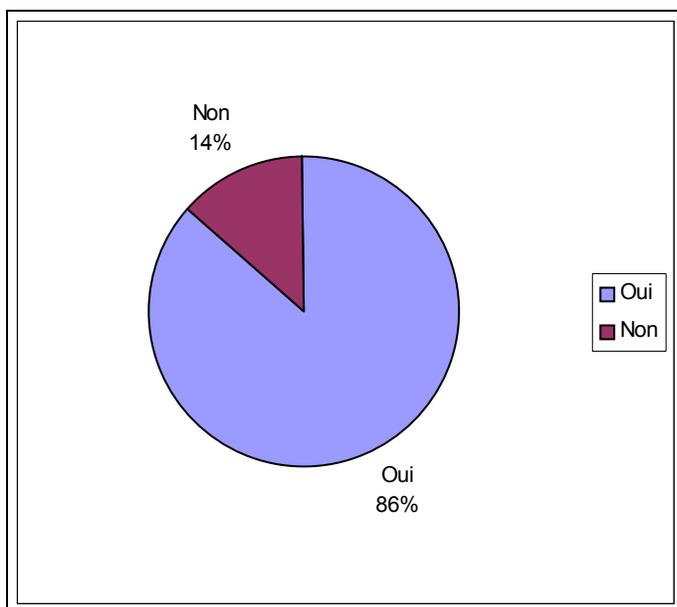
**Figure 11 Âge à la première cigarette**



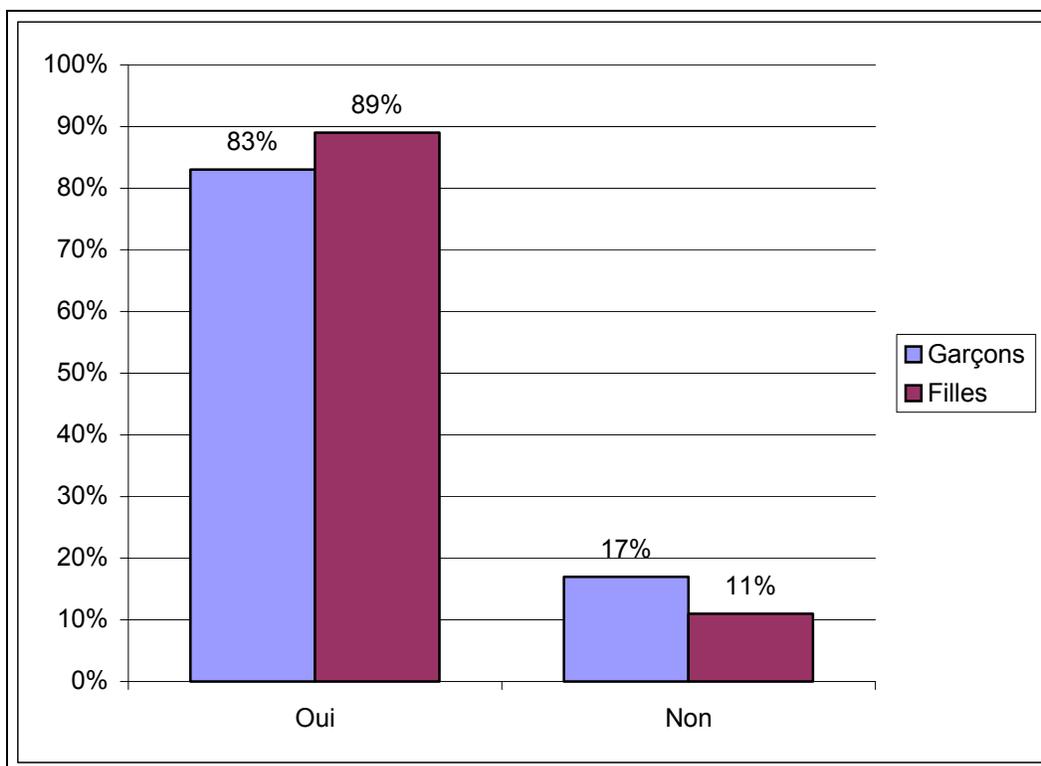
Les questions visant à déterminer pendant combien de temps les participants avaient fumé à l'occasion plutôt que tous les jours ont suscité des réponses contradictoires, ce qui donne à penser que ces questions semaient peut-être la confusion et devraient être modifiées. Nous ne présentons donc pas ces données ici. (Section IV 5 amélioration des enquêtes d'évaluation).

#### **2.2.4 Tentatives de renoncement au tabac**

Une vaste majorité des étudiants participants (86,4 %) avaient déjà tenté de cesser de fumer. Les filles étaient légèrement plus susceptibles que les garçons d'avoir fait une tentative de renoncement. La proportion d'étudiants qui avaient déjà tenté de cesser de fumer par rapport à ceux qui ne l'avaient pas fait était à peu près la même dans tous les groupes d'âge (9 : 1), à l'exception du groupe le plus âgé : Tous les étudiants âgés de 20 ans et plus avaient déjà tenté de cesser de fumer.

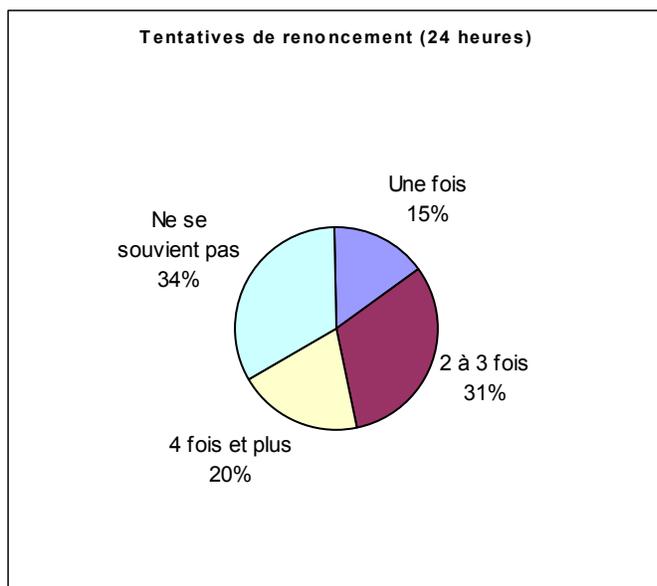
**Figure 12** Ayant tenté de cesser de fumer au cours des 12 derniers mois

Les garçons et les filles avaient tenté de cesser de fumer dans la même mesure au cours des 12 derniers mois.

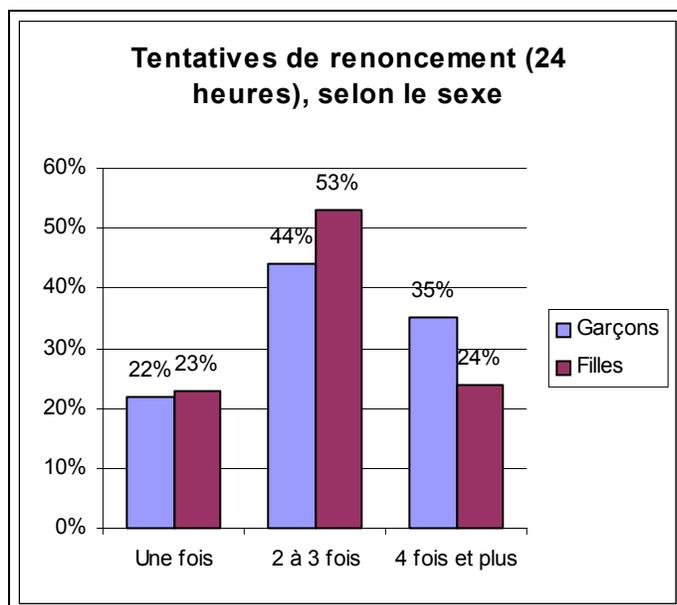
**Figure 13** Ayant tenté de cesser de fumer au cours des 12 derniers mois, selon le sexe

Une question de l'enquête demandait le nombre de fois que les participants avaient tenté avec succès de cesser de fumer pendant une période d'au moins 24 heures. Les réponses donnent à penser que les répondants ont mal compris la question et il faut interpréter avec prudence les tableaux présentés ci-dessous. L'annexe F contient des recommandations pour reformuler cette question.

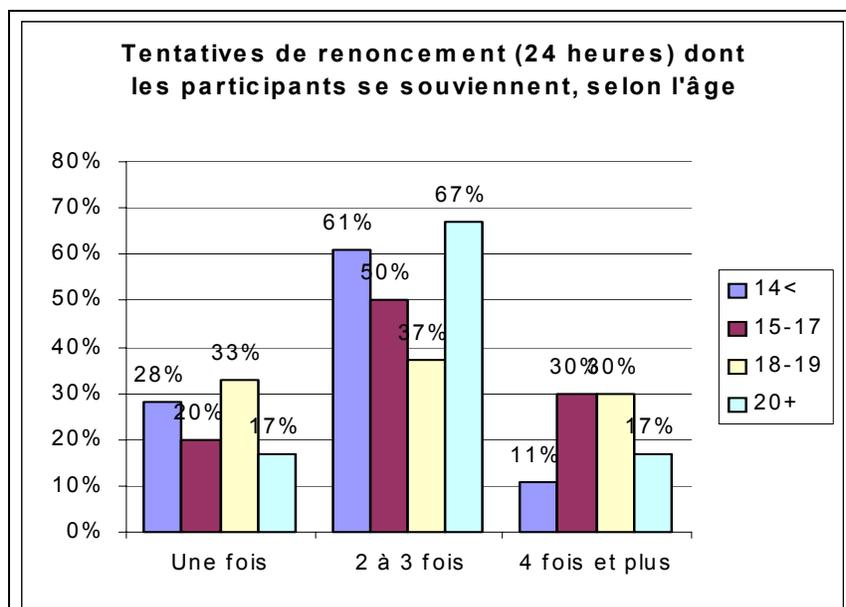
**Figure 14 Tentatives de renoncement (24 heures)**



Les étudiants de tous les groupes d'âge avaient tenté à deux ou trois reprises de cesser de fumer pendant au moins 24 heures au cours de l'année écoulée. Plus du tiers des garçons (41 %), et le quart (26 %) des filles ne se souvenaient pas combien de fois ils étaient restés sans fumer pendant une période de 24 heures. Parmi ceux qui s'en souvenaient, les garçons avaient effectué un plus grand nombre de tentatives de renoncement que les filles.

**Figure 15 Tentatives de renoncement (24 heures), selon le sexe**

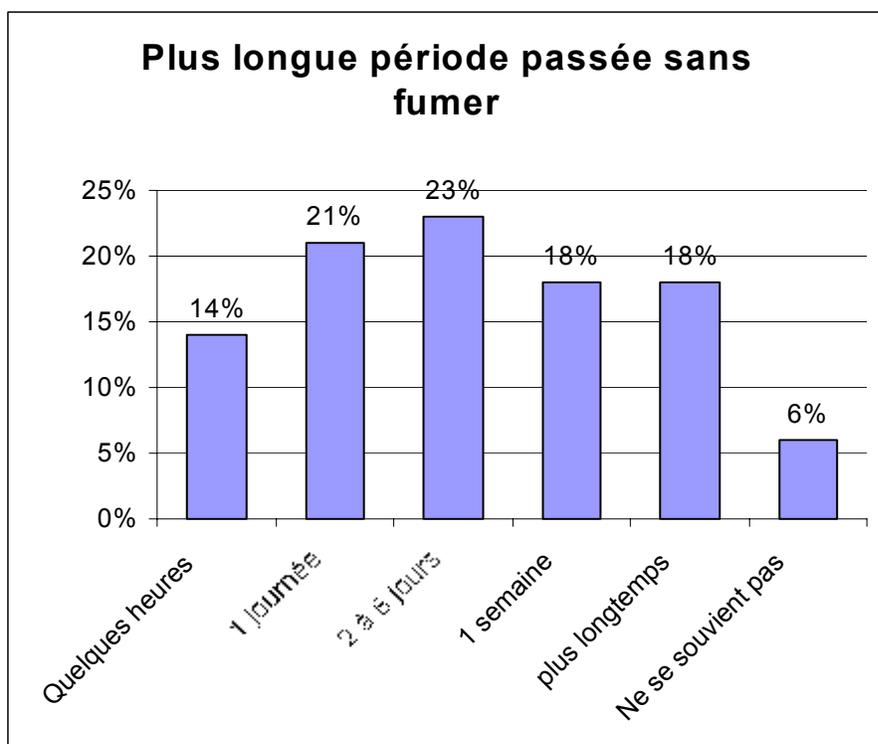
Les étudiants plus jeunes ont fait le moins de tentatives de renoncement d'une durée de 24 heures.

**Figure 16 Tentatives de renoncement (24 heures) dont les participants se souviennent, selon l'âge**

On a également demandé aux étudiants participants pendant combien de temps ils avaient réussi à s'abstenir de fumer au cours de l'année écoulée. La majorité des garçons et des filles avaient réussi à rester sans fumer pendant une période allant de deux jours à une semaine. Moins du cinquième d'entre eux (18 %) avaient réussi à

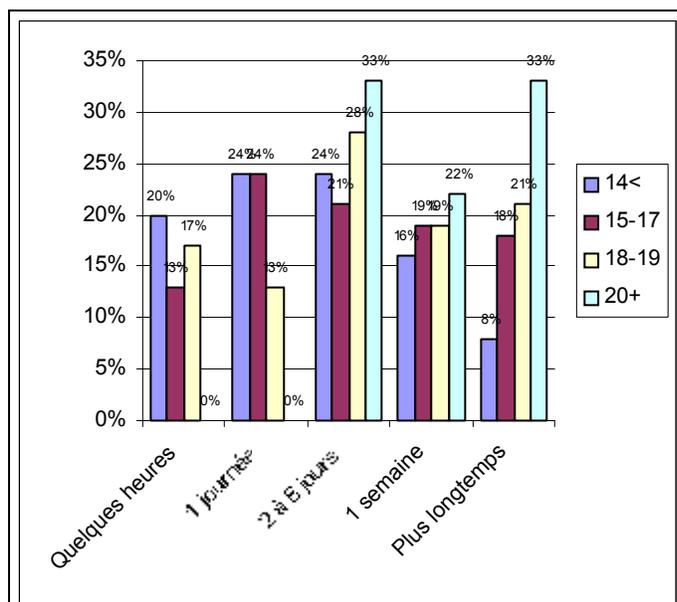
rester sans fumer pendant plus d'une semaine, et 14 % d'entre eux avaient réussi à rester sans fumer pendant quelques heures seulement.

**Figure 17 Plus longue période passée sans fumer**



Les étudiants plus âgés avaient réussi à rester sans fumer pendant de plus longues périodes.

**Figure 18 Plus longue période passée sans fumer, selon l'âge**



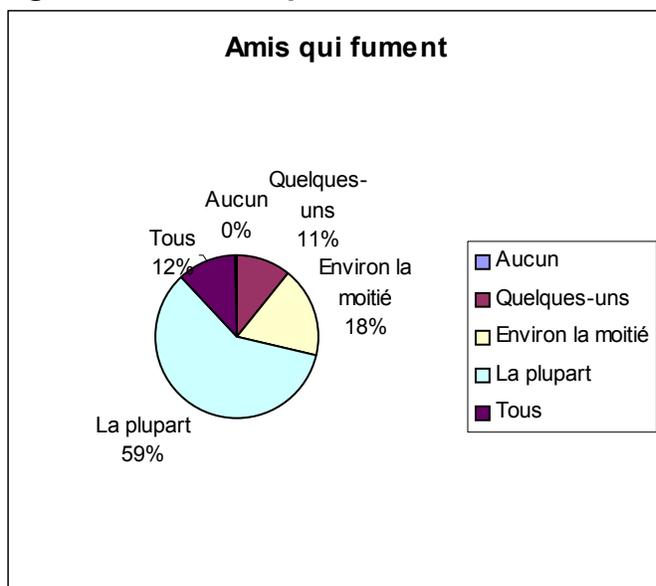
## 2.3 Environnement de tabagisme des étudiants

On a évalué l'environnement de tabagisme des étudiants pour déterminer le nombre de personnes qui fument parmi leurs amis, s'ils habitent ou non avec un fumeur, et la quantité de fumée à laquelle ils sont exposés à la maison et ailleurs. On a également évalué la mesure dans laquelle les étudiants étaient incommodés par la fumée secondaire.

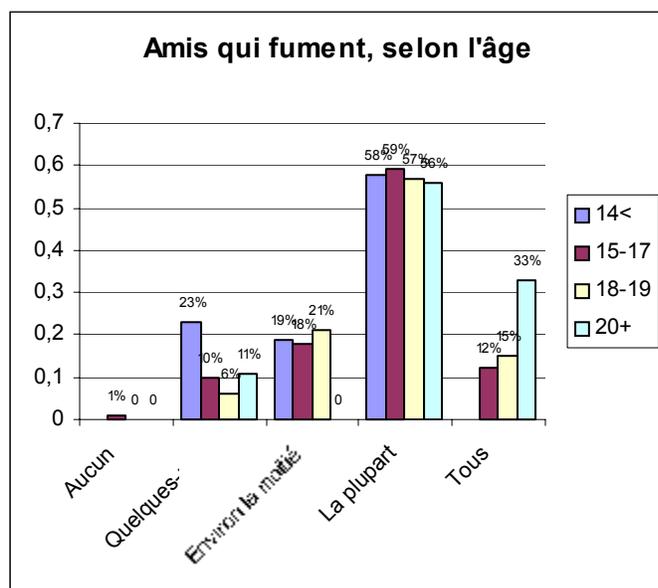
### 2.3.1 Amis qui fument

Près des trois quarts (71 %) des étudiants participants ont indiqué que la plupart ou la totalité de leurs amis fument. Cette tendance reste la même, peu importe le sexe.

**Figure 19 Amis qui fument**

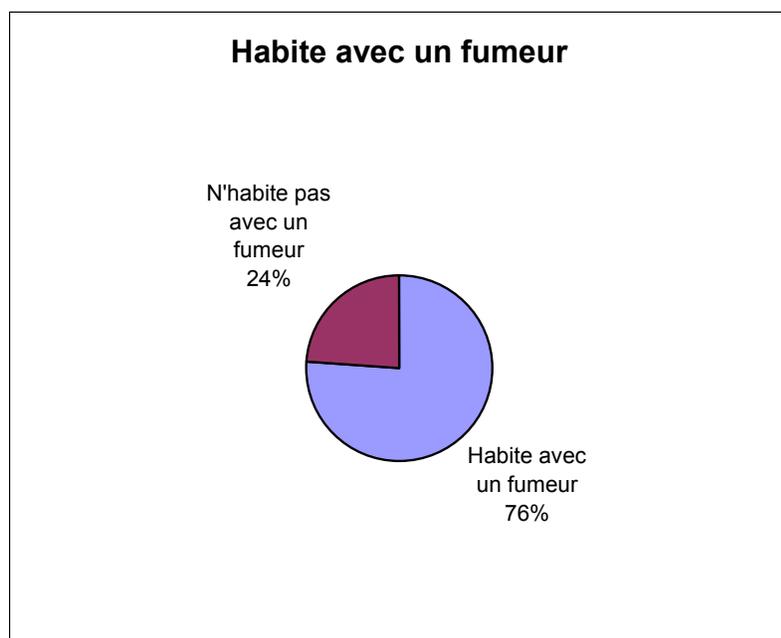


Les étudiants plus âgés comptaient un plus grand nombre d'amis qui fument.

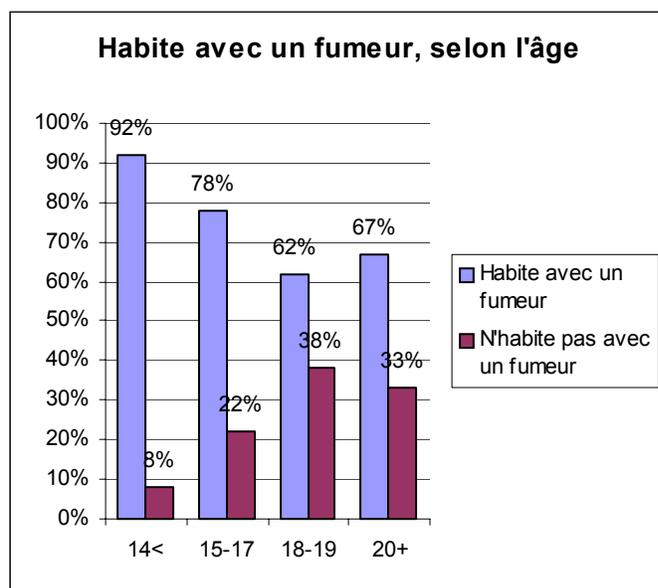
**Figure 20 Amis qui fument, selon l'âge**

### 2.3.2 Habite avec un fumeur

Trois quarts des participants de sexe masculin et de sexe féminin (76 %) habitaient avec un fumeur.

**Figure 21 Habite avec un fumeur**

Les étudiants plus jeunes étaient plus susceptibles d'habiter avec un fumeur : 92 % des étudiants de 14 ans et moins, mais seulement 62 % des étudiants de 18 à 19 ans et 67 % des étudiants de 20 ans et plus ont indiqué qu'ils habitaient avec un fumeur.

**Figure 22 Habite avec un fumeur, selon l'âge**

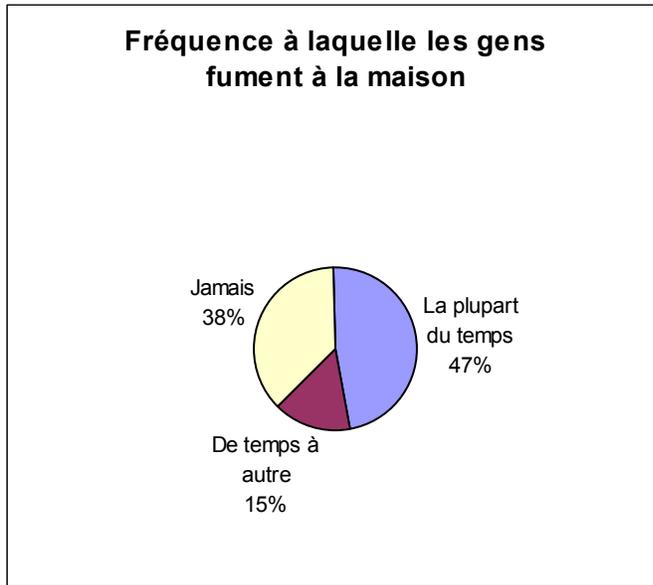
La majorité des étudiants qui habitaient avec des fumeurs ont indiqué qu'il s'agissait de leur mère et/ou de leur père et/ou d'un frère ou d'une sœur. Le quart des étudiants habitaient avec un ami qui fume, et 17 % ont indiqué qu'ils habitaient avec quelqu'un d'autre (un autre membre de la famille, un locataire, un propriétaire, etc.)

