

Le tabagisme coûte cher AUX ENTREPRISES

▶ La cigarette coûte près de 2.000 euros par an et par travailleur à une entreprise

▶ Entre vingt et vingt-cinq pour cent de la population fument aujourd'hui en Belgique. Un chiffre stable depuis plus de dix ans malgré les multiples mesures pour inciter les gens à arrêter la cigarette. *"L'augmentation du prix des paquets en Belgique ne dissuade pas vraiment les consommateurs. Les ajustements sont beaucoup trop faibles pour avoir un réel impact"*, regrette Martial Bodo, tabacolo-

gue et psychologue de l'institut Bordet. Une situation globale qui est toutefois meilleure que dans les années soixante, mais qui reste problématique.

Et les entreprises en savent quelque chose. Chaque travailleur fumeur leur coûte près de deux mille euros par an. Du côté des sociétés belges, on reste donc préoccupé par le tabagisme. Preuve en est, le nombre d'établissements qui organisent des formations pour aider leurs travailleurs à

arrêter. L'institut Bordet s'occupe d'une vingtaine d'entreprises par an. Un chiffre conséquent puisque chaque programme dure plus d'un an. *"Ça prend du temps. C'est un travail de longue haleine. Avec ma collègue, on n'arrête pas de travailler. C'est une thématique pour laquelle il y a un intérêt. Ce n'était absolument pas le cas avant. Les entreprises ont pris conscience de l'importance de lutter contre le tabac"*, explique Martial Bodo.

UN INTÉRÊT qui a vraiment démarré en 2005 avec l'arrêt royal sur l'interdiction du tabagisme dans les bureaux. La cigarette n'est depuis plus autorisée sur les lieux de travail, mais aucune sensibilisation obligatoire au tabac n'est prévue dans les textes. *"Même si les entreprises ne sont pas forcées d'organiser des programmes, globalement, elles ont conscience qu'accompagner les travailleurs est essentiel. On a eu un pic incroyable il y a dix ans, quand la loi a été promulguée. Une septantaine d'entreprises nous ont alors contactés"*, raconte Martial

Bodo. L'institut Bordet avait dû mettre en place des listes d'attente de six mois à l'époque pour assurer le suivi.

Aujourd'hui, la tendance s'est un peu estompée même si la demande reste forte. Certaines organisations pensent même à remettre en place ces initiatives comme par exemple la zone de police de Bruxelles capitale-Ixelles. *"Ça sera la deuxième fois qu'on réalise le programme de sevrage au tabac. Je le sais très bien puisque j'ai fait partie du tout premier dans les années 2000 en tant qu'organisateur et participant. C'était vraiment innovant pour nous. Cependant, il n'y avait pas un énorme engouement auprès des policiers à l'époque"*, raconte Jean-Louis Vanroelen du service du personnel. Les programmes de sevrage permettent donc aux entreprises d'aider leurs travailleurs à stopper la cigarette. Le tabagisme cause encore aujourd'hui environ vingt pour cent des décès chez nous.

Richard De Wulf

50 POUR CENT DE RÉUSSITE pour un sevrage en groupe

► La fondation Bordet organise des programmes qui durent 13 mois

► La sensibilisation en entreprise n'est pas la seule possibilité pour arrêter la cigarette. Il est toujours possible d'y arriver seul ou avec un tabacologue de façon individuelle. Les programmes de sevrage au sein des sociétés restent malgré tout la meilleure chance d'en finir avec le tabagisme. Le taux de réussite peut atteindre cinquante pour cent. "C'est un résultat qui peut paraître léger à première vue. On doit absolument le mettre en perspective. En moyenne, le taux de réussite quand on essaie d'arrêter seul est de cinq pour cent. Notre approche dans les entreprises fonctionne donc bien", explique Martial Bodo, tabacologue et psychologue à l'institut Bordet.

MAIS IL S'AGIT D'UN processus long. Chez Bordet, il dure treize mois. Une période importante

qui permet de travailler sur le fond du problème. "Arrêter de fumer, c'est facile. Le plus compliqué, c'est de s'y tenir