**Tableau 2 Qui fume?**

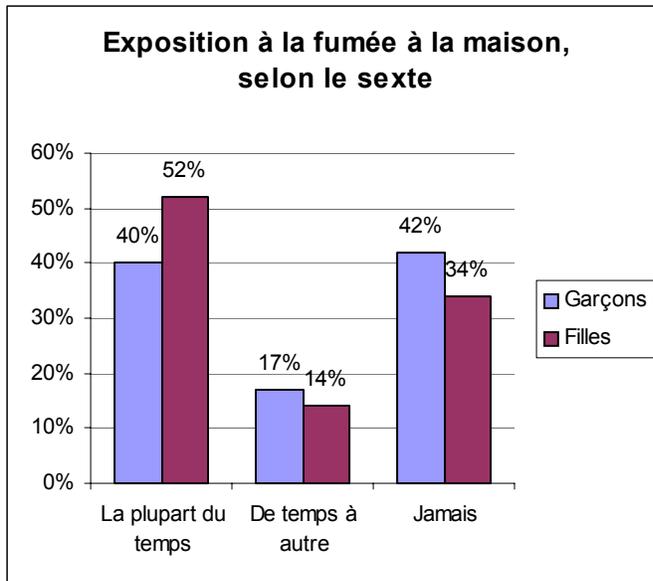
Qui fume?	Fréquence	Pourcent	% n = 220
Mère fume	131	44,7 %	59,5 %
Père	108	36,9	49,1 %
Frère, sœur	116	39,6	52,7 %
Ami	54	18,4	24,6 %
Autre personne	39	13,3	17,7 %

### 2.3.3 Exposition à la fumée à la maison

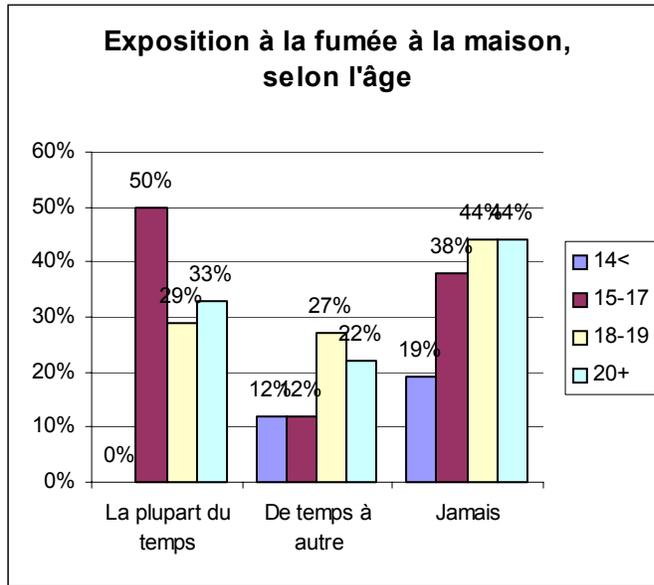
Les étudiants participants sont également exposés à la fumée à la maison : un peu plus du tiers d'entre eux vivent dans une maison sans fumée, tandis que la moitié d'entre eux indiquent que des gens fument dans leur maison la plupart de temps.

**Figure 23** Fréquence à laquelle les gens fument à la maison

Les filles étaient plus susceptibles que les garçons d'être exposées à la fumée à la maison.

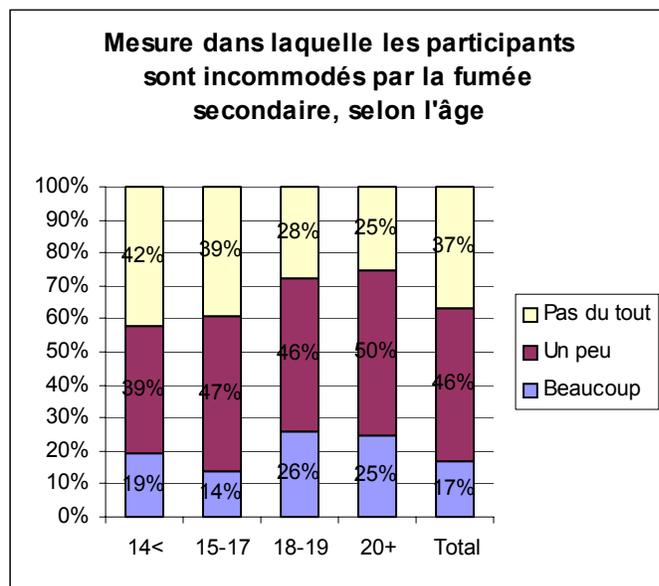
**Figure 24** Exposition à la fumée à la maison, selon le sexe

Les étudiants participants plus jeunes (14 ans et moins, et âgés de 15 à 17 ans) étaient plus susceptibles d'habiter dans des maisons où les gens fument la plupart du temps.

**Figure 25**

### 2.3.4 Fumée secondaire

On a demandé aux étudiants participants dans quelle mesure ils étaient incommodés par la fumée secondaire. Peu importe le sexe, le tiers (37 %) des étudiants n'étaient pas du tout incommodés par la fumée secondaire, environ la moitié (46 %) d'entre eux étaient un peu incommodés, et 17 % l'étaient beaucoup. Un pourcentage moins élevé de participants des groupes plus âgés avaient légèrement tendance à dire qu'ils ne sont pas du tout incommodés par la fumée secondaire (42 % des participants de 14 ans et moins par comparaison à 25 % des participants de 20 ans et plus n'étaient pas du tout incommodés par la fumée secondaire).

**Figure 26**

### 2.3.5 Exposition à la fumée secondaire dans divers endroits

Dans l'ensemble, les étudiants n'étaient pas très incommodés par la fumée secondaire dans de nombreux endroits. La moitié d'entre eux n'étaient jamais incommodés par la fumée secondaire dans l'un ou l'autre des endroits mentionnés (maison, travail, maison d'un ami, école, fêtes, etc.); le tiers étaient incommodés de temps à autre, et un étudiant sur dix était incommodé par la fumée secondaire dans certains endroits (voir la section IV 5 pour des commentaires sur la construction de cette question et sur les limites de l'interprétation).

### 2.4 Conclusion : Le programme a-t-il touché son groupe cible?

Dans l'ensemble, le programme pilote V100F a touché le groupe cible des garçons et des filles qui fument, âgés de 11 à 20 ans, dont la majorité sont âgés de 13 à 19 ans. Presque tous les participants ont fumé leur première cigarette avant l'âge de 14 ans et la plupart d'entre eux fumaient tous les jours; leur consommation quotidienne de cigarettes variait considérablement (1 à 70). La majorité d'entre eux avaient déjà tenté de cesser de fumer au moins une fois, et la plupart d'entre eux avaient tenté de le faire à de nombreuses reprises. La plupart des amis des étudiants participants fumaient et un grand nombre d'entre eux habitaient en outre avec un fumeur. De façon générale, les étudiants n'étaient pas beaucoup incommodés par la fumée secondaire. Les anglophones étaient surreprésentés dans les groupes pilotes.

### 3. Jusqu'à quel point les participants au programme étaient-ils satisfaits de ce dernier?

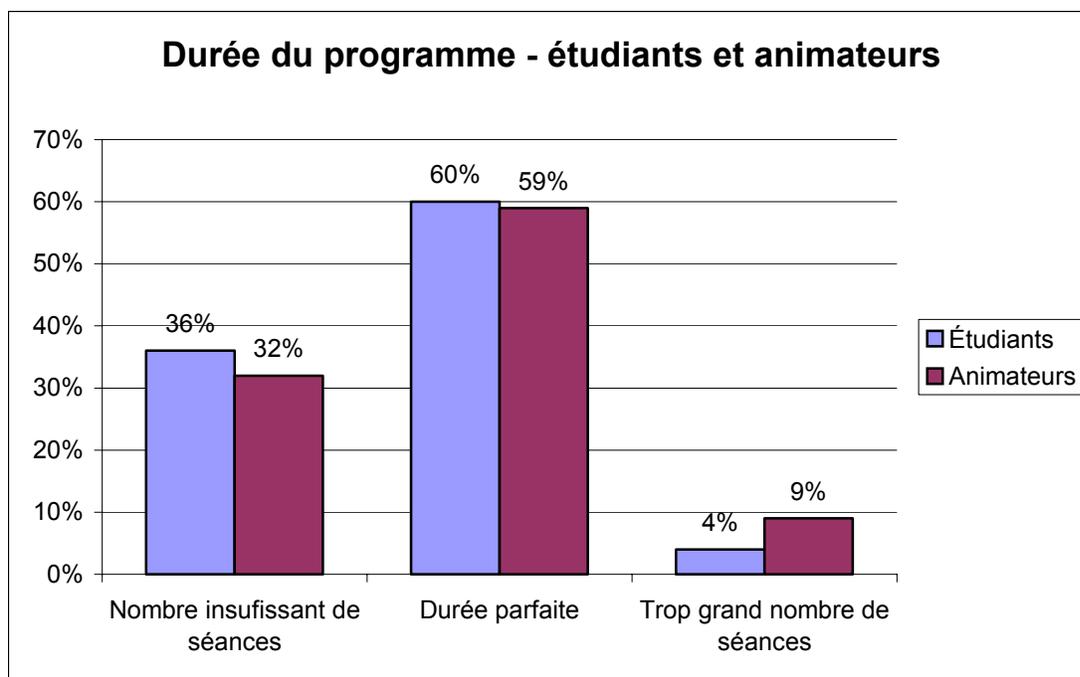
On a évalué la satisfaction des étudiants participants et des animateurs à l'égard du programme V100F et on l'a comparée aux résultats des questions d'enquête portant sur les aspects organisationnels du programme (durée, nombre de séances, etc.), la documentation du programme (contenu, présentation, etc.) On a également demandé aux étudiants participants s'ils recommanderaient ou non le programme à un ami. Dans une question ouverte, on a aussi demandé aux étudiants participants ce qu'ils ont le mieux retenu du programme. Les groupes de discussion formés d'étudiants et les entrevues menées auprès des animateurs ont aussi fourni des données qualitatives sur la satisfaction à l'égard du programme.

#### 3.1 Aspects organisationnels du programme

##### 3.1.1 Durée du programme

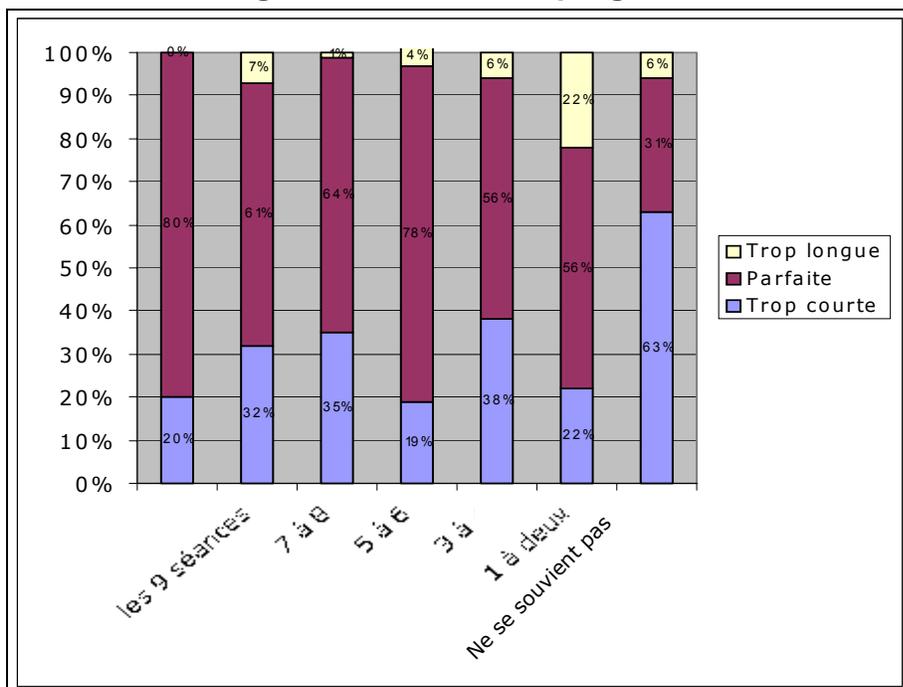
Les étudiants et les animateurs étaient satisfaits de la durée globale du programme : Environ 60 % d'entre eux jugent que la durée était parfaite, le tiers d'entre eux considèrent qu'elle était trop courte, et moins de 10 % d'entre eux estiment qu'elle est trop longue.

Figure 27



Les étudiants qui ont participé à la totalité ou à la plupart des séances (7 et plus) jugent que la durée du programme était parfaite ou aurait pu être plus longue.

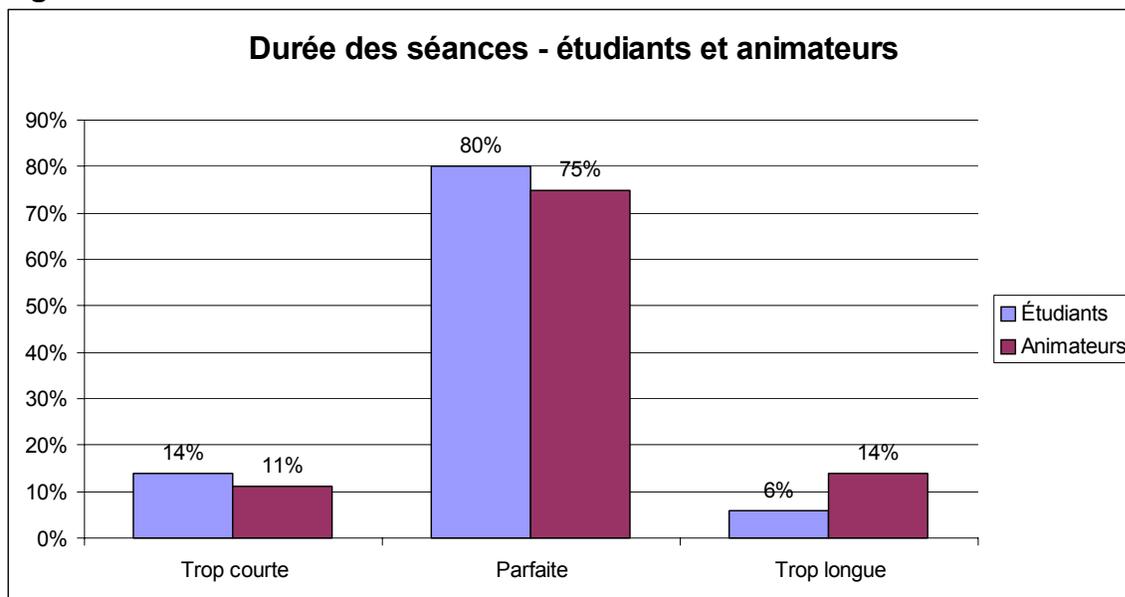
**Figure 28** Nombre de séances auxquelles les étudiants ont participé et satisfaction à l'égard de la durée du programme



### 3.1.2 Durée des séances du programme

La majorité des étudiants participants (80 %) et des animateurs (75 %) jugent que la durée de chacune des séances était parfaite.

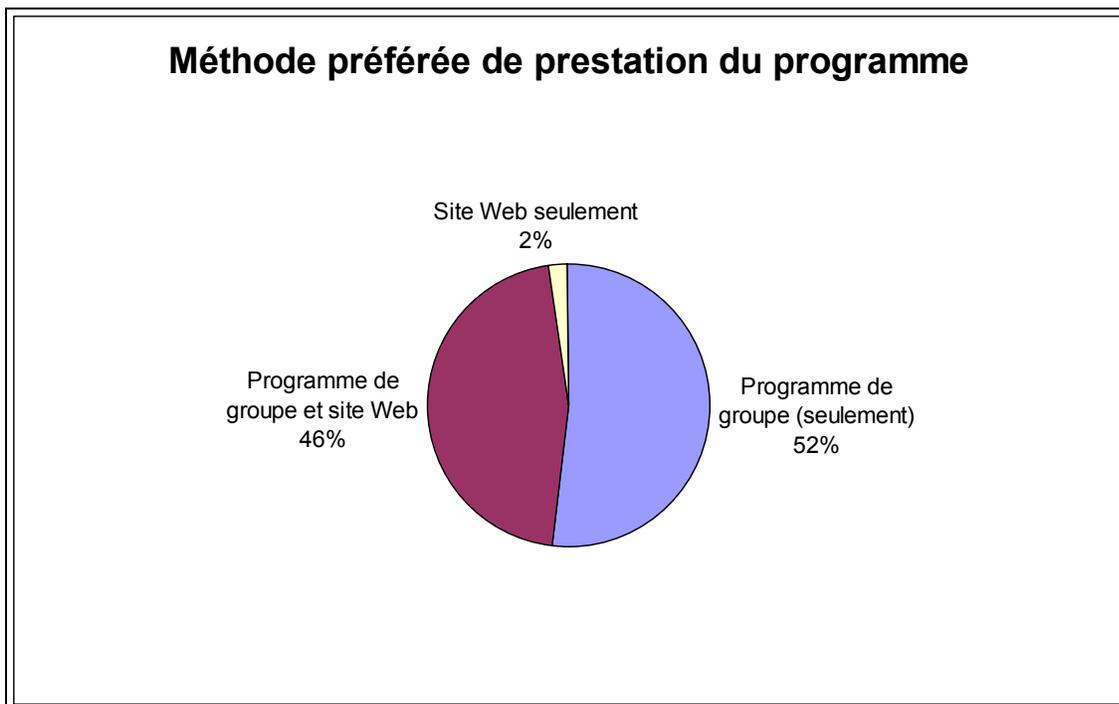
**Figure 29**



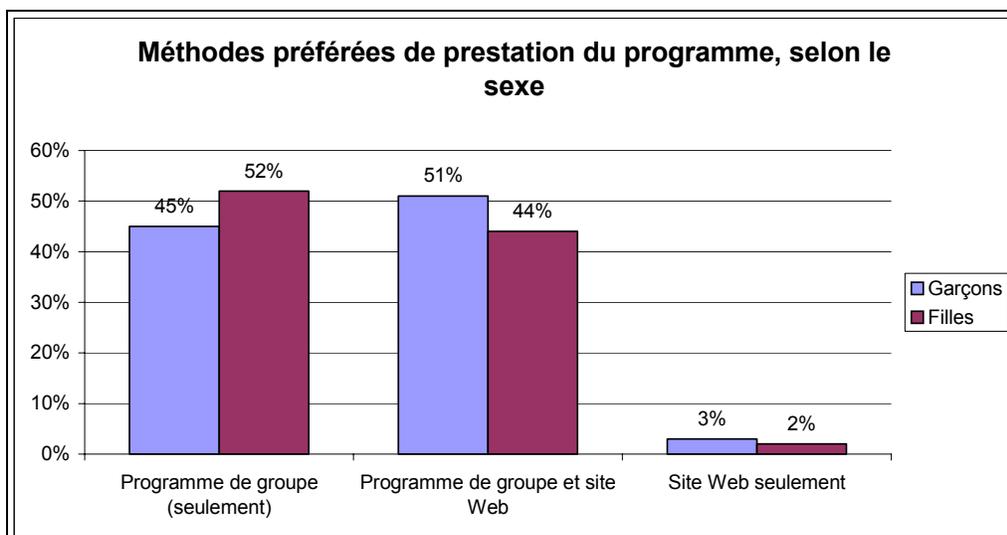
### 3.1.3 Méthode préférée de prestation du programme V100F

Lorsqu'on a demandé aux étudiants d'indiquer la méthode qu'ils utiliseraient s'ils mettaient en œuvre le programme V100F, la moitié d'entre eux ont répondu qu'ils auraient recours au programme de groupe (50,4 %) et 45,2 % d'entre eux auraient à la fois recours au programme de groupe et au site Web. Seulement six étudiants (2,4 %) ont suggéré d'utiliser seulement le site Web. Il faut interpréter ces suggestions avec prudence compte tenu que la moitié des étudiants ne connaissaient pas l'existence du site Web du programme V100F, et que seulement le cinquième d'entre eux l'avaient utilisé.

**Figure 30**



Un nombre légèrement plus élevé de filles préféraient utiliser un programme de groupe, et un nombre légèrement plus élevé de garçons préféraient combiner le programme de groupe et le site Web.

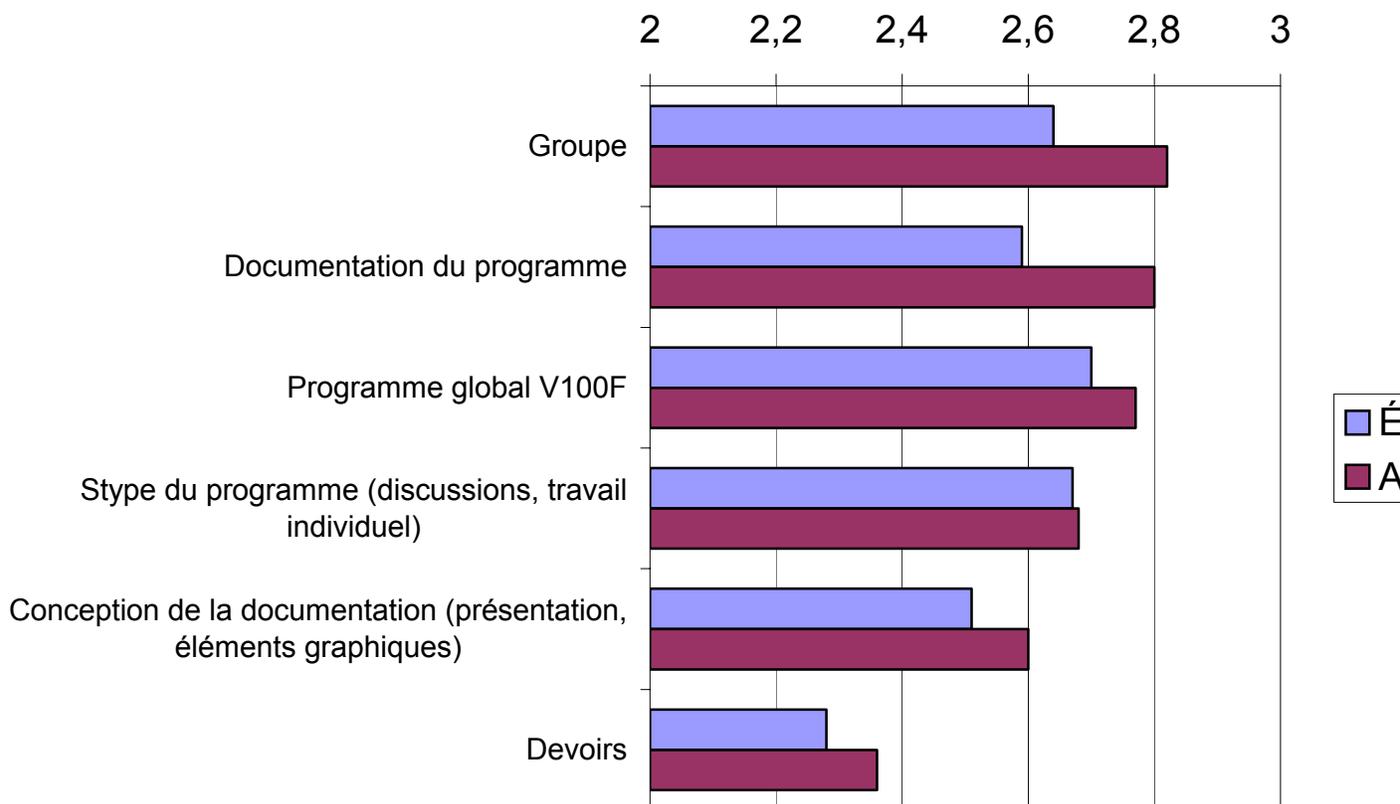
**Figure 31**

### 3.2 Satisfaction à l'égard d'aspects particuliers du programme

Les étudiants et les animateurs ont beaucoup apprécié le programme global, et lui ont attribué une cote de 2,7/2,8 sur une échelle de 1 à 3 (1 = pas du tout; 3 = beaucoup). Ils ont aimé le style du programme qui comprenait des discussions de groupe ainsi que des tâches individuelles (étudiants 2,67, animateurs 2,68). Les étudiants ont aussi apprécié le groupe et les autres participants (moyenne de 2,64). La documentation du programme (2,58) et la conception ainsi que la présentation de la documentation (2,51) ont aussi reçu des cotes moyennes élevées, bien qu'en moyenne, les animateurs avaient tendance à évaluer de façon légèrement plus positive le groupe et la documentation du programme, que les étudiants. Les cotes moyennes attribuées à la conception ou à la présentation de la documentation (étudiants 2,51, animateurs 2,6) et aux devoirs étaient très similaires (étudiants 2,27, animateurs 2,36). Les étudiants ont attribué la plus faible cote aux devoirs (2,27).

**Figure 32**

## Satisfaction à l'égard d'aspects particuliers du programme - étudiants et animateurs



### 3.3 Ce que les étudiants ont le mieux retenu au sujet du programme V100F

On a posé une question ouverte aux étudiants pour savoir quelles étaient les parties du programme dont ils se souvenaient le mieux. Trois quarts des étudiants (76,6 %, 197) ont répondu à cette question. Les taux de réponses élevés aux questions ouvertes indiquent généralement un intérêt général élevé à l'égard du programme.

Un grand nombre d'étudiants ont aimé le programme dans son ensemble, indiquant qu'ils se souvenaient de « tout »; ou qu'ils en aimaient « toutes les parties ». Certains étudiants ont également mentionné qu'ils ne se souvenaient de rien en particulier, que rien ne se démarquait, ou qu'ils avaient participé à quelques séances seulement.

#### 3.3.1 Style du programme

De nombreux étudiants ont mentionné le style du programme, indiquant que les discussions étaient les éléments les plus mémorables : « tenir des discussions de groupe, le fait que tout le monde avait l'occasion de donner son opinion et de raconter son histoire »; « discussions de groupe »; « parler de la situation de chaque

personne »; « manger et discuter »; « s’amuser au lieu de seulement se réunir ». Ils ont également souligné que certaines activités étaient particulièrement positives, par exemple, « lorsque tout le monde a écrit des commentaires positifs au sujet des autres »; « Quand on a été faire un jeu de jepordy » ou « lorsque nous avons joué au football, basketball, soccer, etc., au lieu de fumer ». D’autres ont apprécié le fait d’avoir eu l’occasion de passer du temps avec leurs amis : « passer du temps avec mes amis »; « participation des amis »; ou « mes amis ».

### **3.3.2 Activités de programme les plus mémorables**

La majorité des étudiants ont été en mesure de décrire des activités, des éléments du contenu ou des séances très spécifiques du programme dont ils se souvenaient le mieux ou qui les avaient le plus aidés. Il s’agit notamment de renseignements et d’activités liés à l’argent; du soutien; de la connaissance de soi par rapport au tabagisme; de mesures et de stratégies de renoncement particulières; de techniques de relaxation; et de faits et de renseignements sur la santé. Pour les commentaires détaillés des étudiants, veuillez consulter l’annexe D.

De nombreux étudiants avaient des souvenirs positifs au sujet des vidéos qu’ils ont regardées pendant les programmes de groupe V100F. Un grand nombre d’entre eux ont mentionné des vidéos particulières ainsi que les discussions qui avaient suivi la présentation de celles-ci.

Beaucoup d’étudiants ont formulé des commentaires positifs au sujet des incitatifs offerts dans le cadre du programme (comme les trousse de survie, les bouteilles d’eau, la gomme à mâcher) et de la façon dont cela les avait aidés dans leur processus de renoncement.

Un grand nombre d’étudiants ont aussi souligné que le fait de manger ensemble, et la nourriture avaient été importants pour eux.

Certains étudiants ont insisté sur le fait que la présence de l’animateur avait été importante pour le programme et ont mentionné le soutien ou l’aide que celui-ci leur avait fournis.

### **3.4 Satisfaction à l’égard de la documentation du programme**

Au cours des entrevues, les animateurs ont parlé de l’ensemble de la documentation du programme : le guide de l’animateur ainsi que la brochure du participant « Écrase ». Dans l’ensemble, ils ont dit que le guide de l’animateur est très utile. Ils ont apprécié sa simplicité et sa clarté, jugent qu’il est bien structuré, facile à suivre, et très accessible. Ils ont également dit que le guide d’évaluation est facile à comprendre; toutefois, de nombreux animateurs estiment que les outils actuels sont trop longs pour être utilisés de façon permanente et devraient être raccourcis une fois que les données du programme pilote auront été recueillies, mentionnant plus particulièrement l’enquête d’évaluation menée auprès des participants après le programme. Un certain nombre d’étudiants ont formulé des commentaires positifs au sujet de la documentation utilisée dans le cadre du programme, en particulier la brochure du participant et les brochures

supplémentaires qu'ils ont reçues. Nous présentons ci-dessous les commentaires des animateurs et des étudiants au sujet de la brochure du participant.

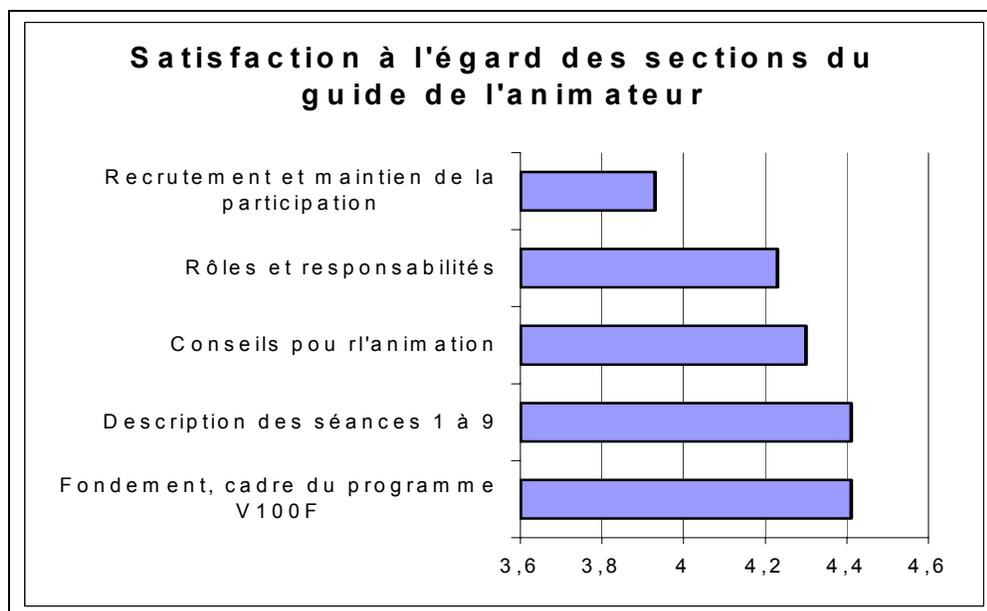
### 3.4.1 Guide de l'animateur

*« Le guide de l'animateur est bien, il est en fait très facile à suivre, et très convivial. Les questionnaires qu'il contient, les fiches de travail, conviennent tous très bien aux enfants. » (F17)*

Les animateurs interrogés étaient très satisfaits du guide de l'animateur du programme V100F (cote de 4,41 en moyenne sur une échelle à 5 points [5 = Très satisfait; 1 = Pas satisfait du tout]). Ils étaient le plus satisfaits du niveau global d'information et du contenu (4,52) et le moins satisfaits des documents à distribuer (4,25).

Certaines sections du guide de l'animateur ont aussi été cotées selon une échelle de 5 points (5 = très utile; 1 = pas utile du tout). Les animateurs jugent que les sections sur le fondement, le cadre du programme V100F et les descriptions du programme sont les plus utiles, et que la section sur le recrutement et le maintien de la participation est la moins utile.

**Figure 33**

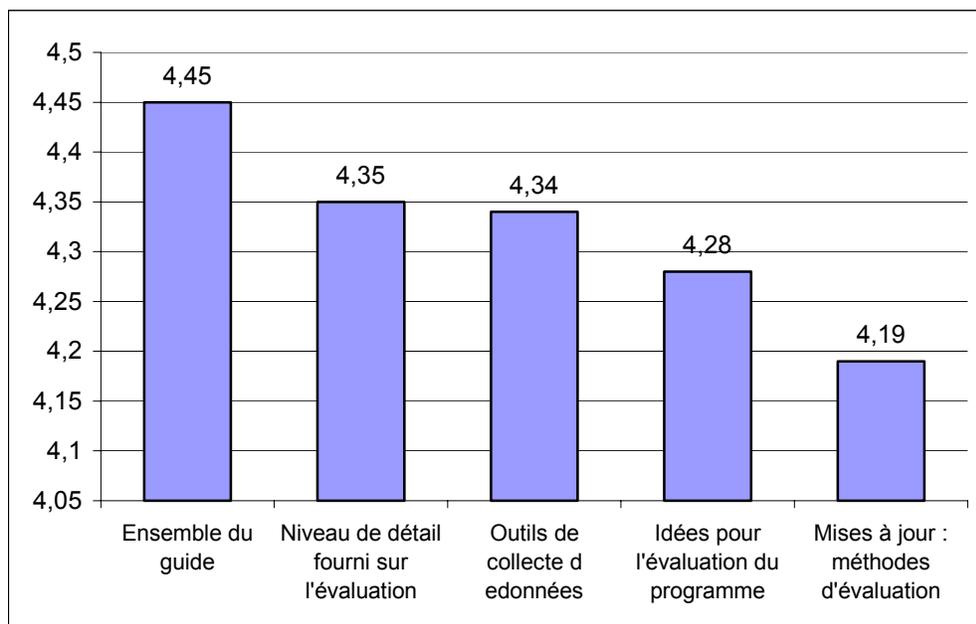


Les animateurs étaient aussi très heureux de la mesure dans laquelle le guide les a aidés à planifier et à mettre en œuvre le programme V100F. En moyenne, ils ont accordé une cote de satisfaction de 4,25, sur une échelle de 1 à 5 (1 = non, pas du tout satisfait; 5 = oui, très satisfait).

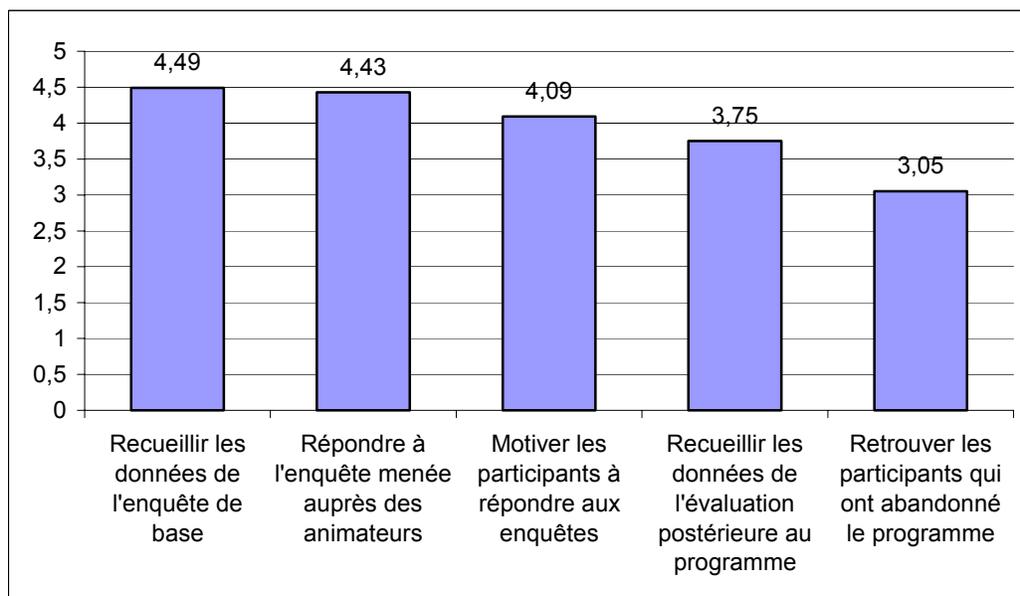
### 3.4.2 Guide d'évaluation destiné aux animateurs

Les animateurs interrogés ont évalué leur satisfaction par rapport à l'utilité du guide d'évaluation sur une échelle de 1 à 5 (1 = pas du tout utile; 5 = très utile). De façon générale, les animateurs jugent que le guide est très utile (4,32) et que les activités

d'évaluation sont faciles à mettre en œuvre (3,96). Ils ont indiqué que le guide d'évaluation est très utile dans son ensemble (4,45). Ils ont dit que le niveau de détail fourni (4,35) et les outils d'évaluation (4,34) sont également très utiles.

**Figure 34 Utilité des éléments du guide d'évaluation**

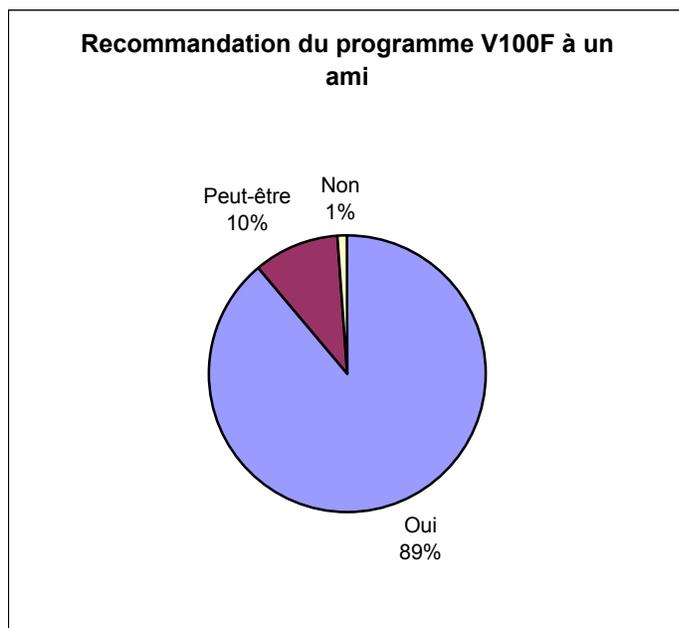
Les animateurs estiment que la collecte des données de l'enquête de base est l'activité d'évaluation la plus facile à mettre en œuvre, tandis qu'ils jugent que la plus difficile est celle qui consiste à retrouver les participants qui ont abandonné le programme, pour leur demander de répondre à l'enquête postérieure au programme.

**Figure 35 Facilité de mise en œuvre des activités d'évaluation**

### 3.5 Recommandation du programme V100F à un ami

La dernière question posée aux étudiants afin d'évaluer leur satisfaction visait à déterminer s'ils recommanderaient le programme de groupe V100F à un ami qui désire cesser de fumer. Une vaste majorité d'entre eux ont dit oui.

**Figure 36**



### 3.6 Conclusion : Jusqu'à quel point les participants au programme étaient-ils satisfaits de ce dernier?

Les étudiants participants et les animateurs qui ont participé au programme pilote V100F étaient satisfaits du style du programme, de l'approche relative au renoncement, des aspects organisationnels et de la documentation.

## 4. Jusqu'à quel point le programme V100F est-il efficace aux fins de la promotion auprès des jeunes du renoncement au tabac?

Plus particulièrement, les jeunes participants au programme V100F :

- Ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer dans une plus forte proportion que leurs semblables qui n'ont pas participé à ce programme?
- Ont-ils fait des tentatives de renoncement plus fréquentes?
- Sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?
- Ont-ils amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme?

#### **4.1 Les jeunes participants au programme V100F ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer?**

Nous avons modifié le groupe témoin théorique initial (conception de l'évaluation) afin de tenir compte des chiffres disponibles les plus récents issus de l'ESUTC (juin 2003) dans la mesure du possible, et nous avons uniquement inclus dans le groupe témoin théorique les éléments au sujet desquels des données ont été tirées des enquêtes menées auprès des étudiants sur le programme V100F.

##### **4.1.1 Comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F au moment de l'enquête de base**

Tel que révélé par l'ESUTC, 16 % des garçons de 15 à 19 ans dans la population générale fument. Parmi ceux-ci, 63 % fument tous les jours, et 38 % fument moins souvent. Deux pour cent (2 %) d'entre eux peuvent être considérés comme d'anciens fumeurs. Les garçons qui fument consomment en moyenne 13,7 cigarettes par jour. Quarante et un pour cent (41 %) d'entre eux n'ont pas essayé de cesser de fumer au cours de l'année écoulée, tandis que 41 % ont tenté de le faire une à trois fois, et 19 % ont essayé de le faire plus de quatre fois. Quinze pour cent (15 %) d'entre eux ont réussi à cesser de fumer, mais il s'agit d'un abandon à long terme dans seulement 8 % des cas (ont cessé de fumer il y a plus d'un an) et sont susceptibles de rester sans fumer de façon plus permanente, tandis qu'il s'agit d'un abandon à court terme dans 4 % des cas (ont cessé de fumer il y a moins d'un an).

Dix-neuf pour cent (19%) des filles de 15 à 19 ans fument à l'heure actuelle. Soixante-trois pour cent (63 %) d'entre elles fument tous les jours et 37 % fument moins souvent. Trois pour cent (3 %) d'entre elles peuvent être considérées comme d'anciennes fumeuses. Les fumeuses consomment en moyenne 10,8 cigarettes par jour. Trente-deux pour cent (32 %) d'entre elles n'ont pas essayé de cesser de fumer au cours de l'année écoulée, tandis que la moitié (50 %) d'entre elles ont tenté de le faire une à trois fois, et 19 % d'entre elles ont tenté de le faire plus de quatre fois. Seize pour cent (16 %) d'entre elles ont réussi à cesser de fumer, mais on peut considérer qu'il s'agit d'un abandon à long terme dans seulement 6 % des cas (ont cessé de fumer il y a plus d'un an), tandis qu'il s'agit d'un abandon à court terme dans 8 % des cas (ont cessé de fumer il y a moins d'un an).

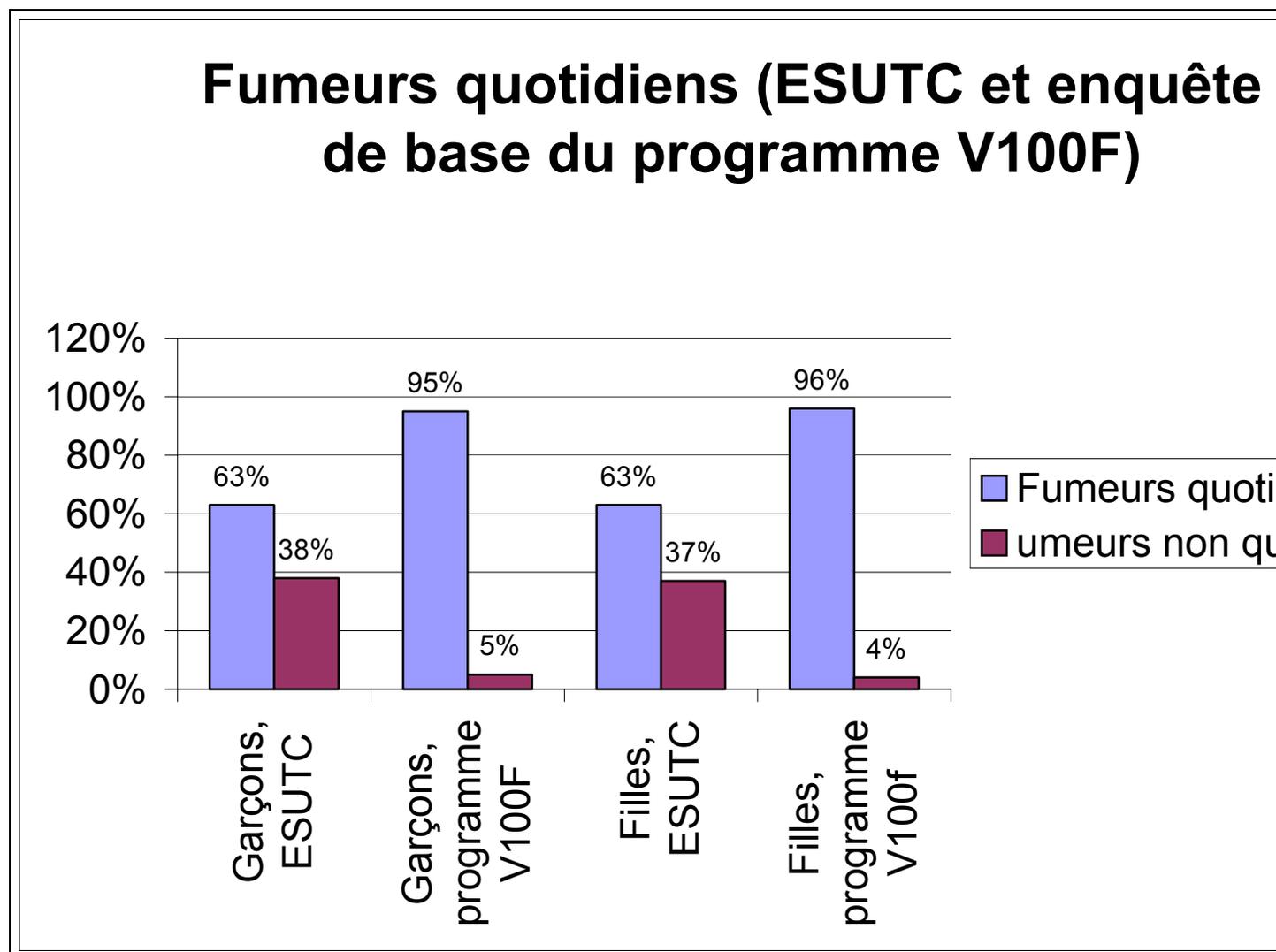
L'ESUTC utilise trois définitions pour déterminer les taux d'abandon : anciens fumeurs (personnes ayant fumé 100 cigarettes au cours de leur vie et qui ne fument pas à l'heure actuelle), abandon à long terme (personnes ayant cessé de fumer il y a plus d'un an), et abandon à court terme (personnes ayant cessé de fumer il y a moins d'un an). En vue de la présente évaluation, nous utiliserons les statistiques relatives à l'abandon à court terme uniquement à des fins de comparaison à la population du programme V100F. Seule la collecte de données de contrôle permettrait de prévoir les taux d'abandon à long terme.

##### **Fumeurs quotidiens et fumeurs non quotidiens**

Les participants au programme V100F diffèrent de la population générale (groupe témoin théorique) de plusieurs façons. Comme le montrent les chiffres ci-dessous, bien qu'au moment de l'enquête de base les participants au programme V100F âgés de 15 à 19 ans fumaient à peu près le même nombre de cigarettes par jour que leurs

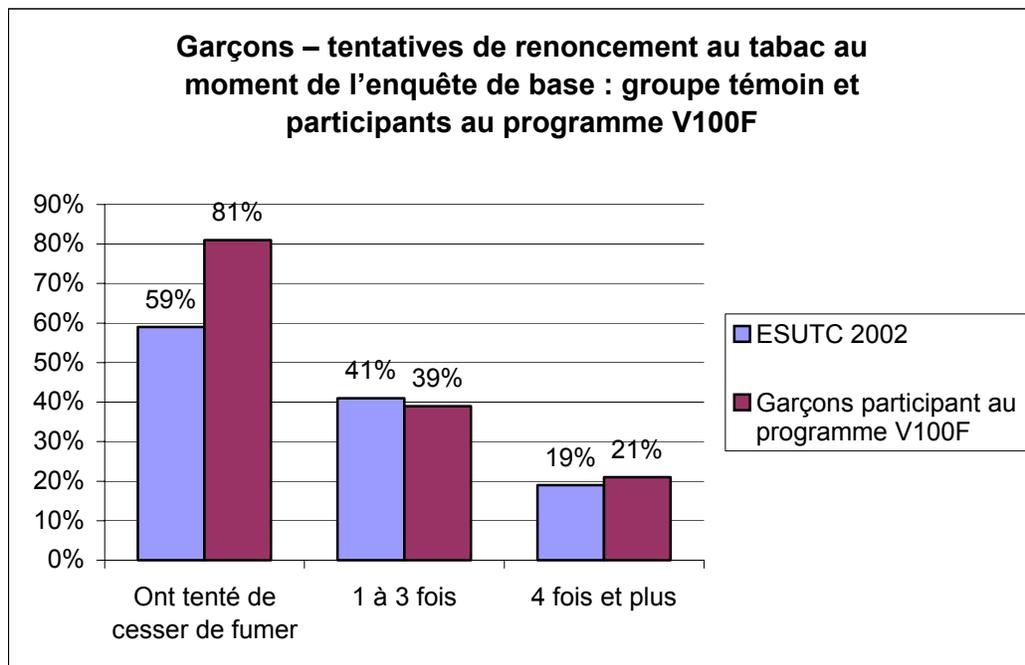
homologues dans la population générale (13 cigarettes par jour), ils étaient plus susceptibles de fumer tous les jours.

**Figure 37**

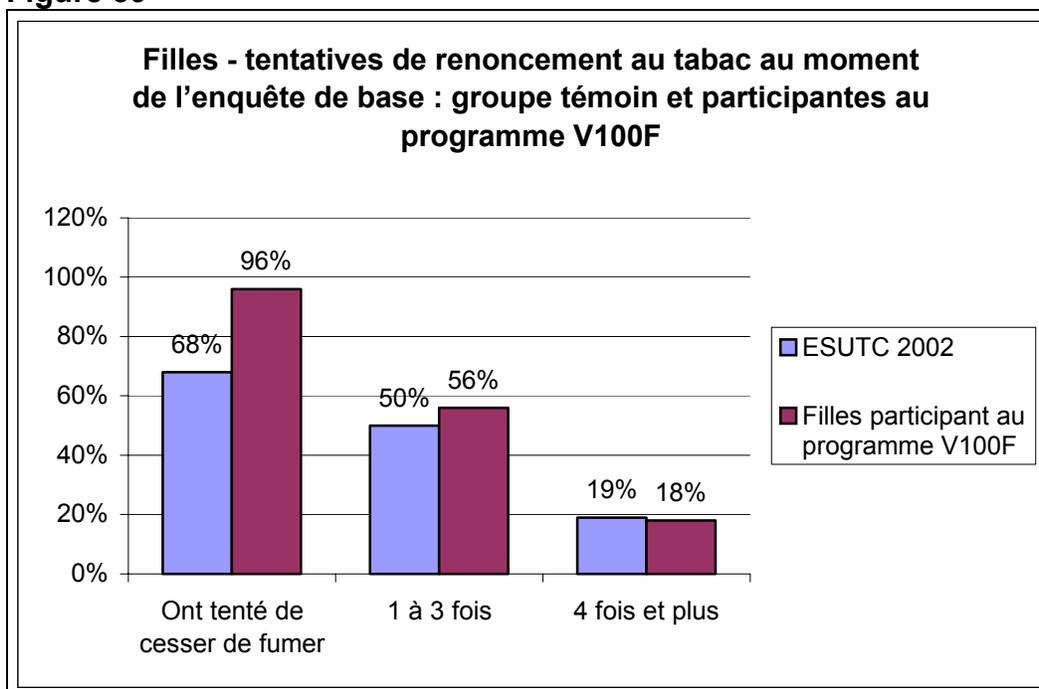


### Tentatives de renoncement antérieures

Cinquante-neuf pour cent (59 %) des garçons de 15 à 19 ans qui fument avaient tenté de cesser de fumer au cours de l'année écoulée. Quarante et un pour cent (41 %) d'entre eux avaient essayé de le faire une à trois fois, et 19 % avaient tenté de le faire plus de quatre fois (ESUTC 2002). Parmi le groupe du programme V100F au moment de l'enquête de base, 81 % des garçons âgés de 15 à 19 ans ont indiqué qu'ils avaient tenté de cesser de fumer au cours de l'année écoulée. Trente-neuf pour cent (39 %) d'entre eux avaient tenté de le faire une à trois fois et 21 % avaient essayé de le faire plus de quatre fois. Quarante et un pour cent (41 %) d'entre eux ne se rappelaient pas combien de fois ils avaient tenté de cesser de fumer.

**Figure 38**

La différence entre le groupe du programme V100F et la population générale est similaire chez les filles. Soixante-huit pour cent (68 %) des filles âgées de 15 à 19 ans qui fument dans la population générale ont tenté de cesser de fumer au cours de l'année écoulée. La moitié (50 %) ont tenté de le faire une à trois fois, et 19 % ont tenté de le faire plus de quatre fois (ESUTC 2002). Parmi le groupe du programme V100F au moment de l'enquête de base, 96 % des filles avaient tenté de cesser de fumer dans le passé. Plus de la moitié (56 %) des filles avaient tenté de le faire une à trois fois au cours de l'année écoulée, et 18 % avaient tenté de le faire quatre fois ou plus. Vingt-six pour cent (26 %) d'entre elles ne se rappelaient pas combien de fois elles avaient tenté de cesser de fumer.

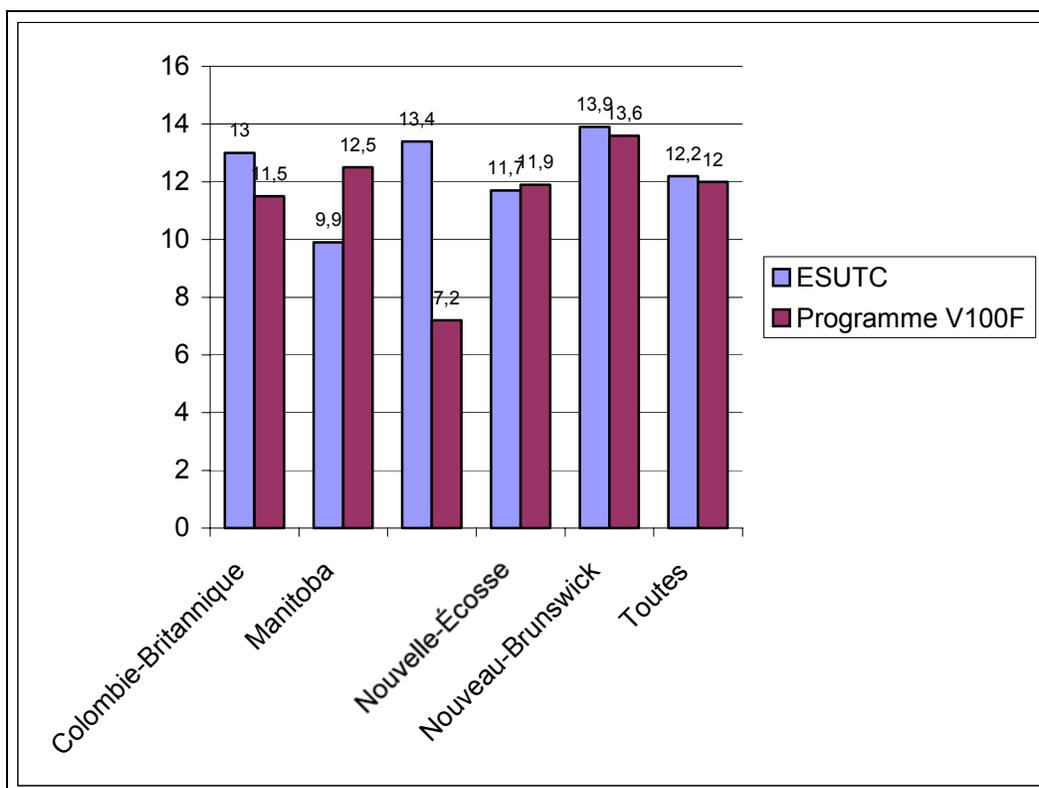
**Figure 39**

### Taux de tabagisme quotidiens moyens

On a comparé les taux de tabagisme quotidiens moyens provinciaux relevés chez les 15 à 19 ans à ceux des étudiants participants au programme V100F (âgés de 15 à 19 ans). À l'exception de l'Ontario, le nombre moyen de cigarettes fumées au moment de l'enquête de base par les participants à chacun des projets pilotes du programme V100F est très semblable aux moyennes provinciales. Le programme pilote exécuté en Ontario a été mené auprès de jeunes Autochtones vivant sur une réserve. Les étudiants participants étaient en moyenne beaucoup plus jeunes que les étudiants prenant part aux autres programmes. Ces deux facteurs expliquent peut-être certaines des différences entre les taux de tabagisme relevés au cours des projets pilotes de l'Ontario et les moyennes provinciales de l'Ontario.

**Figure 40**

Comparaison des taux de tabagisme quotidiens moyens relevés dans le cadre des projets pilotes à ceux relevés à l'échelle provinciale lors de l'ESUTC (juin 2003)



En résumé, les taux de tabagisme moyens chez les participants de 15 à 19 ans de chacun des projets pilotes au moment de l'enquête de base étaient semblables aux moyennes provinciales. Toutefois, bien que les garçons (âgés de 15 à 19 ans) participant au programme V100F fumaient dans la même mesure au moment de l'enquête de base que leurs homologues dans la population générale de fumeurs (13 cigarettes par jour), ils étaient plus susceptibles de fumer tous les jours et avaient tenté plus souvent de cesser de fumer. De même, les filles qui ont participé au programme V100F étaient plus susceptibles de fumer tous les jours que les fumeuses du même âge dans la population générale bien qu'elles aient fumé le même nombre de cigarettes par jour (11 cigarettes en moyenne). Elles ont également tenté plus souvent de cesser de fumer que leurs homologues dans la population générale de fumeuses. Ces résultats indiquent peut-être un niveau plus élevé d'accoutumance à la nicotine que celui observé dans la population générale de fumeuses de ce groupe d'âge. Un niveau plus élevé d'accoutumance à la nicotine peut entraîner des taux d'abandon moins élevés.

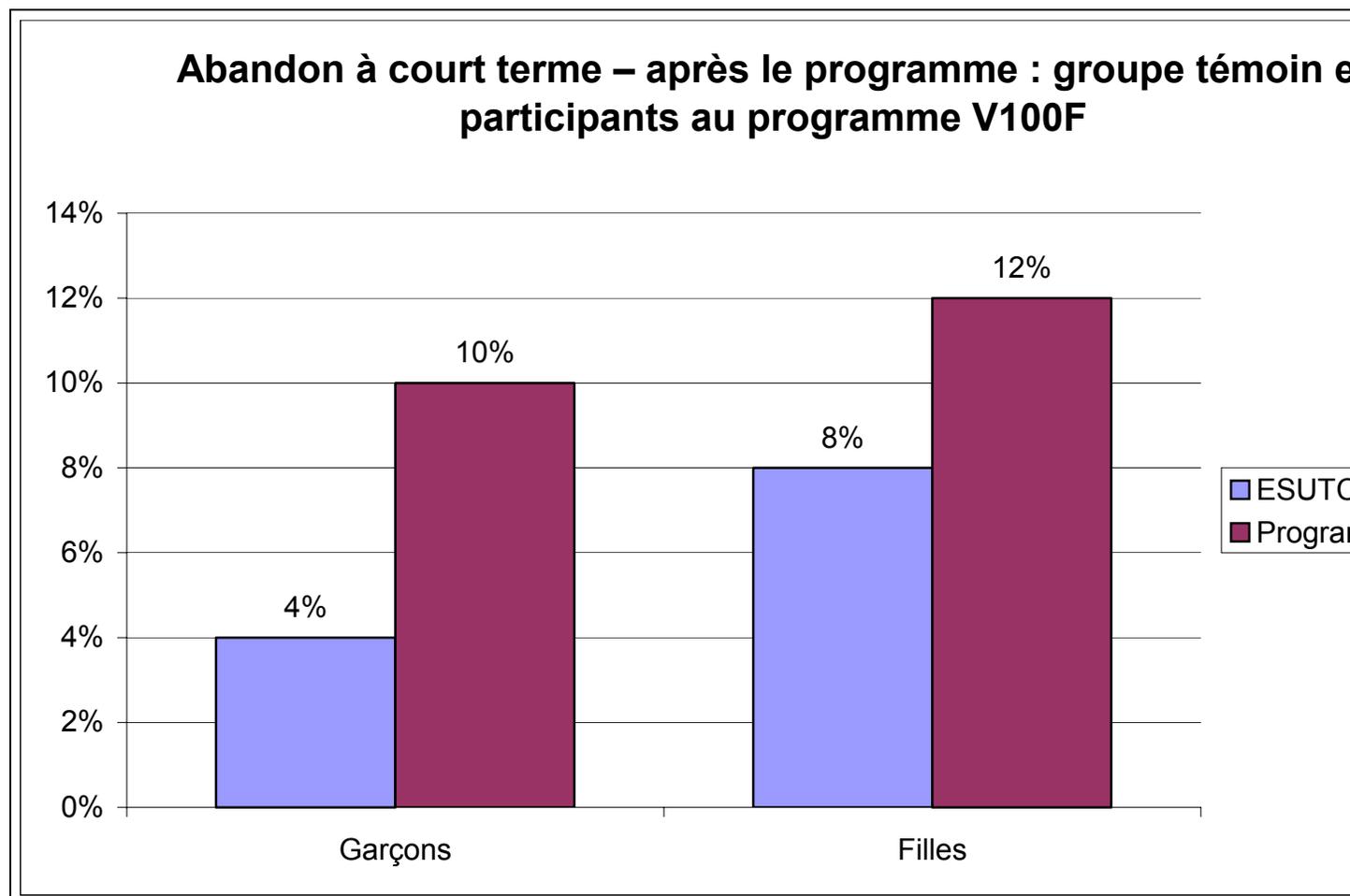
#### 4.1.2 Taux d'abandon : Comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F à la fin du programme

Afin de déterminer l'effet à court terme de la participation au programme V100F, on a comparé les taux d'abandon des jeunes participants après le programme aux taux d'abandon de la population générale.

Tel que décrit ci-dessus, 6 % des jeunes de 15 à 19 ans renoncent au tabac à court terme, ils ont cessé de fumer au cours de l'année écoulée (ESUTC 2002). Tout de suite après avoir participé au programme V100F, 11 % des jeunes de 15 à 19 ans avaient

cessé de fumer, 4 % des garçons de la population générale des 15 à 19 ans avaient cessé de fumer à court terme par comparaison à 10 % des garçons ayant participé au programme V100F. Huit pour cent (8 %) des filles de la population générale des 15 à 19 ans avaient cessé de fumer à court terme, par comparaison à 12 % des filles ayant participé au programme V100F.

**Figure 41**



Seules les enquêtes de contrôle menées auprès des participants 12 mois après que ceux-ci aient complété le programme V100F peuvent confirmer la stabilité de ces chiffres, mais ces chiffres donnent à penser que la participation au programme a eu un effet à court terme important. Si plus de 7 % (abandon à long terme, selon l'ESUTC 2002) des participants qui complètent le programme V100F restent sans fumer 12 mois plus tard, on constatera que les jeunes participants au programme V100F ont réussi à cesser de fumer dans une plus forte proportion que les jeunes Canadiens moyens âgés de 15 à 19 ans.

#### **4.1.3 Taux de réduction : comparaison des groupes témoins théoriques et de l'échantillon du programme V100F à la fin du programme**

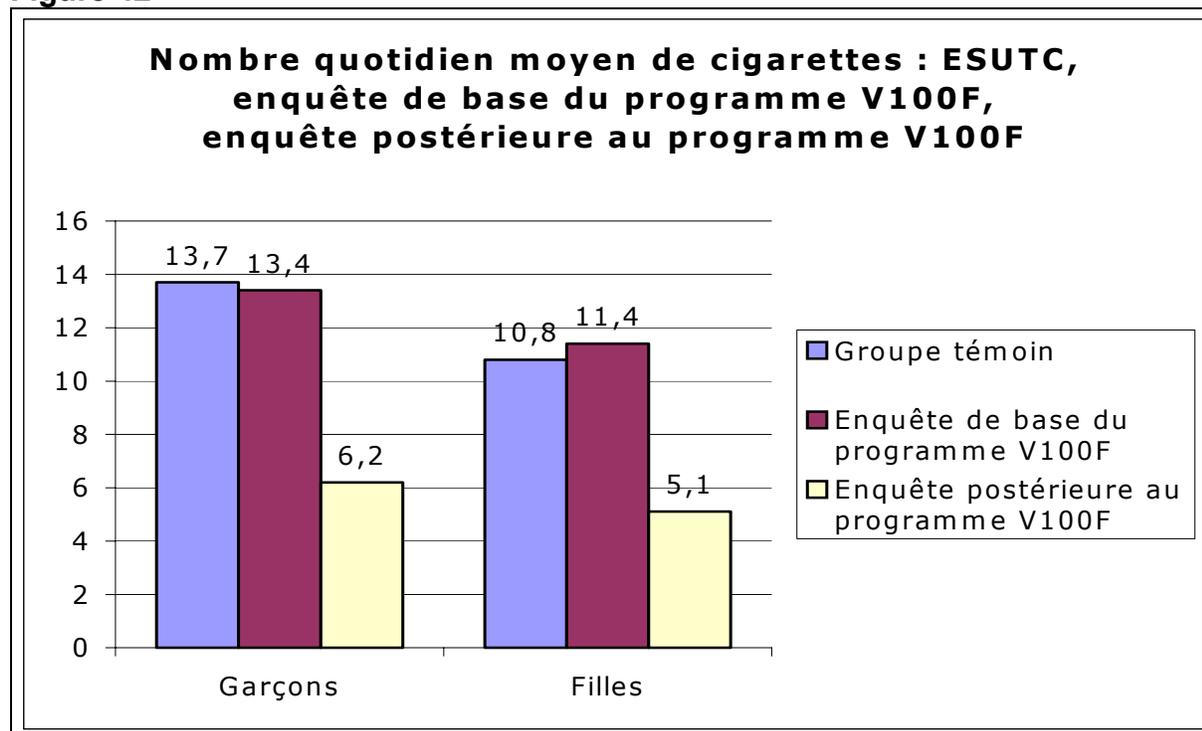
Le programme V100F visait également à réduire le nombre total de cigarettes fumées par les participants (taux de réduction).

Les taux de tabagisme quotidiens moyens du groupe d'âge de 15 à 19 ans au moment de l'enquête de base étaient comparables aux moyennes canadiennes pour ce groupe d'âge (12,2 cigarettes fumées par jour) [ESUTC 2003].

Tout de suite après la participation au programme V100F, le nombre moyen de cigarettes fumées par jour a diminué à 5,6 (6,2 chez les garçons, 5,1 chez les filles). Ces chiffres sont très inférieurs à la consommation quotidienne moyenne de cigarettes pour ce groupe d'âge dans la population générale. Les jeunes qui ont participé au programme V100F ont réussi à couper leur consommation de cigarettes de plus de la moitié.

Comme nous l'avons mentionné ci-dessus, seules des enquêtes de contrôle menées auprès des participants qui ont complété le programme V100F peuvent confirmer si ces derniers sont en mesure de maintenir les taux de consommation inférieurs au fil du temps.

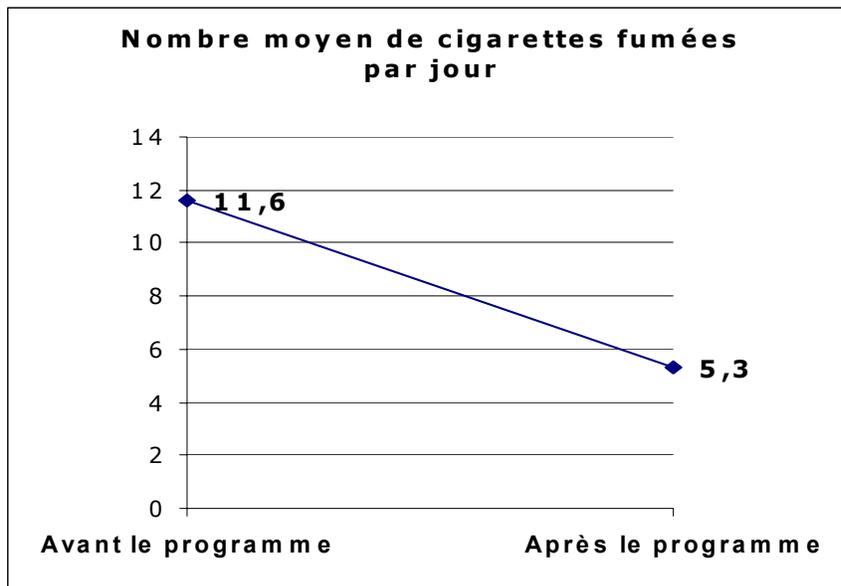
**Figure 42**



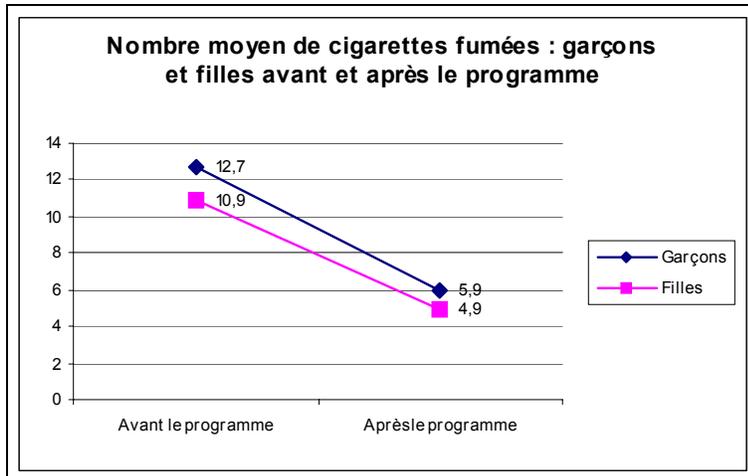
#### **4.1.4 Habitude de fumer au moment de l'enquête de base et à la fin du programme V100F (d'après tous les étudiants participants au programme V100F qui ont répondu aux enquêtes menées avant et après le programme)**

La consommation quotidienne moyenne de cigarettes a été calculée pour les participants au programme V100F au début du programme (enquête de base) et de nouveau à la fin du programme. Tous les chiffres sont fondés sur les autodéclarations des étudiants et n'ont fait l'objet d'aucune autre vérification. On a converti en nombre de cigarettes fumées par jour les chiffres relatifs à la consommation hebdomadaire de cigarettes fournis par les fumeurs occasionnels, afin de pouvoir inclure les fumeurs

occasionnels dans le calcul du nombre moyen de cigarettes fumées par jour. Le nombre moyen de cigarettes fumées par jour au début du programme V100F se situait à 12 par jour (allant de 1 à 70). À la suite de la participation au programme V100F, le nombre moyen de cigarettes fumées par jour a diminué à cinq cigarettes par jour (allant de 0 à 45).

**Figure 43**

Le nombre moyen de cigarettes fumées a diminué, passant de 12,7 cigarettes à 5,9 cigarettes chez les garçons, et de 10,9 cigarettes à 4,9 cigarettes chez les filles.

**Figure 44**

#### 4.1.5 Conclusion : Les jeunes participants au programme V100F ont-ils réduit leur consommation ou cessé de fumer dans une plus forte proportion que leurs semblables qui n'ont pas participé à ce programme?

Les jeunes participants au programme V100F ont réussi à réduire de moitié leur consommation de cigarettes. Tout de suite après le programme, leur consommation quotidienne de cigarettes était inférieure à la moyenne canadienne des fumeurs de ce groupe d'âge. Le taux d'abandon atteignait 11 %, ce qui était supérieur à la moyenne canadienne de 6 % d'abandon à court terme. Il ne faut pas oublier, lorsque l'on

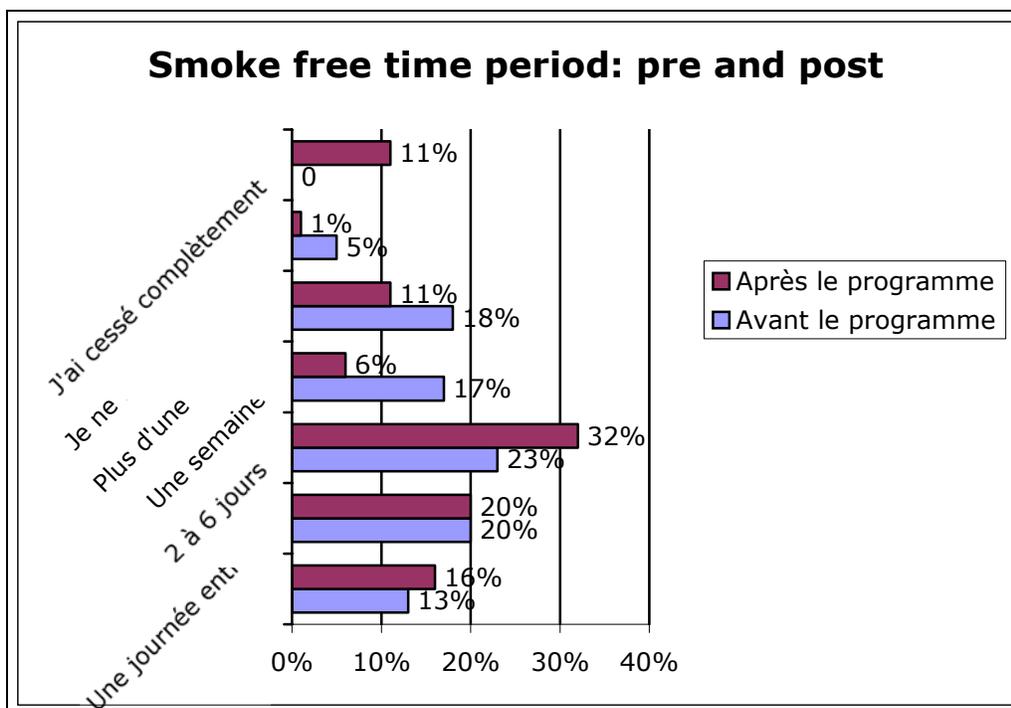
interprète cette donnée, qu'il y avait probablement, parmi les jeunes au début du programme, un nombre plus élevé de personnes dépendantes de la cigarette. Un certain nombre d'animateurs du programme V100F ont en outre signalé que des participants ont cessé de fumer après avoir complété officiellement le programme, et que certains l'ont fait parce qu'ils avaient prévu de cesser de fumer à la suite de la dernière séance. Comme nous l'avons mentionné ci-dessus, un contrôle effectué auprès des participants après douze mois donnerait une meilleure idée des effets durables du programme sur le nombre de cigarettes fumées et sur les taux d'abandon.

#### **4.2. Les tentatives de renoncement au tabac des jeunes participants au programme V100F ont-elles été plus fréquentes?**

Au moment de l'enquête de base, les participants au programme V100F ont indiqué le nombre de fois qu'ils avaient tenté de cesser de fumer au cours des 12 mois précédents, ainsi que la période la plus longue pendant laquelle ils étaient restés sans fumer. Nous décrivons les tentatives de renoncement au tabac dans une section antérieure. Le nombre de tentatives de renoncement au tabac qu'ils ont pu effectuer au cours du programme n'a pas été consigné. Les enquêtes postérieures au programme ont été effectuées approximativement trois mois après les enquêtes de base, à la fin du programme. Afin de déterminer si les tentatives de renoncement au tabac des participants étaient plus fréquentes, nous avons comparé la plus longue période durant laquelle ils étaient restés sans fumer au cours de l'année précédant leur participation au programme V100F avec la plus longue période passée sans fumer au cours de ce programme et tout de suite après celui-ci, au cours d'une période d'environ trois mois.

Pour interpréter toutes ces données, il faut tenir compte du délai beaucoup plus court; du fait que les participants peuvent avoir fixé leur date de renoncement au tabac peu de temps avant la fin du programme, ce qui limiterait la période pendant laquelle ils pourraient rester sans fumer avant la tenue de l'enquête postérieure au programme; du fait que de nombreux animateurs ont incité les participants à ne pas tenter de cesser de fumer trop tôt dans le cadre du programme, afin d'avoir assez de temps pour se préparer à le faire. Compte tenu de ces limites, certains résultats sont prometteurs. Si on ne tient pas compte des participants qui déclarent une « période de renoncement au tabac » de moins d'une journée, et de ceux qui ne se souviennent pas de leurs tentatives, 80 % des participants ont cessé de fumer pendant au moins 24 heures pendant qu'ils prenaient part au programme V100F, par comparaison à 78 % des participants qui avaient réussi à cesser de fumer pendant au moins une journée au cours de l'année précédant leur participation au programme V100F.

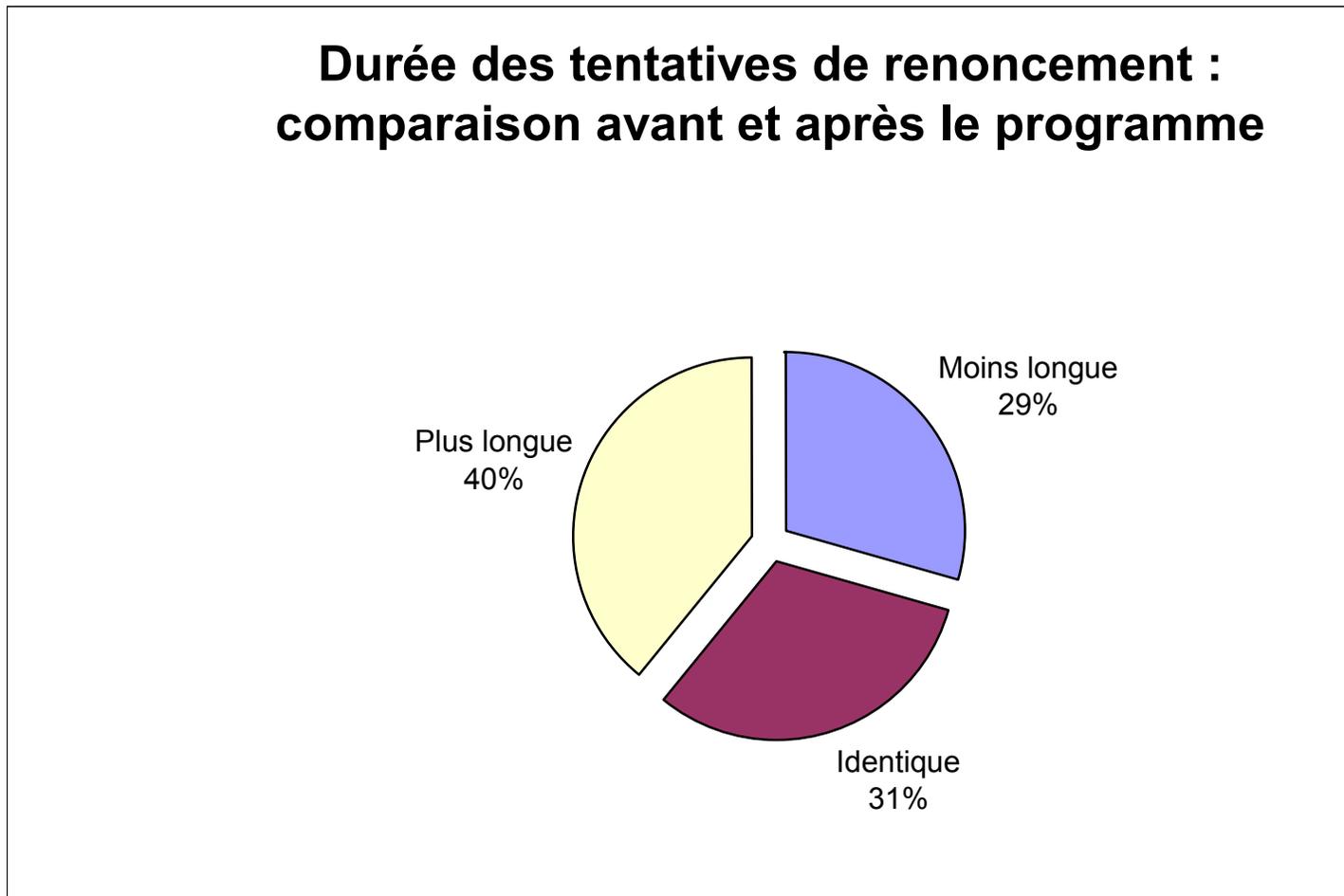
Figure 45



#### 4.2.1 Pendant combien de temps les étudiants sont-ils restés sans fumer : avant (période de 12 mois) et après (période de trois mois) le programme?

On a comparé les périodes passées sans fumer pour chacun des participants sur lesquels des données d'enquête préalables et postérieures étaient disponibles. Un quart des participants au programme V100F (27 %) sont restés sans fumer pendant une période moins longue que l'année précédente; un quart (28,8 %) d'entre eux sont restés sans fumer pendant une période à peu près identique. Le tiers (36 %) des participants ont cessé de fumer pendant une période plus longue au cours du programme V100F qu'au cours des douze mois précédents.

Figure 46



#### 4.2.2 Conclusion : Les tentatives de renoncement au tabac des jeunes participants au programme V100F ont-elles été plus fréquentes?

Les tentatives de renoncement au tabac des participants au programme V100F ont été plus fréquentes et ont duré plus longtemps. Tous les participants au programme V100F sont restés sans fumer pendant au moins quelques heures, tandis que 14 % d'entre eux n'avaient fait aucune tentative de renoncement au cours de l'année précédant leur participation au programme V100F. Soixante-dix-neuf pour cent (79 %) d'entre eux avaient cessé de fumer pendant au moins une journée au cours des douze mois précédant leur participation au programme V100F; 84 % d'entre eux sont restés sans fumer pendant une période identique au cours des trois mois du programme V100F.

#### 4.3 Les jeunes qui participent au programme V100F sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?

On peut mesurer l'accroissement de la motivation de différentes façons :

- Réduction des taux de tabagisme (voir ci-dessus);
- Taux global d'abandon (voir ci-dessus);
- Motivation perçue (voir ci-dessous);

- Comparaison de la motivation à participer au programme avec l'aide fournie par le programme V100F (voir ci-dessous).

#### **4.3.1 Accroissement perçu de la motivation**

On a demandé à deux occasions aux étudiants dans quelle mesure le programme V100F les avait aidés à se motiver à cesser de fumer et à rester sans fumer (voir la figure 47 ci-dessous). En moyenne, ils ont indiqué que le programme les avait beaucoup aidés à se motiver (2,34). Le programme a beaucoup motivé 41,5 % d'entre eux à cesser de fumer et à rester sans fumer, a un peu motivé 49,0 % d'entre eux à le faire, tandis que 9,5 % des participants disent que le programme ne les a pas motivés à le faire.

Les animateurs ont aussi indiqué que la motivation des étudiants à cesser de fumer ou à rester sans fumer s'est beaucoup accrue pendant le programme. En moyenne, ils ont attribué une cote de 2,66 sur une échelle de trois points (1 = pas du tout; 3 = beaucoup) à cet accroissement. Les deux tiers (66 %) d'entre eux estiment que la motivation des étudiants s'est beaucoup accrue et le tiers (33 %) d'entre eux disent que leur motivation s'est un peu accrue. Aucun des animateurs ne juge que la motivation des étudiants ne s'est pas accrue du tout.

#### **4.3.2 Comparaison de la motivation à participer au programme avec l'aide que le programme V100F a fournie**

On a demandé aux étudiants, dans le cadre de l'enquête de base, ce qui les avait motivés à participer au programme V100F. On leur a ensuite demandé de coter un certain nombre de facteurs sur une échelle de 1 à 3 (1 = pas du tout important; 3 = très important). Le facteur le plus important qui les a motivés à participer au programme est leur santé « Je veux améliorer ma santé », facteur auquel ils ont attribué une cote de 2,87 et qu'ils considèrent très important, suivi par le fait qu'ils ne veulent pas être à bout de souffle (2,79), et veulent dépenser moins d'argent pour acheter du tabac (2,78); les raisons les plus importantes qu'ils ont ensuite évoquées concernant leur motivation à participer au programme V100F sont qu'ils désiraient réduire l'usage du tabac et cesser de fumer ou acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour. Les raisons les moins importantes sont la participation des amis et la volonté de faire changer les lois sur le tabac.

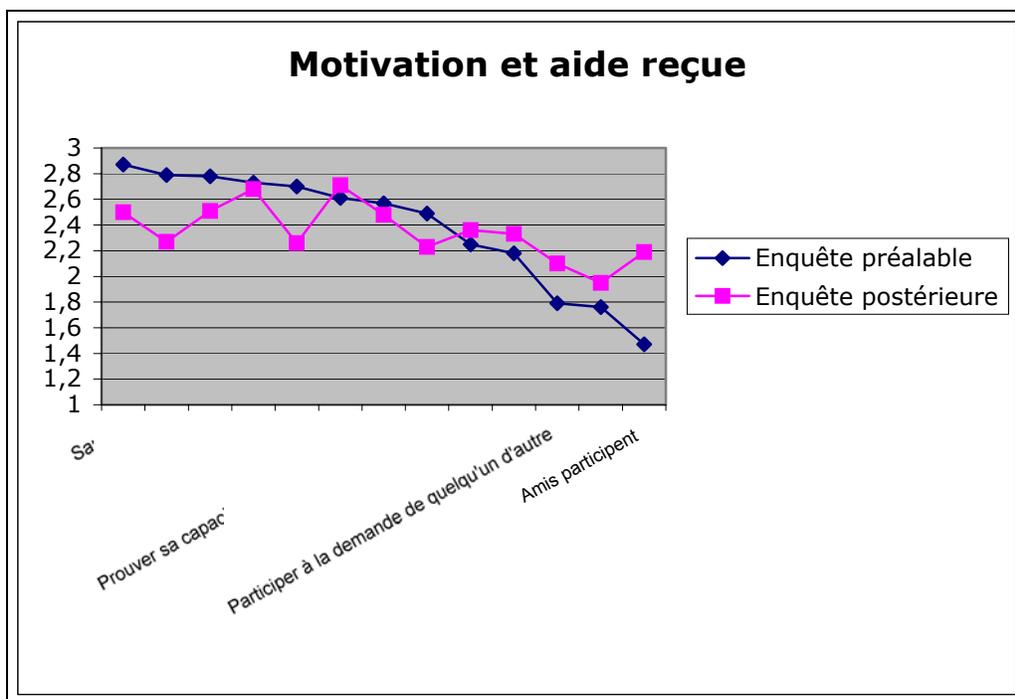
On a également demandé aux étudiants, à la suite du programme, d'évaluer jusqu'à quel point le programme V100F les avait aidés à divers égards. En moyenne, les étudiants ont attribué la plus haute cote (2,71) à l'option mentionnant « acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour », suivie par « obtenir de l'aide pour réduire l'usage du tabac » (2,68), et « dépenser moins d'argent pour acheter des cigarettes » (2,51). Viennent ensuite le désir de vivre plus sainement (2,5), et de calmer leurs craintes de contracter le cancer du poumon (2,36).

Comme l'illustre la figure 47 ci-dessous, certains des éléments qui ont motivé les étudiants à participer au programme ne sont pas ceux au sujet desquels ils ont reçu le plus d'aide. Il ressort des entrevues et des groupes de discussion que certaines de ces différences sont peut-être attribuables au fait que les participants se sont graduellement rendu compte à quel point il est difficile en fait de cesser de fumer. En outre, on n'a pas

accordé la même priorité à tous les éléments présentés, lors de la conception du programme V100F.

Dans l'ensemble, le programme V100F a comblé ou dépassé certaines des attentes très importantes qui avaient motivé les étudiants à participer au programme, par exemple réduire l'usage du tabac, acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour, réduire l'odeur, calmer leurs craintes de contracter le cancer du poumon, et fumer moins souvent avec les amis.

Figure 47



Dans le cadre d'une deuxième étape, on a demandé aux étudiants d'encrer « la raison la plus importante » qui les avait motivés à participer au programme V100F. Le désir de vivre plus sainement est demeuré la principale raison, le tiers (31,8 %) des étudiants ont encrer cet élément comme étant leur plus importante raison de participer au programme. Le quart des étudiants ont encrer le désir de cesser de fumer (24,7 %), et 11,6 % d'entre eux ont dit qu'ils voulaient dépenser moins pour acheter du tabac.

**Tableau 3 La plus importante raison de participer au programme V100F (enquête de base)**

	Fréquence	Pourcentage valide
Je veux vivre plus sainement	63	31,8
Je veux cesser de fumer	49	24,7
Cesser de dépenser de l'argent pour acheter du tabac	23	11,6
Je ne veux pas être à bout de souffle lors d'activités	18	9,0
Je connais quelqu'un qui a le cancer du poumon	11	5,5
Je veux réduire l'usage du tabac	7	3,5
Prouver que je suis capable de cesser de fumer	7	3,5
Quelqu'un d'autre veut que je	6	2,8

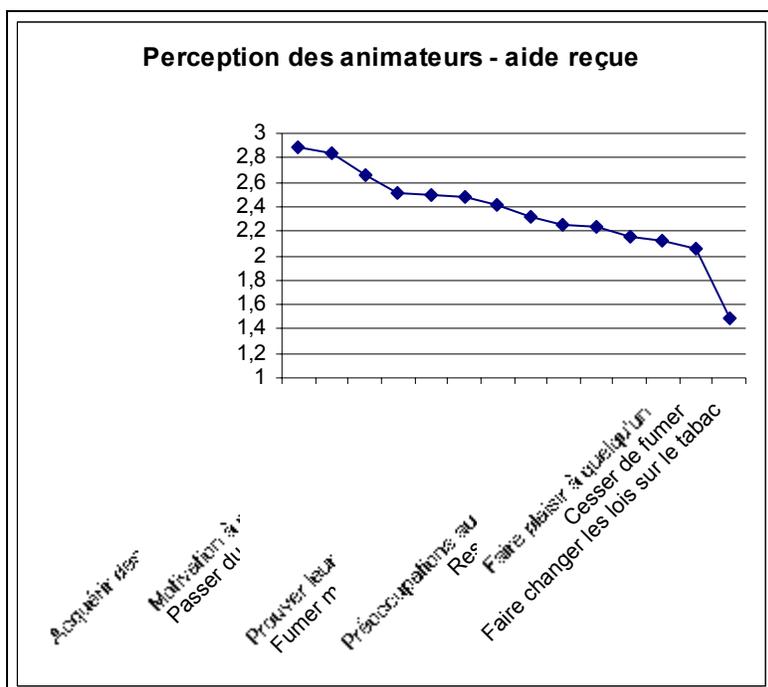
participe		
Je ne veux pas sentir la fumée	5	2,5
Acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour	3	1,7
Participer parce que des amis le font	2	1,1
Être mieux informé	2	1,1
Fumer moins souvent avec les amis	1	0,6
Autre raison	1	0,6
Total	198	100,0

#### 4.3.3 Perception des animateurs quant à la mesure dans laquelle le programme V100F a aidé les étudiants

On a également demandé aux animateurs (dans le cadre d'une enquête finale menée auprès des animateurs) d'évaluer, sur une échelle à trois points (beaucoup; un peu; pas du tout), la mesure dans laquelle le programme V100F avait aidé les jeunes à divers égards (voir la figure 48 ci-dessous). Dans l'ensemble, les animateurs estiment que le programme a beaucoup aidé les participants en moyenne (2,35). Ils ont indiqué que la plupart des éléments ont beaucoup aidé les participants ou les ont aidés un peu, sauf pour ce qui est de faire changer les lois sur le tabac (1,49).

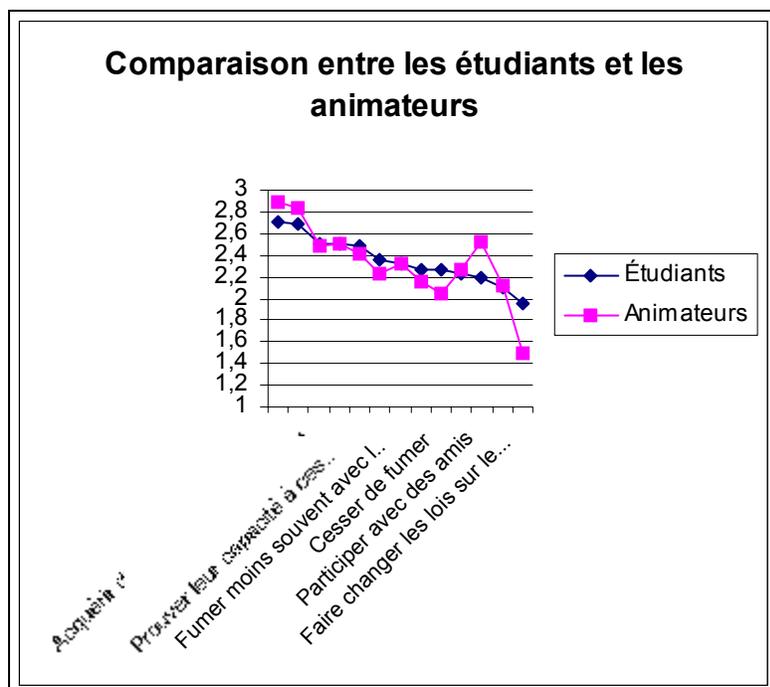
En moyenne, les animateurs jugent que le programme V100F a surtout aidé les participants à acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour, 2,89; à réduire l'usage du tabac, (2,84); et les a motivés à cesser de fumer ou à fumer moins (2,66). Ces éléments constituent également trois des objectifs explicites du programme. Les animateurs considèrent que le programme a aidé le moins à changer les lois sur le tabac (1,49).

#### Figure 48



La comparaison des perceptions des animateurs et des étudiants quant à l'aide que le programme a procurée à ces derniers à l'égard de 13 éléments fait ressortir des similitudes frappantes. Les animateurs étaient plus susceptibles que les étudiants de penser que ces derniers participaient au programme parce que leurs amis le faisaient. Ils étaient en outre moins susceptibles de penser que le programme avait aidé les étudiants à faire changer les lois sur le tabac (un élément qui n'est pas abordé directement dans le programme d'études).

Figure 49



#### 4.3.4 Conclusion : Les jeunes participants au programme V100F sont-ils davantage motivés à cesser de fumer?

Les jeunes participants jugent que le programme V100F les a motivés davantage à cesser de fumer. Les animateurs croient aussi que la motivation des étudiants à cesser de fumer s'est beaucoup accrue. Le programme a comblé les attentes des étudiants à de nombreux égards en ce qui a trait aux raisons qui les ont poussés au départ à participer au programme et a dépassé leurs attentes dans certains cas (p. ex., acquérir des connaissances pour cesser de fumer un jour, calmer leurs préoccupations au sujet du cancer du poumon, fumer moins souvent avec les amis, et possibilité de participer au programme avec des amis).

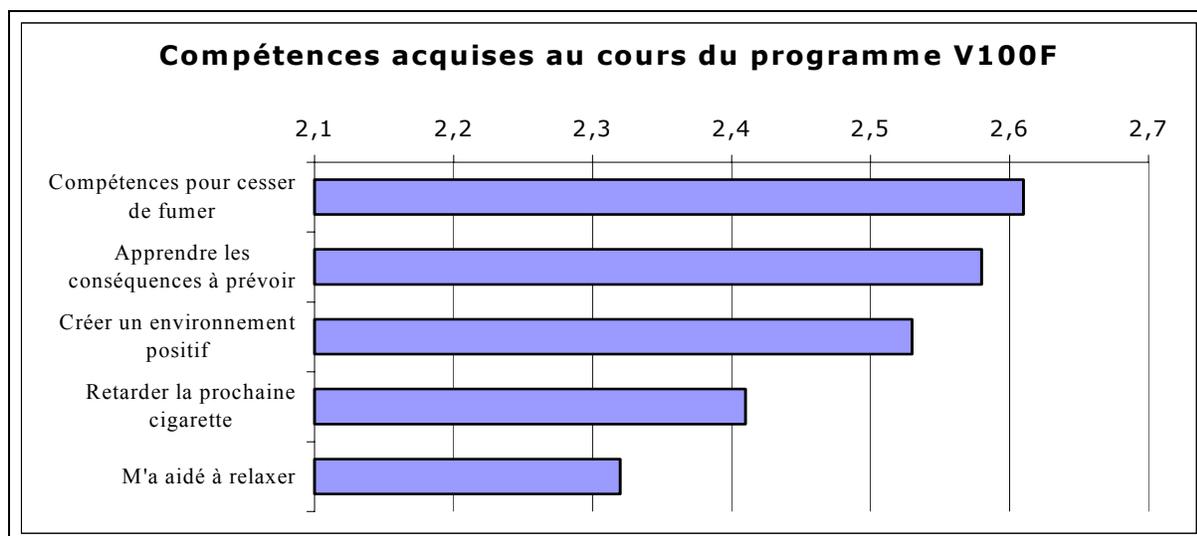
#### 4.4 Les jeunes participants au programme V100F ont-ils amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme?

##### 4.4.1 Compétences acquises au cours du programme V100F – perception des étudiants

On a demandé aux étudiants d'évaluer, sur une échelle de 1 à 3 (1 = pas du tout, 3 = beaucoup), à quel point le programme V100F les avait aidés à acquérir des compétences. Ils ont attribué une cote très élevée au niveau global de compétences qu'ils ont acquises au cours du programme. Ils ont accordé la cote la plus élevée aux compétences qu'ils ont acquises pour cesser de fumer, soit 2,61, ensuite au fait d'apprendre les conséquences à prévoir lorsqu'on cesse de fumer (2,58), et la marche à suivre pour créer un environnement positif pour soi (2,53). Ils ont attribué une cote moyenne (2,41) au fait d'apprendre comment retarder la prochaine cigarette, suivi de la

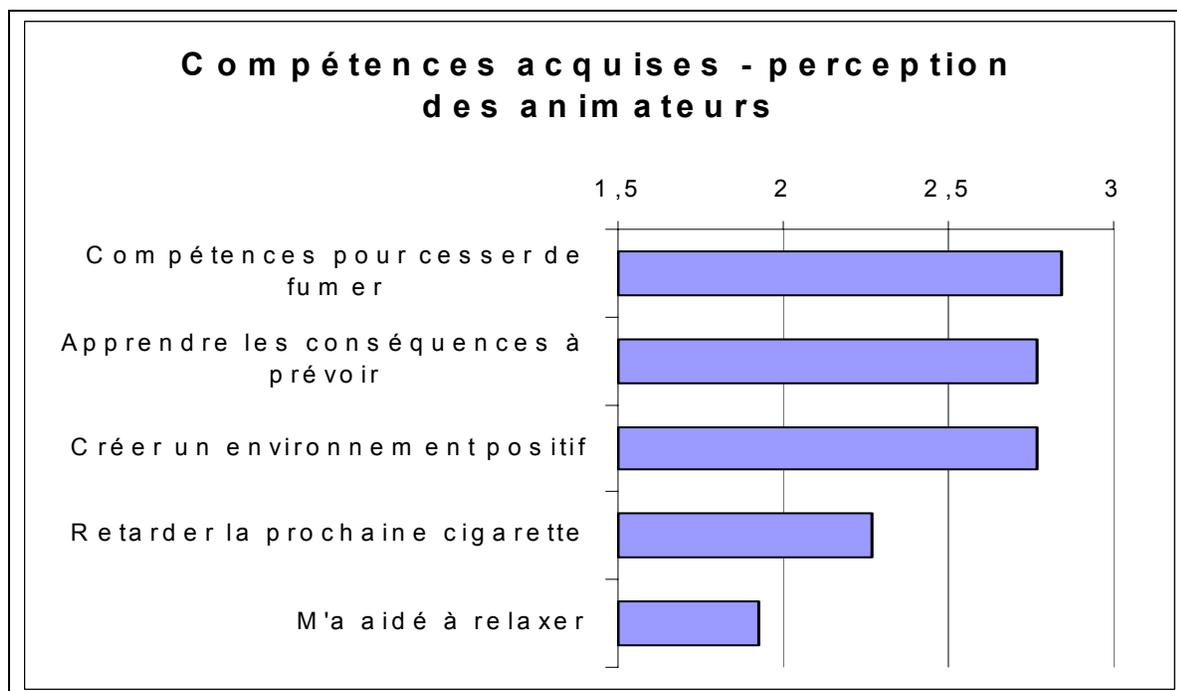
motivation à cesser de fumer et à rester sans fumer (2,32) et du fait de les aider à relaxer et à ne pas penser à fumer à la suite de chacune des séances (2,32)

**Figure 50**



#### 4.4.2 Compétences acquises au cours du programme V100F – perception des animateurs

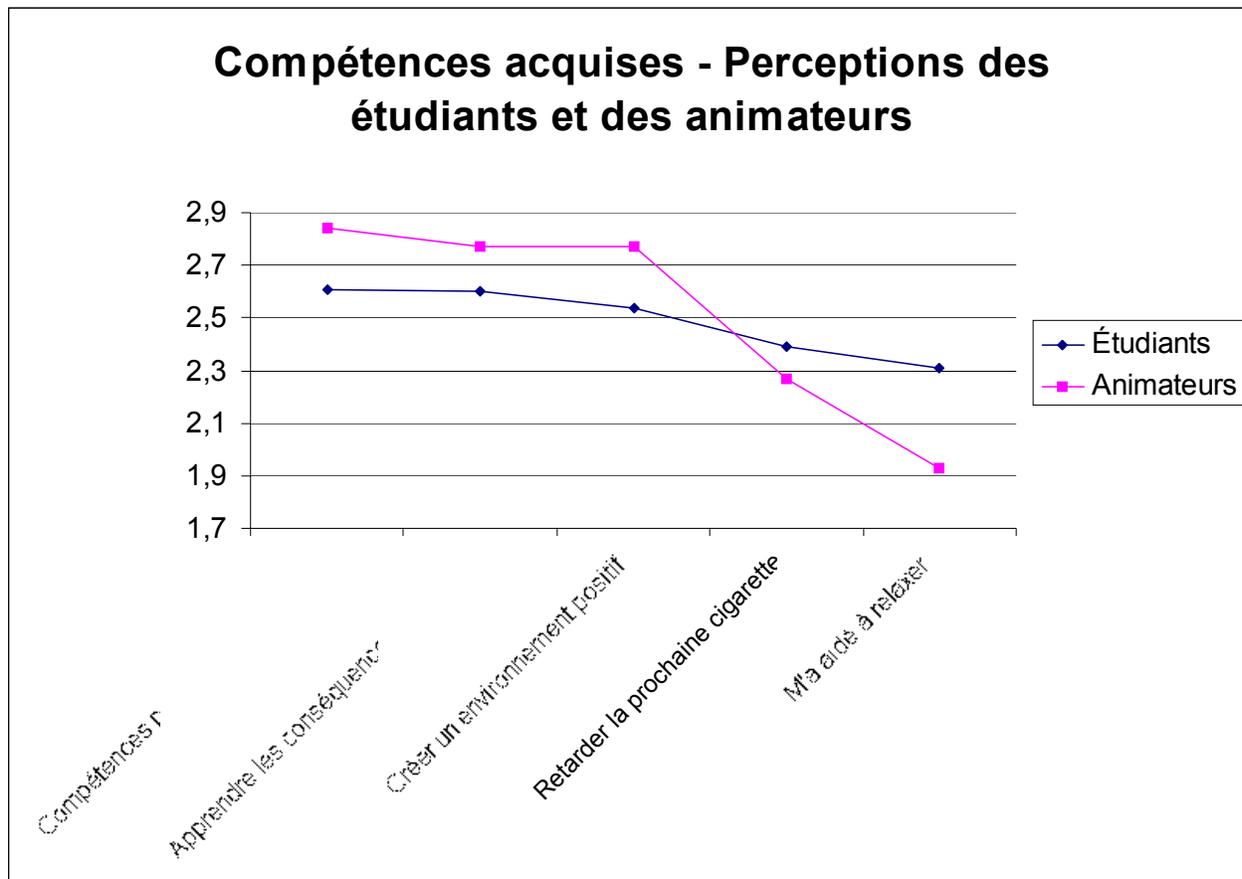
La modification du comportement est une composante importante du cadre conceptuel du programme V100F. Les animateurs jugent que le niveau de compétence des participants s'est beaucoup amélioré grâce au programme V100F et ont accordé à cet élément une cote moyenne de 2,47 sur une échelle à trois points (3 = beaucoup; 2 = un peu; 1 = pas du tout). Les éléments ayant reçu les cotes les plus élevées sont les suivants : acquisition de compétences pour cesser de fumer (2,84); information au sujet des conséquences à prévoir lorsqu'ils cessent de fumer (2,77); et leur donner des idées sur la façon de créer un environnement positif (2,77). Les animateurs croient que le programme a seulement un peu aidé (1,93) les participants à acquérir des compétences pour « relaxer et ne pas penser à fumer à la suite de chacune des séances ».

**Figure 51**

#### 4.4.3 Compétences acquises au cours du programme V100F – Comparaison des perceptions des animateurs à celles des étudiants

Les étudiants et les animateurs ont classé dans le même ordre les compétences acquises au cours du programme V100F. Le chevauchement des cotes attribuées par les animateurs et les étudiants indique que les animateurs ont réussi à transmettre correctement les principaux domaines de perfectionnement des compétences. En ce sens, le programme fonctionne bien. Par exemple, l'enseignement et l'apprentissage des compétences pour cesser de fumer constituent un des principaux domaines de perfectionnement des compétences du programme V100F. Par contre, l'acquisition de compétences en matière de relaxation ne faisait initialement pas partie des domaines prioritaires de perfectionnement des compétences de ce programme, mais il est ressorti des groupes de discussion et des entrevues qu'il s'agit d'une dimension importante.

Figure 52

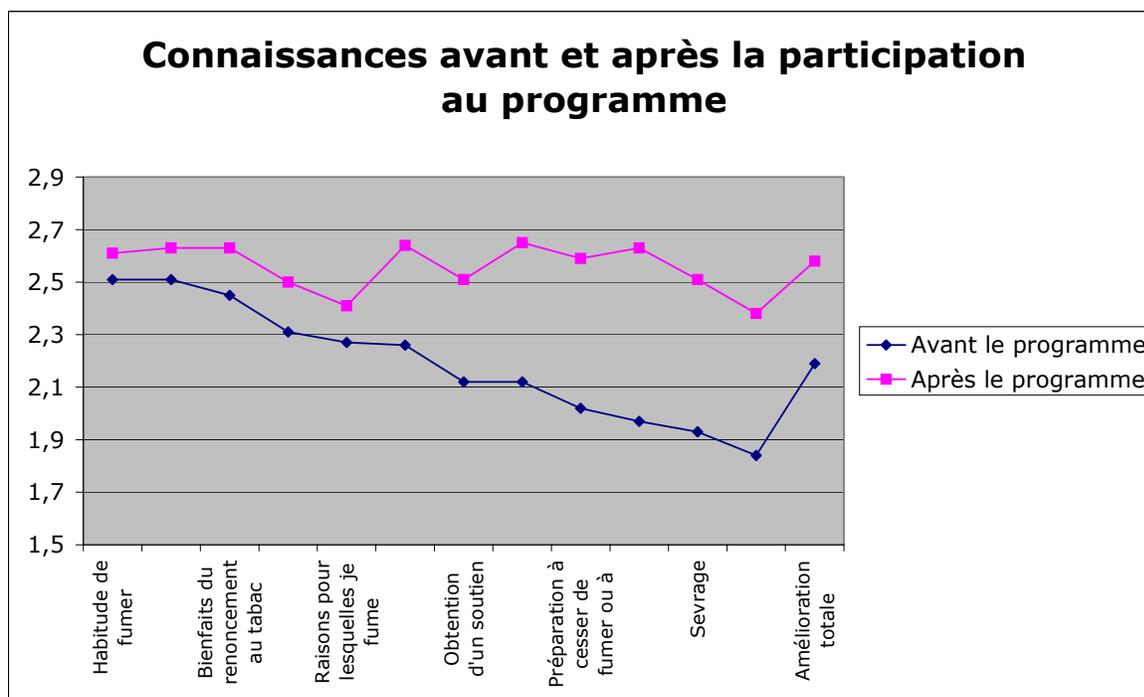


#### 4.4.4 Amélioration perçue des connaissances

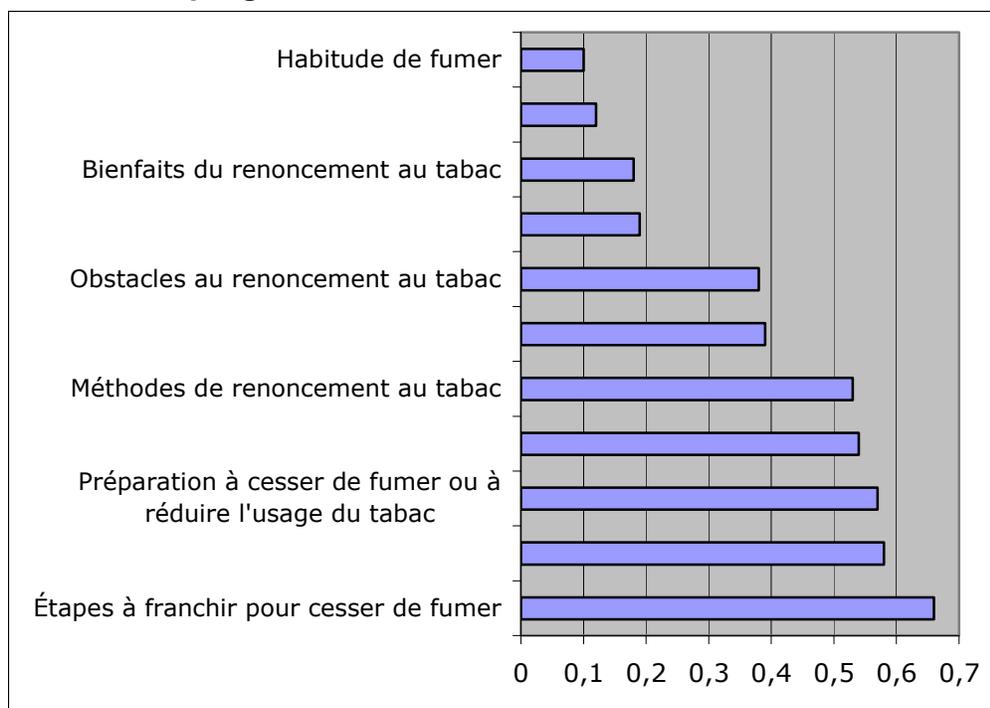
Les cotes attribuées avant et après le programme indiquent que les étudiants jugent que leurs connaissances s'étaient améliorées à la fin du programme dans tous les domaines. En moyenne, ils croient que leurs connaissances se sont surtout améliorées en ce qui a trait aux étapes à franchir pour cesser de fumer, ensuite en ce qui concerne le sevrage et la préparation à cesser de fumer ou à réduire l'usage du tabac. Viennent ensuite les connaissances relatives aux effets du tabagisme sur les femmes et les hommes, les méthodes de renoncement au tabac, l'obtention d'un soutien et les obstacles au renoncement au tabac. Les étudiants estiment que leurs connaissances se sont le moins améliorées en ce qui concerne la dépendance au tabac, les bienfaits du renoncement au tabac, les effets sur la santé, et l'habitude de fumer. Lors de l'enquête de base, de nombreux étudiants ont indiqué qu'ils connaissaient déjà très bien ces questions.

On n'a effectué aucun test de connaissances avant ou après le programme auprès des étudiants.

Figure 54



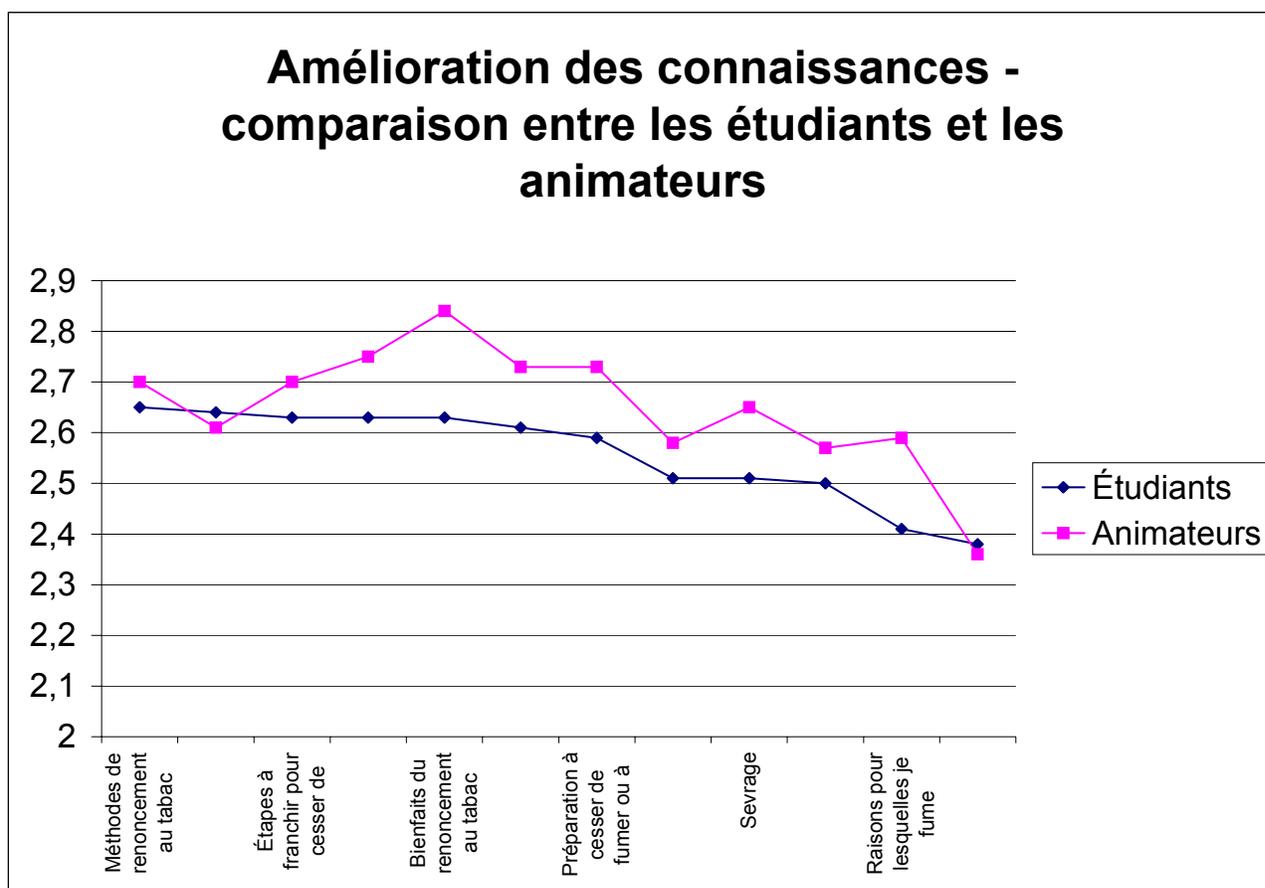
**Figure 55 Perception de l'amélioration des connaissances : Cotes moyennes attribuées aux connaissances avant et après la participation au programme**



#### 4.4.5 Comparaison des perceptions des étudiants à celles des animateurs concernant l'amélioration des connaissances

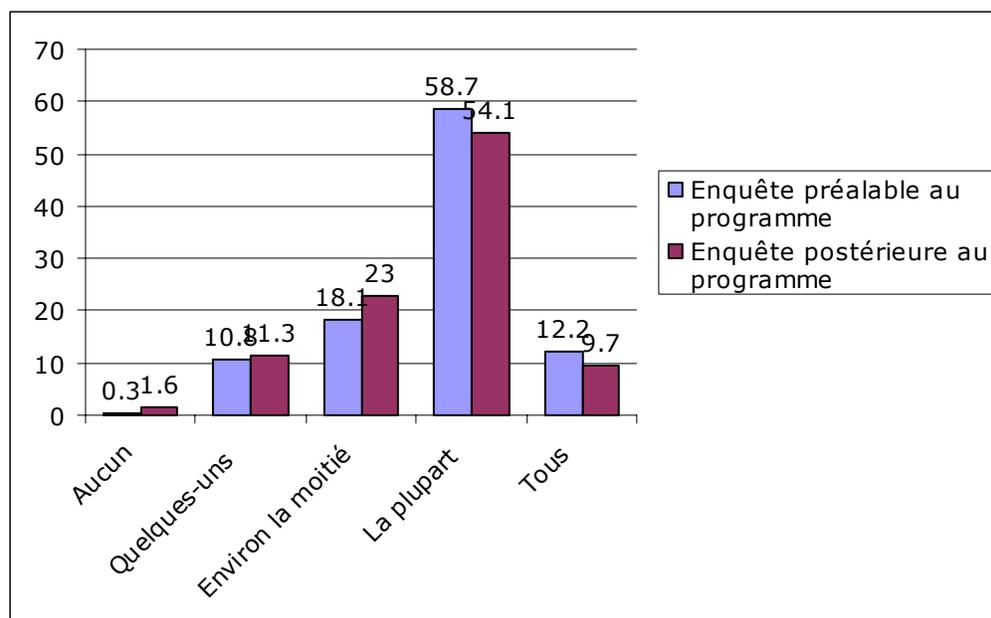
Il y avait un grand consensus entre les étudiants et les animateurs quant aux cotes moyennes qu'ils ont attribuées à l'amélioration des connaissances des participants. En général, les animateurs étaient un peu plus optimistes que les étudiants au sujet de l'ampleur de l'amélioration des connaissances de ces derniers concernant la plupart des éléments.

Figure 56



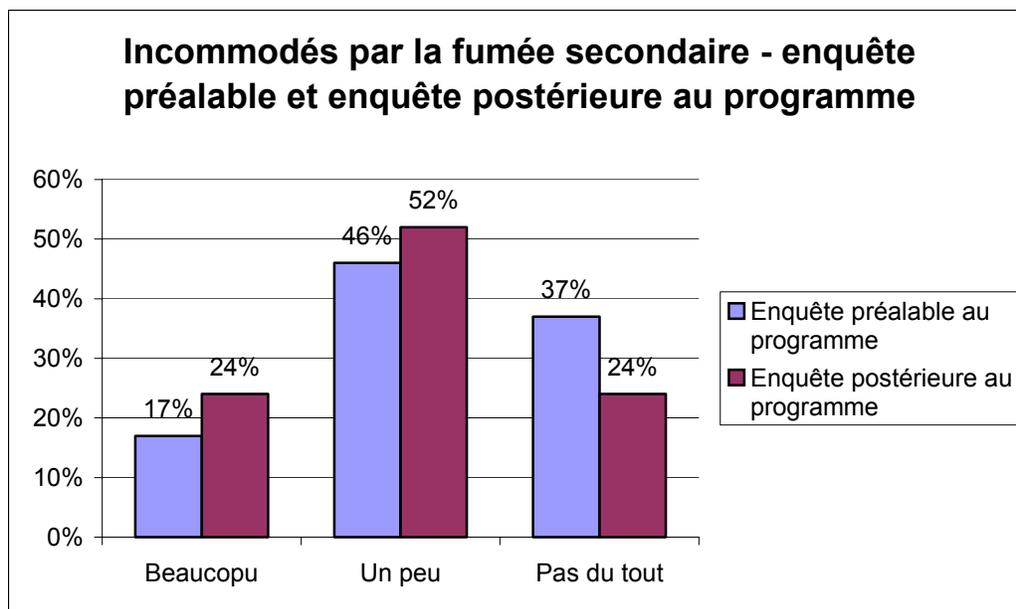
#### 4.4.6 Changement dans l'environnement de tabagisme des participants

Il se peut que la participation au programme V100F ait influé sur l'environnement de tabagisme des participants. Les participants ont signalé lors de l'enquête postérieure au programme que le nombre de leurs amis qui fument est moins élevé qu'il ne l'était lors de l'enquête de base. Au début du programme, 70,9 % des participants ont indiqué que la plupart ou la totalité de leurs amis étaient des fumeurs; à la fin du programme, ce pourcentage avait diminué légèrement, pour atteindre 63,8 %.

**Figure 57**

#### 4.4.7 Mesure dans laquelle les étudiants sont incommodés par la fumée secondaire

Un plus grand nombre d'étudiants étaient incommodés par la fumée secondaire à la fin du programme qu'au début de celui-ci. Le quart (24 %) d'entre eux étaient beaucoup incommodés à la fin du programme par comparaison à 17 % au début du programme. Cinquante-deux pour cent (52 %) des étudiants étaient un peu incommodés à la fin du programme et seulement 46 % d'entre eux l'étaient au début du programme. Plus du tiers (37 %) n'étaient pas incommodés du tout au début du programme tandis qu'à la fin du programme, seulement le quart (24 %) d'entre eux n'étaient pas incommodés du tout.

**Figure 58**

Les changements survenant dans l'environnement de tabagisme des participants (diminution du nombre d'amis qui fument, ou rencontre de nouveaux amis qui ne fument pas) ne constituent pas un critère de réussite du programme, mais on pourrait en tenir compte dans l'avenir. On pourrait en outre considérer l'intolérance accrue à l'égard de la fumée secondaire comme un indicateur de réussite du programme.

#### **4.4.8 Conclusion : Les jeunes participants au programme V100F ont-ils amélioré leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme?**

Les étudiants qui ont participé au programme V100F ont réussi à améliorer leurs compétences et leurs connaissances relatives au tabagisme. Les animateurs et les étudiants participants sont du même avis concernant les domaines dans lesquels ces derniers ont amélioré leurs compétences et leurs connaissances ainsi que l'ampleur de cette amélioration.

### **5. Suggestions : Comment pourrait-on améliorer le programme?**

#### **5.1 Aspects organisationnels du programme**

##### **5.1.1 Recrutement**

###### **Leçons retenues au sujet du recrutement :**

La documentation relative au renoncement au tabac chez les jeunes laisse entendre que les adolescents hésitent à participer à des programmes de groupe, et que cela n'est pas la méthode qu'ils privilégient pour cesser de fumer. Ceux qui décident de participer à un programme de groupe, cependant, sont généralement satisfaits du programme et le jugent utile. Le programme pilote Vie100Fumer ne fait pas exception.

Les rapports finaux des coordonnateurs des projets pilotes confirment que le recrutement a posé un défi dans la plupart des milieux. L'interprétation souple, et propre à chacun des projets pilotes, du programme a permis aux différents coordonnateurs et animateurs d'utiliser diverses techniques d'approche adaptées à des conditions particulières.

Les responsables d'un certain nombre de projets pilotes ont initialement tenté de recruter des étudiants à l'extérieur de l'école, mais la majorité des programmes ont été mis en œuvre dans des écoles. Certains coordonnateurs estiment, rétrospectivement, que les efforts déployés pour recruter des jeunes à l'extérieur des écoles et pour publiciser le programme au sein de la collectivité ont été une perte de temps. Les responsables qui ont exécuté le programme V100F sous forme de programme d'approche comportant de multiples activités offertes avec une certaine souplesse à tous les étudiants disponibles à l'extérieur du milieu scolaire, n'ont pas éprouvé les mêmes difficultés que ceux qui ont uniquement eu recours au recrutement dans les écoles. Il est intéressant de noter que les animateurs du programme V100F exécuté sous forme de programme d'approche sont des intervenants en toxicomanie auprès des jeunes, qui possèdent de l'expérience en matière d'approche communautaire auprès des jeunes.

On ne peut pas mesurer la réussite du recrutement exclusivement en fonction du nombre de personnes qui participent à un programme. Certains programmes offerts à l'école ont été décrits comme ayant très bien réussi en matière de recrutement, puisqu'ils ont atteint les étudiants qui avaient le plus besoin du programme et qui pouvaient en tirer profit, même si ces étudiants étaient peu nombreux. Dans certaines écoles secondaires, par exemple, le nombre réel de fumeurs est relativement restreint : un groupe de discussion a signalé que tous les fumeurs de l'école participent au programme – ils sont quatre au total!

Tel que décrit précédemment, les animateurs et les coordonnateurs ont utilisé un éventail de méthodes de recrutement standard. La plupart des étudiants avaient entendu parler du programme dans le cadre d'annonces à l'école, mais les responsables des projets pilotes qui ont connu la plus grande réussite ont aussi eu recours au recrutement par le bouche-à-oreille. Les relations positives déjà établies entre les adultes intéressés (enseignants, conseillers en orientation, infirmières de la santé publique, travailleurs sociaux dans les écoles) et les étudiants visés contribuent à l'efficacité de cette stratégie : si les étudiants connaissent un adulte et lui font confiance, ils réagiront de façon positive aux approches individuelles visant à les encourager à participer au programme V100F.

Le bouche-à-oreille fonctionne aussi horizontalement au sein de la population étudiante : un grand nombre d'étudiants avaient entendu parler du programme par leurs amis, et ont mentionné qu'ils y participaient en compagnie d'un ou de plusieurs amis. L'intégration d'un groupe d'étudiants qui sont des amis dans un programme V100F procure aux participants un réseau de soutien déjà établi, et peut aider à réduire les tentations du groupe social pendant qu'ils s'emploient à réduire l'usage du tabac et à cesser de fumer.

On a eu recours à des moyens novateurs d'encourager la participation au programme dans le cadre de plusieurs des projets pilotes, notamment un concours (« amène un ami et gagne un prix »), la distribution de gomme à mâcher, la promesse de petits incitatifs pour assister à la première séance, ou l'offre d'un déjeuner pendant les séances (de nombreux étudiants ont accueilli cette mesure de façon très positive). Le fait de trouver les endroits où les fumeurs se tiennent pendant l'heure du déjeuner ou après les cours, afin de les recruter sur le champ a été un autre moyen efficace de recruter les étudiants pour participer au programme.

Les autres méthodes de recrutement comprennent notamment la tenue de séances d'information ouvertes au cours desquelles on a fourni des détails aux étudiants au sujet du programme et/ou on leur a distribué la brochure qu'ils pouvaient conserver pour autogérer leurs tentatives de renoncement au tabac (on ne dispose d'aucune donnée à ce jour concernant la réussite relative de cette stratégie). On considère que les circulaires, les affiches et les annonces constituent tous des rappels utiles, en particulier lorsque la date et l'heure de la prochaine séance de groupe du programme V100F y sont indiquées.

Un petit nombre d'animateurs ont fait appel à des pairs conseillers ou des pairs animateurs engagés, qui avaient déjà participé au programme V100F ou à un autre programme de renoncement au tabac, pour appuyer le recrutement.

#### **Voici des obstacles au recrutement efficace :**

- Les affiches et la documentation ne sont pas disponibles aux moments idéaux;
- Les affiches ne fournissent pas de renseignements précis sur les séances (heure, lieu);
- Difficulté à repérer les animateurs bénévoles, au sein des écoles, qui ont le temps de procéder au recrutement et d'exécuter le programme;
- Craintes des étudiants que les séances de groupe comprendront trop de discussions « personnelles »;
- Les étudiants ne veulent pas manquer certains cours pour participer aux séances;
- La nécessité d'obtenir un « bon d'autorisation » pour manquer des cours afin de participer aux séances;
- Séances offertes par le biais du service d'orientation, identification comme étudiants « difficiles »;
- Le fait que les coordonnateurs ou les animateurs ne parlent pas la langue des responsables de l'administration scolaire.

#### **Suggestions pour améliorer le recrutement :**

- Travailler dans les écoles pour joindre les étudiants inscrits,
- Obtenir le soutien de personnes clés dans l'école (directeur, conseiller en orientation, infirmière de la santé publique, intervenants sociaux auprès des jeunes) pour appuyer le recrutement.
- Avoir recours à une combinaison d'activités d'approche comprenant la diffusion d'annonces, la distribution de circulaires, et la tenue de séances d'information.
- Joindre les fumeurs dans le cadre d'approches individuelles dans la mesure du possible : aller là où se trouvent les fumeurs.

- Faire participer des pairs engagés (idéalement d'anciens fumeurs) aux activités d'approche.
- Modifier la section sur le recrutement du guide de l'animateur afin d'y inclure des suggestions plus détaillées ainsi que les expériences vécues par les animateurs de programmes pilotes (voir le rapport technique).
- Remanier les affiches de façon à y ajouter un espace pour inscrire des renseignements précis sur les séances.

### 5.1.2 Inscription et admission

#### **Leçons retenues au sujet de l'inscription et de l'admission :**

Les responsables des différents projets pilotes ont utilisé différentes méthodes d'inscription. Comme nous l'avons décrit antérieurement, certains d'entre eux ont eu recours à une méthode très ouverte, offrant une « inscription » continue et lors de contacts impromptus; d'autres ont établi des dates d'inscription et de début fixes, et ont fermé le groupe jusqu'à la fin des séances. Les deux approches comportent des avantages, mais un groupe plus fermé semble être essentiel pour que le programme V100F fonctionne en tant que programme de groupe séquentiel de renoncement au tabac. Certains responsables des projets pilotes ont réglé cette question en établissant une « liste d'attente » d'étudiants intéressés qui ont été encouragés à s'inscrire à une deuxième séance du programme V100F.

Quelques animateurs ont évalué les étudiants avant de leur permettre de participer au programme V100F, afin de déterminer le « sérieux » avec lequel ils voulaient tenter de cesser de fumer. Certains animateurs ont constaté que des étudiants éprouvaient d'autres problèmes (p. ex., toxicomanies) et les ont incités à régler ces problèmes avant de tenter de cesser de fumer. (Nous ne sommes pas en mesure d'évaluer l'utilité ou la réussite de cette approche).

#### **Suggestions pour améliorer l'inscription et l'admission :**

- Assurer une souplesse propre à chacun des projets pilotes.
- On pourrait offrir une série de séances du programme V100F au cours d'une année scolaire afin d'intégrer à un programme séquentiel les participants qui s'inscrivent de façon tardive.
- Fournir la brochure du participant et/ou l'accès au site Web du programme V100F aux étudiants qui sont intéressés à cesser de fumer mais qui ne sont pas prêts à s'inscrire aux séances de groupe.
- Offrir des séances d'information ponctuelles en plus du programme de groupe; les participants qui assistent aux séances d'information seront peut-être plus intéressés à s'inscrire à la prochaine séance de groupe.

### 5.1.3 Taille des groupes et maintien de la participation

#### **Leçons retenues au sujet de la taille des groupes et du maintien de la participation :**

Le programme pilote offrait une souplesse considérable quant à la taille des groupes du programme V100F. Les tailles minimale et maximale des groupes étaient déterminées par les animateurs et variaient beaucoup au sein des projets pilotes et entre ceux-ci, afin de refléter les conditions locales et les préférences des animateurs.

En moyenne, les groupes comptaient douze participants au départ et sept d'entre eux participaient au programme jusqu'à la fin, mais il y avait d'importantes variations, qui reflétaient encore une fois les conditions particulières des différents projets pilotes (comme nous l'avons mentionné ci-haut, le nombre de fumeurs est en fait très restreint dans certaines écoles).

La participation au programme variait beaucoup d'un site à l'autre, et d'un groupe à l'autre. Certains animateurs ont établi des règles relatives à l'assiduité (p. ex. les participants qui manquaient plusieurs séances étaient expulsés du groupe). D'autres annulaient des séances du programme ou n'animaient pas de groupe, lorsque les participants semblaient être peu nombreux.

Afin d'améliorer l'assiduité et le maintien de la participation, certains animateurs ont utilisé des incitatifs à la participation (p. ex., tirage d'un bon-cadeau lors de chacune des séances). D'autres retraçaient les étudiants qui avaient manqué une ou deux séances, afin de savoir ce qui se passait et de les encourager à continuer de participer au programme.

Les données provenant des participants qui ont abandonné le programme sont insuffisantes pour bien comprendre les raisons qui les ont amenés à quitter le programme avant la fin. Plusieurs animateurs ont dit que la structure même du programme, dans le cadre de laquelle les participants visent à cesser de fumer vers la fin des dernières séances, peut avoir incité quelques étudiants à quitter le programme après leur date de renoncement, peut-être parce qu'ils croyaient avoir déjà atteint leurs objectifs.

### **Suggestions pour améliorer la taille des groupes et le maintien de la participation :**

- Afin de tenir compte des conditions particulières et des fluctuations dans la population de fumeurs et des personnes qui ont cessé de fumer dans chacun des sites des projets pilotes, il serait préférable de ne pas établir de taille minimale en ce qui concerne les groupes; toutefois, si un animateur travaille auprès d'un ou deux étudiants seulement, on ne devrait pas considérer ou évaluer le programme comme un programme de renoncement de groupe : on devrait plutôt reconnaître que dans ces cas, le programme V100F est offert à titre de programme de soutien individuel.
- Les groupes ne devraient pas compter, en général, plus de 15 participants afin de permettre la mise en application de tous les éléments participatifs du programme (y compris les discussions de groupe) et de faire en sorte que l'animateur dispose d'assez de temps pour porter attention aux plans individuels de modification du comportement de chacun des participants au groupe et de les appuyer.
- Une fois qu'un groupe commence à se réunir, il serait peut-être préférable de tenir des séances régulières même si le nombre d'étudiants qui se présentent à une séance particulière est restreint. Il est important que les animateurs manifestent leur engagement à l'égard des étudiants qui se présentent aux séances, et donnent suite

à leur motivation de cesser de fumer et de réduire l'usage du tabac, en poursuivant le programme.

- On pourrait insister davantage sur l'importance du maintien de la participation et du soutien offert une fois que la date de renoncement est atteinte, afin que les étudiants comprennent les bienfaits du maintien de la participation aux dernières séances du programme.
- Les animateurs devraient songer à offrir de courtes séances supplémentaires individuelles de « rattrapage » aux étudiants qui sont obligés de manquer une séance de groupe, afin d'éviter d'avoir à présenter la matière de nouveau inutilement.
- Le guide de l'animateur pourrait contenir plus de renseignements au sujet des taux types de maintien de la participation des adolescents aux programmes de groupe, afin d'aider les animateurs moins expérimentés à replacer les taux de maintien de la participation de leurs propres groupes dans leur contexte.

#### **5.1.4 Diversité des groupes**

##### **Leçons retenues au sujet de la diversité des groupes**

La plupart des groupes étaient formés de filles et de garçons d'âges divers. De façon générale, les animateurs étaient ouverts aux groupes mixtes d'âges divers. Ils estimaient que les garçons et les filles pourraient plus facilement apprendre les uns des autres et mieux se connaître dans un groupe mixte. La plupart des participants ont des amis des deux sexes, par conséquent, le fait de faire partie d'un groupe mixte les préparait mieux à faire face à leur milieu social au moment de réduire l'usage du tabac et de cesser de fumer.

Les préoccupations relatives au poids étaient le plus fréquemment soulevées par les filles, mais dans la pratique, la question du poids préoccupait aussi un grand nombre de jeunes hommes. Les garçons ont également tiré profit des renseignements sur la nutrition et l'exercice, sur lesquels on aurait peut-être moins insisté dans un groupe composé uniquement de garçons.

Les adolescents plus âgés (15 ans et plus) ont participé au programme dans une plus forte proportion que les adolescents de 14 ans et moins, ce qui reflète l'âge auquel ils commencent habituellement à fumer. Les animateurs ont souligné que les étudiants plus jeunes sont peut-être moins motivés à cesser complètement de fumer, et sont moins conscients de l'impact de la dépendance à la nicotine et du fait qu'il est de plus en plus difficile de cesser de fumer lorsqu'on fume depuis plus longtemps. Dans ces cas, la présence d'étudiants plus âgés dans le groupe a eu une incidence très positive, car ils sont la preuve vivante qu'il est de plus en plus difficile de cesser de fumer avec le temps, et qu'il devient de plus en plus coûteux de fumer davantage.

Dans un petit nombre de cas, les étudiants ont participé à des groupes mixtes au point de vue linguistique (p. ex., un groupe tenu en français, dans une école d'immersion en français, comprenait des francophones et des anglophones). Ils ont dit avoir trouvé

frustrant et difficile de travailler dans l'« autre » langue, en particulier lorsqu'il s'agissait de participer à des discussions ouvertes et de comprendre de la documentation complexe.

### **Suggestions pour améliorer la diversité des groupes :**

- À moins que les étudiants ne demandent expressément de participer à des groupes particuliers selon le sexe ou l'âge pour des raisons uniques, la participation aux groupes devrait être ouverte à tous les étudiants.
- Étant donné que le programme est fondé sur la tenue de discussions ouvertes entre les étudiants, ainsi que sur des travaux écrits, il faut porter attention à la langue dans laquelle les étudiants sont plus à l'aise pour travailler (qui n'est peut-être pas la langue « officielle » de l'école qu'ils fréquentent actuellement).

### **5.1.5 Établissement du calendrier des séances du programme V100F**

#### **Leçons retenues au sujet de l'établissement du calendrier des séances du programme V100F :**

Le programme pilote offrait toute la latitude voulue en ce qui a trait à l'établissement du calendrier, et les animateurs ont eu recours à un vaste éventail de formules afin de faciliter la participation des étudiants au programme dans la mesure du possible. Chacune des options comporte des avantages et des désavantages, que nous résumons ci-dessous.

Le groupe se réunit à l'heure du déjeuner : les séances durent de 45 minutes à une heure et le déjeuner est fourni; ou elles durent moins d'une heure, afin que les étudiants aient le temps de se rendre à leur prochain cours ou de déjeuner au préalable.

Avantage : la séance est intégrée à la période scolaire; les étudiants ne perdent pas de temps de classe; les membres d'un groupe d'amis ayant le même horaire peuvent rester ensemble; le fait de prendre des repas ensemble favorise la création de liens.

Désavantage : les étudiants veulent passer du temps avec leurs amis qui ne participent pas au programme; il n'y a pas de pause pour fumeurs prévue durant la journée scolaire; les étudiants sont réticents à renoncer à leur temps libre; à moins que le repas ne soit fourni, les étudiants ont besoin de temps pour acheter des aliments et manger avant la séance; il arrive souvent que les étudiants soient en retard à ces séances ou les manquent.

Le groupe se réunit durant le temps de classe : les étudiants obtiennent la permission de manquer des cours afin de participer au programme V100F; les réunions de groupes ont lieu à la même heure toutes les semaines; ou se tiennent selon un horaire tournant, afin que les étudiants ne manquent pas toujours le même cours toute les semaines.

Avantage : la séance est intégrée à la journée scolaire; les étudiants comprennent que le programme V100F est considéré important et assez « sérieux » pour qu'ils manquent du temps de classe; les étudiants ne sont pas obligés de renoncer à leur temps libre ou à passer du temps avec leurs amis; cela ne nuit pas au déjeuner et ne les empêche pas de participer à d'autres activités durant leur « temps libre ».

Désavantages : les étudiants perdent du temps de classe et doivent faire du rattrapage; certains enseignants ne veulent pas libérer les étudiants qui éprouvent des difficultés dans leur matière; certains enseignants ne reportent pas les examens et ne prévoient pas d'examens ni d'exercices de contrôle spéciaux pour les participants; les étudiants qui ne veulent pas manquer certains cours ne se présentent pas régulièrement aux séances du programme V100F; d'autres étudiants sont irrités par le fait que les fumeurs ont la permission de s'absenter du cours; l'établissement d'un horaire tournant crée des difficultés car les étudiants oublient la date de la prochaine séance; cela exige une grande souplesse au niveau du temps et de la disponibilité de l'animateur au cours des différentes périodes de la journée et de la semaine.

Les réunions de groupe se déroulent selon un horaire tournant : une séance a lieu durant l'heure du déjeuner, une autre a lieu durant le temps de classe afin d'établir un équilibre entre les avantages et les désavantages décrits ci-dessus. Les séances qui ont lieu durant l'heure du déjeuner durent 30 minutes; celles qui se déroulent durant le temps de classe durent 60 minutes.

Programme de groupe intégré au programme d'études sur la santé.

Avantages : le programme de groupe est intégré au plan de cours; aucune procédure bureaucratique supplémentaire n'est requise (p. ex., signature d'une formule de participation, obtention de la signature d'un enseignant pour avoir la permission de s'absenter d'un cours pour participer au programme).

Désavantages : les étudiants peuvent avoir l'impression d'être forcés à participer au programme, et des recherches ont démontré que les programmes obligatoires de renoncement au tabac ont échoué dans le passé; les étudiants risqueraient de rater une partie importante de la journée scolaire consacrée à l'activité physique, ce qui pourrait les inciter à continuer de fumer (les adolescents moins actifs ont tendance à fumer davantage); on peut adapter l'horaire des séances à d'autres parties du programme d'études sur la santé et/ou le comprimer.

Le groupe se réunit avant ou après les cours : Aucun des animateurs n'a utilisé cette option durant le programme pilote, mais certains ont discuté de cette possibilité. Les engagements à respecter après les cours, en particulier en ce qui a trait à un emploi, nuiraient à la participation; dans les écoles rurales, la nécessité de se déplacer en autobus limite toutes sortes d'activités parascolaires; l'option consistant à tenir les séances avant les cours serait également limitée par les préoccupations relatives au ramassage scolaire en plus de nécessiter une motivation considérable (les jeunes ne seraient peut-être pas motivés à se lever régulièrement plus tôt qu'à l'habitude pour participer à un cours de renoncement au tabac).

### **Suggestions pour améliorer l'établissement de l'horaire :**

- Il faut maintenir une souplesse suffisante pour permettre aux animateurs individuels de s'adapter à une situation particulière, en tenant compte des besoins des administrateurs, des enseignants et des étudiants et en mettant tout en œuvre pour intégrer le programme à la journée scolaire au lieu de l'offrir avant ou après les cours.

- Il faudrait fournir un repas aux étudiants au cours des séances de groupe prévues à l'heure du déjeuner, afin de pouvoir tenir des séances plus longues et d'accroître l'assiduité.
- Il faudrait demander à l'avance aux enseignants de s'engager à appuyer les participants au programme V100F, afin de pouvoir prendre des dispositions à l'avance concernant les examens et les devoirs sans imposer des pressions et un stress supplémentaires aux jeunes qui tentent de cesser de fumer.

### **5.1.6 Durée du programme et des séances**

#### **Leçons retenues au sujet de la durée du programme et des séances**

Le programme V100F comporte neuf séances d'une durée recommandée de 60 minutes chacune. Le guide de l'animateur recommande de fournir un soutien supplémentaire aux étudiants à la suite des neuf séances (dans la mesure du possible).

Dans la pratique, le nombre de fois où chaque groupe s'est réuni a varié considérablement au sein des projets pilotes et entre ceux-ci, allant de trois à 26 séances, la moyenne étant de 10,5 séances par groupe au cours d'une période de dix semaines. La durée de chacune des séances variait de 30 à 60 minutes. La plupart des étudiants et des animateurs étaient satisfaits de la durée des séances.

Plus de la moitié des animateurs et des étudiants jugent que la durée du programme (nombre de séances) était « parfaite ». Il est à souligner que cette évaluation est fondée sur une moyenne de 10,5 séances réellement tenues, plutôt que sur la série de seulement neuf séances initialement prévue. Sans égard au nombre de séances qu'ils ont réellement tenues, le tiers des animateurs et des étudiants estimaient qu'il y avait eu « un nombre insuffisant » de séances, tandis que très peu d'entre eux jugeaient qu'il y en avait eu « un trop grand nombre ».

Les animateurs étaient également conscients qu'un programme qui est trop long et comporte un trop grand nombre de séances pourrait être intimidant et dissuader les gens de tenter de le mettre en œuvre. Il pourrait être difficile de négocier des périodes libres avec les enseignants et les administrateurs pour tenir beaucoup plus de séances; il peut devenir impossible de gérer l'exécution du programme pour un enseignant ou un conseiller en orientation bénévole qui est déjà débordé par d'autres travaux.

#### **Suggestions pour améliorer la durée du programme et des séances :**

- Maintenir une certaine souplesse, afin de permettre aux animateurs et aux responsables des projets pilotes de tenir compte de conditions particulières lorsqu'il s'agit de déterminer la durée d'un programme de groupe donné.
- Prévoir un certain nombre d'activités de base, regroupées en dix séances, afin de fournir aux animateurs et aux étudiants une ligne directrice concernant le nombre de fois que le groupe est susceptible de se réunir.
- Offrir les dix séances de base avec souplesse, afin d'établir le calendrier en fonction de conditions particulières, mais veiller à ce que le programme dure au moins six semaines afin que les étudiants puissent acquérir des compétences et les mettre en pratique.

- Les séances d'une heure devraient être la norme, et offrir une certaine souplesse aux fins d'adaptation à des conditions particulières.
- Offrir des séances de suivi facultatives ou des moyens de prévoir des communications de suivi régulières avec les étudiants, en particulier si le programme de groupe dure moins de dix semaines.
- Établir le nombre de séances de suivi et la durée de celles-ci en fonction des besoins des étudiants; tenir compte des horaires d'examen, des vacances, et des événements scolaires spéciaux.
- Inclure un modèle de programme en vue d'une ou deux séances de suivi possibles, ainsi qu'une liste des activités possibles, dans le guide de l'animateur.

## **5.2 Rôle des animateurs**

### **Leçons retenues au sujet du rôle des animateurs**

Chaque profession apporte une approche et une perspective uniques au renoncement au tabac chez les jeunes. Le programme pilote a été mis en œuvre par des animateurs provenant de plusieurs milieux professionnels. Certains animateurs étaient des bénévoles; d'autres ont été embauchés expressément pour mettre en œuvre le programme pilote; d'autres encore (comme les enseignants, les infirmières de la santé publique) ont ajouté l'animation d'un groupe à leurs tâches professionnelles habituelles. Certains animateurs étaient « intégrés » aux écoles dans lesquelles les programmes étaient exécutés; d'autres travaillaient à partir des organismes responsables des projets pilotes. Certains animateurs ont aussi accompli des tâches de coordination; la plupart des animateurs oeuvraient relativement à l'écart des responsabilités quotidiennes liées à la coordination du projet pilote dans l'ensemble. L'expérience qu'ils possèdent en matière de questions relatives au tabac, de renoncement au tabac, et de travail auprès des jeunes variait également.

Dans l'ensemble, les coordonnateurs, les étudiants, et les animateurs eux-mêmes ont indiqué un ensemble de compétences et des connaissances particulières qu'il est important que les futurs animateurs possèdent, notamment : solide connaissance des questions relatives au tabac et plus particulièrement du renoncement au tabac chez les jeunes; compétences en matière d'animation de groupe; expérience et aisance en matière de travail auprès de ce groupe d'âge; capacité d'établir avec les jeunes des relations allant au-delà de la mise en œuvre du programme d'études; souplesse; et connaissance des besoins des étudiants.

Les étudiants participants ont insisté sur le fait que les animateurs doivent éviter de porter des jugements, et adopter une attitude positive, agréable, bienveillante et compréhensive. Le fait d'être un ancien fumeur accroît également la crédibilité des animateurs auprès des jeunes.

### **Suggestions pour améliorer l'animation**

- Élaborer un questionnaire d'auto-évaluation afin que les animateurs puissent évaluer leur connaissance du renoncement au tabac chez les jeunes. Fournir celui-ci dans le guide de l'animateur et/ou sur le site Web.
- Élaborer d'autre documentation sur l'animation et sur les qualités d'animateur qui sont utiles. Fournir cette documentation dans le guide de l'animateur et/ou sur le site Web.
- Élaborer des scénarios courants de soutien au renoncement au tabac chez les jeunes, afin de donner aux nouveaux animateurs l'occasion de perfectionner leurs compétences et de s'exercer à faire face aux questions susceptibles de se poser. Fournir ces scénarios dans le guide de l'animateur et/ou sur le site Web.
- Songer à offrir une courte séance de formation facultative aux nouveaux animateurs.
- Présenter des « faits saillants » sur les statistiques récentes relatives au tabagisme chez les jeunes, le renoncement au tabac, le travail auprès de ce groupe d'âge, ainsi que des conseils en matière d'animation, sur une « page de soutien aux animateurs du programme V100F » sur le site Web du programme V100F.

### **5.3 Concept du programme**

Dans l'ensemble, la majorité des participants, des animateurs et des étudiants étaient très satisfaits de nombreux aspects du programme.

#### **5.3.1 Approche du programme**

##### **Leçons retenues au sujet de l'approche du programme**

Les animateurs ont bien accueilli l'approche axée sur le comportement qui sert de fondement au programme, et ils étaient à l'aise à l'idée d'utiliser une approche planifiée de renoncement par étape. En général, les animateurs comprenaient l'importance de favoriser l'auto-efficacité et la motivation des étudiants et ont été en mesure de créer un climat propice à l'apprentissage et à l'autoévaluation des étudiants, tel que documenté dans les résultats des groupes de discussion et des enquêtes menés auprès des jeunes (voir l'annexe D – Rapport technique).

Les quatre étapes présentées dans la brochure du participant (« Prépare-toi mentalement; Fais marcher tes méninges; Cherche du soutien; et Prends-toi en main »), toutefois, n'ont pas toujours été bien comprises; elles n'étaient pas non plus clairement liées aux activités et aux séances du programme décrites dans le guide de l'animateur. On a également relevé des incohérences entre le guide de l'animateur et le site Web, en raison desquelles de nombreux animateurs ont eu de la difficulté à utiliser avec efficacité la documentation disponible sur le site Web.

##### **Suggestions pour améliorer l'approche du programme :**

- Assurer la mise en application uniforme des quatre étapes du programme dans le cadre de l'ensemble des activités et de la documentation du programme de marque

V100F (guide de l'animateur; brochure du participant; site Web; matériel publicitaire).

- Accroître les possibilités de démontrer et d'utiliser l'approche axée sur le comportement, y compris un nombre accru d'activités visant à encourager les étudiants à élaborer et à mettre en pratique des stratégies réalistes de renoncement au tabac par petites étapes, afin d'augmenter la probabilité de réussite des étudiants.
- Insister davantage sur l'importance de l'encouragement et du maintien d'une perspective positive comme concept central du programme.

### **5.3.2 Mise en œuvre du programme**

#### **Leçons retenues au sujet de la mise en œuvre du programme**

Les animateurs ont été capables, de façon constante, de mettre en œuvre tous les principaux éléments du programme qui sont décrits dans le programme d'études des neuf séances. La plupart d'entre eux ont tenu les séances selon l'ordre suggéré dans le guide de l'animateur. La façon dont les activités étaient présentées dans le guide a permis aux animateurs de varier l'ordre des séances dans une certaine mesure, et de transférer les activités d'une séance à une autre, afin de répondre aux besoins des étudiants et aux questions nouvelles.

Dans l'ensemble, les animateurs ont respecté le déroulement du programme : c'est-à-dire que les activités devant avoir lieu au début, à mi-chemin et à la fin du programme ont été exécutées à peu près au cours de la période prévue.

Dans le cas de la plupart des projets pilotes, de nombreux animateurs ont ajouté du contenu qui n'est pas présentement inclus dans le programme (p. ex., information sur le timbre à la nicotine, la fumée secondaire) ou ont élargi les activités afin de leur donner plus de poids dans l'ensemble du programme (p. ex., réduction du stress).

Ils ont en outre utilisé des incitatifs de façon très variée au cours des projets pilotes du programme.

#### Suggestions pour améliorer la mise en œuvre du programme

- Remanier le programme afin d'en faire un à dix séances offrant un choix d'activités pour chacune des séances, qui sont clairement liées à chacune des quatre étapes séquentielles.
- Inclure des suggestions pour assurer la souplesse de la mise en œuvre, ainsi que des idées sur les sources d'activités supplémentaires dans le guide de l'animateur.
- Encourager les animateurs à tenir compte des besoins de chacun des nouveaux groupes et à y répondre en ajoutant des activités ou en transférant des activités d'une séance à une autre, tout en respectant la séquence fondamentale du programme à quatre étapes.

### 5.3.3 Style du programme

#### Leçons retenues au sujet du style du programme de groupe

La plupart des animateurs et des étudiants ont apprécié le style du programme, qui comprenait une combinaison d'activités individuelles et d'activités de groupe; des discussions de groupe; et un soutien. L'approche participative a généralement bien fonctionné; les étudiants ont réagi de façon très positive en général à l'égard du travail en groupe et du soutien du groupe. Certains animateurs auraient aimé un style plus dynamique et pratique qui comprendrait moins de documents, moins de lecture et d'écriture, et qui favoriserait plutôt la tenue d'un nombre accru d'activités axées sur l'« action », comme essayer des activités auxquelles les participants pourraient s'adonner au lieu de fumer.

Les animateurs qui travaillaient auprès d'étudiants possédant un faible niveau d'alphabétisation ont converti certaines activités en jeux de rôles actifs, dans le cadre desquels les étudiants pouvaient faire l'expérience de diverses situations au lieu de les mettre par écrit.

Le fait que l'on s'attende à ce que les participants exécutent des tâches à l'extérieur de la séance de groupe pose un problème dans le cas des séances tenues pendant la période scolaire, car toutes ces tâches semblent être des « devoirs ». Les étudiants avaient tendance à oublier ou à éviter de faire les « devoirs », en particulier lorsqu'ils devaient fournir des réponses par écrit. Tous les participants jugent qu'il faudrait réduire au minimum ce type de travaux personnels ou les éliminer complètement.

Certains groupes ont réduit les travaux personnels à quelques activités clés, comme remplir le formulaire de suivi ou faire signer le formulaire d'engagement à fournir un appui. Les différents animateurs et étudiants ont répondu différemment à la question relative à l'efficacité avec laquelle ces tâches ont été accomplies ainsi qu'à leur utilité.

Certains étudiants et animateurs ont établi une distinction entre les « devoirs » et les autres activités exécutées à l'extérieur des cours, comme s'efforcer de réduire l'usage du tabac entre les séances, mettre en pratique les compétences en matière de renoncement au tabac, et planifier de réduire l'usage du tabac en recourant à une approche graduelle.

#### Suggestions pour améliorer le style du programme

- Maintenir le style participatif et interactif du programme.
- Encourager la tenue d'activités qui favorisent un sentiment d'appui de la part du groupe.
- Inclure des activités de rechange qui pourraient remplacer une activité axée sur l'écriture, dans le guide de l'animateur (p. ex., jeux de rôles).
- Réduire au minimum les tâches écrites à exécuter entre les séances.
- Éviter de décrire comme étant des « devoirs » les tâches à exécuter entre les séances pour se conformer à un plan de renoncement au tabac.

## 5.4 Contenu du programme

### Leçons retenues au sujet du contenu du programme

En général, la plupart des animateurs ont couvert les principaux volets du programme tel que suggéré dans le guide de l'animateur (voir l'annexe 3 – Section du rapport technique). De nombreux groupes ont passé du temps supplémentaire à s'exercer à cesser de fumer.

Les animateurs et les étudiants ont mentionné le plus souvent la nécessité d'étoffer le contenu du programme concernant le stress et la gestion du stress. Un grand nombre d'animateurs ont ajouté du contenu, notamment les sujets suivants :

- Réduction du stress (yoga);
- Mise en pratique des compétences en matière de réduction du stress;
- Alcool et participation à des fêtes;
- Modes de vie sains;
- Nutrition et poids;
- Activité physique;
- Fumée secondaire;
- Faire face à l'environnement de tabagisme à la maison;
- Ennui, que faire au lieu de fumer;
- Théorie du choix;
- Modèle des étapes du changement;
- Faire face aux sentiments éprouvés lors du renoncement au tabac;
- Toxicomanie;
- Grossesse chez les adolescentes;
- Relations sexuelles (pas seulement la problématique homme-femme) et tabagisme;
- Santé et tabagisme (p. ex., capacité pulmonaire).

Presque tous les groupes ont inclus au moins un film durant le programme et/ou ont invité une personne-ressource à présenter des renseignements supplémentaires ou à parler de sa propre expérience en matière de tabagisme et de renoncement au tabac, et de l'effet que le tabagisme a eu sur sa vie. Un grand nombre d'étudiants ont mentionné que la présentation du film ou l'exposé de la personne-ressource a été une des expériences les plus mémorables du programme.

### Suggestions pour améliorer le contenu du programme :

- Inclure une séance supplémentaire sur le stress et la relaxation, assez tôt dans le programme.
- Ajouter au contenu du programme des sujets que les animateurs pourront décider d'aborder au besoin. Voici les domaines prioritaires : alcool, marijuana, nutrition et poids, activité physique, fumée secondaire, faire face à un environnement de tabagisme à la maison.
- Inclure un film et une discussion sur celui-ci dans le programme (fournir une liste de films recommandés dans le guide de l'animateur et/ou sur le site Web).
- Inviter une personne-ressource ou un conférencier plus tôt dans le programme, mais prévoir une certaine souplesse afin de pouvoir choisir une personne-ressource

disponible en fonction des intérêts des participants et du déroulement du programme.

#### 5.4.1 Incitatifs

##### **Leçons retenues au sujet des incitatifs**

Aux fins d'exécution du programme pilote, la plupart des responsables des projets pilotes du programme Vie100Fumer ont compté sur des ressources supplémentaires pour acheter un certain nombre d'« incitatifs ». Quelques animateurs ont mis le programme en œuvre sans utiliser d'incitatifs; d'autres ont obtenu de petits budgets auprès des conseils scolaires ou des bons-cadeaux auprès d'entreprises locales.

La plupart des animateurs ont utilisé au moins un des incitatifs suivants :

- aliments, en particulier lorsque les séances avaient lieu à l'heure du déjeuner;
- récompenses, comme des bons-cadeaux ou des coupons;
- articles de trousse d'adaptation comprenant des sucettes, des balles anti-stress, de la gomme à mâcher et des bonbons;
- fête à la fin du programme, joutes de quilles, repas au restaurant.

La plupart des animateurs étaient d'avis qu'il serait difficile de mettre le programme en œuvre sans avoir recours à des incitatifs. Par contre, certains animateurs qui avaient mis le programme en œuvre trois fois ont conclu que l'on pourrait réduire considérablement les incitatifs et ont aussi suggéré qu'il faudrait être plus sélectif dans la conception des incitatifs individuels. Par exemple, ce ne sont pas tous les étudiants qui utilisent les balles anti-stress ou qui aiment les sucettes.

##### **Suggestions pour améliorer les incitatifs**

- Inclure des idées sur la façon d'exécuter le programme à l'aide d'incitatifs mais sans budget, dans le guide de l'animateur.
- Encourager les idées créatives concernant les types d'incitatifs que l'on peut offrir sans financement (p. ex., certificats de participation; reconnaissance publique).
- Dresser la liste des moyens possibles d'obtenir les « ingrédients » essentiels d'une trousse d'adaptation (p. ex., solliciter des dons auprès des entreprises locales, des associations parents-écoles, s'adresser à d'autres organismes communautaires).

#### 5.4.2 Établir la date de renoncement au tabac

##### **Leçons retenues au sujet de l'établissement de la date de renoncement au tabac**

Les animateurs n'étaient pas certains du moment idéal pour établir la date de renoncement au tabac. La plupart d'entre eux ont fait preuve de souplesse à cet égard, tenant compte de l'état de préparation des étudiants et de la nécessité de les convaincre de choisir une date ou de les motiver à le faire. Quelques animateurs ont évité d'établir une date de renoncement, parce que leurs étudiants réussissaient à réduire l'usage du tabac. Certains étudiants considéraient que leur « date de renoncement au tabac » correspondait à la fin du programme de groupe et ne sont pas revenus par la suite.

### **Suggestions pour améliorer l'établissement de la date de renoncement au tabac**

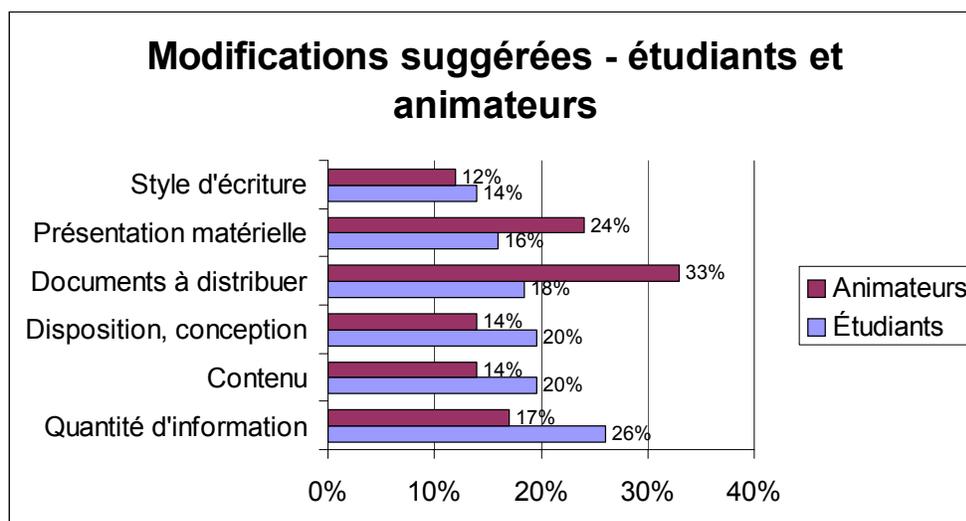
- Maintenir l'établissement de la date de renoncement au tabac à titre d'élément important du programme.
- Souligner les avantages afférents à l'établissement d'une date de renoncement au tabac.
- Encourager les étudiants à établir la date de renoncement au tabac assez tôt dans le cadre du programme pour pouvoir recevoir un soutien continu après avoir cessé de fumer.

## **5.5 Documentation du programme**

### **Leçons retenues au sujet de la documentation du programme**

Étant donné que l'évaluation de la documentation du programme fait partie des objectifs spécifiques de la présente évaluation, on a demandé aux étudiants et aux animateurs d'indiquer, en détail, ce qu'ils modifieraient afin d'améliorer la documentation du programme V100F. Approximativement deux étudiants et animateurs sur trois ne modifieraient rien. Un nombre plus élevé d'animateurs souhaitaient que l'on modifie les documents à distribuer et la présentation matérielle, tandis qu'un nombre plus élevé d'étudiants que d'animateurs désiraient que l'on modifie la quantité d'information (aucune précision n'a été fournie à ce sujet : inclure davantage ou moins d'information); la disposition et la conception, et le style d'écriture.

**Figure 59**



Les animateurs et les étudiants ont aimé la documentation du programme et ne voulaient pas que l'on y apporte beaucoup de modifications (voir le rapport technique, section III). Le tiers des animateurs souhaitaient que l'on modifie les documents à distribuer, et le quart des étudiants voulaient que l'on modifie la quantité d'information, et le cinquième d'entre eux étaient d'avis que l'on devrait modifier la disposition et la conception.

Les animateurs ont fait remarquer que le guide, les brochures destinées aux étudiants et l'information diffusée sur le site Web du programme V100F n'étaient pas présentés de façon uniforme. Cette situation créait de la confusion lorsqu'il s'agissait de diriger les étudiants vers la brochure ou le site Web pour aborder certaines parties du contenu ou de les encourager à étudier l'information.

### **Suggestions pour améliorer la documentation du programme en général**

- Assurer l'uniformité entre le guide, la brochure et le site Web.
- Modifier les documents à distribuer et les rendre plus attrayants.
- Modifier les brochures destinées aux étudiants (voir ci-dessous).

#### **5.5.1 Guide de l'animateur**

##### **Leçons retenues au sujet du guide de l'animateur**

La plupart des animateurs étaient très satisfaits du guide de l'animateur. Ils le jugent clair et convivial, et en apprécient la longueur. Ils considèrent que les documents à distribuer (les originaux fournis à la fin du guide) ne sont pas attrayants. Ils auraient en outre préféré que tous les documents à distribuer soient inclus dans le guide de l'animateur au lieu d'être offerts en partie sur le site Web, parce que certains d'entre eux n'avaient pas accès au site Web du programme V100F ou étaient incapables de télécharger les documents à partir de celui-ci. Les animateurs ont fait un certain nombre de suggestions, que nous résumons ci-dessous.

##### **Suggestions pour améliorer le guide de l'animateur :**

- Étudier les avantages d'ajouter du contenu par rapport à la possibilité de nuire à la convivialité actuelle du guide : un guide trop volumineux, général et détaillé risque de ne pas être considéré « accessible ».
- Modifier la section sur le recrutement en tenant compte des suggestions des animateurs des projets pilotes.
- Inclure une « foire aux questions » pour expliquer plus en détail les aspects organisationnels de la mise en œuvre du programme.
- Inclure un questionnaire d'auto-évaluation sur le renoncement au tabac chez les adolescents à l'intention des animateurs.
- Fournir une section offrant quelques idées sur les façons de « casser la glace ».
- Inclure une liste de vidéos, en indiquer la disponibilité et la langue, et expliquer brièvement le contenu qui y est abordé.
- En plus des activités supplémentaires suggérées et des séances « axées sur le choix » (voir 3.3), inclure des idées plus interactives, des jeux, des jeux de rôles, des jeux-questionnaires, et des activités amusantes.
- Inclure toutes les activités dans le guide (à l'heure actuelle, certaines activités sont disponibles uniquement sur le site Web).

- Offrir des activités de rechange aux activités « papier-crayon », en particulier en ce qui concerne les étudiants dont le niveau d’alphabétisme est inférieur et qui sont plus orientés vers le travail pratique.
- Fournir une présentation PowerPoint sur les faits relatifs à la santé.
- Adapter la terminologie française afin d’en assurer l’utilisation constante à l’échelle du pays.

### 5.5.2 Brochure du participant

#### Leçons retenues au sujet de la brochure du participant

Les étudiants n’ont pas fourni beaucoup de rétroaction détaillée sur la brochure du participant, sauf pour ce qui est de dire de façon générale qu’elle est utile. Dans le cadre des groupes de discussion, plusieurs d’entre eux ont déclaré que la brochure leur plaisait, qu’elle s’était révélée utile au cours du programme de groupe, mais qu’ils ne l’avaient pas utilisée souvent à l’extérieur du programme ou ne l’avaient pas consultée depuis ce temps. Plusieurs animateurs et certains étudiants ont fait remarquer que les photographies ne représentent pas les étudiants fumeurs qui participent actuellement au programme (p. ex., ils sont trop âgés; ont trop l’air en santé; ne sont pas assez « grungy »). Certains animateurs ont indiqué que le niveau d’écriture est trop élevé, et que l’on pourrait utiliser un style plus simple.

Il a été plus facile pour les étudiants de suivre le contenu présenté au moyen de courtes phrases sous forme de listes à puces plutôt qu’en de longs paragraphes.

#### Recommandations

- Veiller à ce que les images représentent mieux la population actuelle de fumeurs adolescents.
- Remanier la brochure de façon à y intégrer davantage d’espaces en blanc (espace pour griffonner ou rédiger un journal) afin que les étudiants puissent consigner leurs commentaires et « s’approprier la brochure ».
- Revoir et abaisser le niveau de lecture.
- Revoir le style, présenter le contenu au moyen de courtes phrases sous forme de listes à puces plutôt qu’en de longs paragraphes.

### 5.5.3 Guide d’évaluation

#### Leçons retenues au sujet du guide et des outils d’évaluation

Les animateurs jugent que le guide d’évaluation est très utile et facile à suivre. Les enquêtes d’évaluation étaient trop longues, en particulier l’enquête postérieure au programme menée auprès des étudiants.

Lors de l’analyse des données, nous avons constaté qu’un petit nombre de questions n’avaient pas été bien comprises et peuvent être reformulées (voir l’annexe).

Les données démographiques ont été recueillies uniquement dans le cadre de l’enquête de base parce qu’il était prévu que l’on encouragerait tous les étudiants à répondre à une enquête de base à leur arrivée au programme. Dans la pratique, un certain nombre d’étudiants ont répondu seulement à l’enquête postérieure au programme. La question relative à l’origine ethnique figurant dans les enquêtes initiales

des projets pilotes n'est pas incluse dans la version actuelle des outils, ce qui limite l'interprétation de certaines données démographiques.

À l'heure actuelle, les outils d'évaluation permettent uniquement d'évaluer les perceptions des étudiants concernant l'amélioration de leurs connaissances et de leurs compétences; ils ne permettent pas d'évaluer les connaissances réelles que les étudiants possédaient avant et après leur participation au programme.

### **Suggestions pour améliorer le guide et les outils d'évaluation**

(s'il est prévu d'utiliser de nouveau ces outils dans le cadre d'une évaluation plus complète du programme)

- Revoir périodiquement les questions relatives à l'habitude de fumer afin d'en assurer l'uniformité avec les autres outils d'évaluation utilisés par Santé Canada (p. ex., ESUTC, enquête sur le tabagisme chez les jeunes, outils d'établissement de profil actuellement en cours d'élaboration à des fins de diffusion sur le site Web).
- Réviser les enquêtes d'évaluation afin de modifier les questions qui ont donné lieu à des réponses manquant de clarté ou de cohérence (voir l'annexe).
- Inclure des questions d'ordre démographique dans les enquêtes de base et postérieures au programme.
- Songer à inclure un bref test de connaissances préalable et postérieur au programme visant les étudiants au lieu de se fier à l'autodéclaration de l'amélioration perçue des connaissances.
- Raccourcir les enquêtes.

#### **5.5.4 Site Web**

##### **Leçons retenues au sujet de l'utilisation du site Web du programme V100F dans le cadre du programme de groupe**

Le guide de l'évaluateur recommande d'utiliser le site Web tout au long du programme. La plupart des animateurs ont été incapables de le faire parce qu'ils n'ont pas eu accès à des ordinateurs au cours du programme. À la fin du programme, seulement la moitié des étudiants connaissaient l'existence du site Web du programme V100F et seulement le cinquième d'entre eux l'avaient utilisé.

Les animateurs qui ont utilisé le site Web du programme V100F l'ont trouvé très utile et ont signalé que les étudiants avaient apprécié la séance au cours de laquelle ils avaient accédé à ce site Web. Toutefois, les animateurs ont dit que les étudiants considéraient que les histoires des quatre personnages racontées sur le site n'étaient pas réalistes. De nombreux animateurs ont également signalé qu'ils avaient téléchargé des renseignements de base supplémentaires qu'ils ont utilisés au cours du programme (p. ex., en ce qui concerne le timbre à la nicotine).

##### **Suggestions pour améliorer l'utilisation du site Web du programme V100F dans le cadre du programme de groupe**

- Veiller à ce qu'il soit possible de mettre le programme en œuvre sans avoir à accéder au site Web, étant donné que les écoles et les animateurs ne sont pas tous en mesure d'utiliser un ordinateur.
- Veiller à ce que le site Web corresponde au contenu du guide de l'animateur et de la brochure du participant.

- Continuer de suggérer d'utiliser le site Web du programme V100F à titre d'option facultative.
- Réviser les histoires des jeunes et idéalement, utiliser des exemples concrets.
- Suggérer que les animateurs informent les étudiants de la disponibilité du site Web.
- Inclure une section destinée aux animateurs sur le site Web, comprenant toute l'information contenue dans le guide de l'animateur et le guide d'évaluation, ainsi que des ressources, des conseils et des liens supplémentaires.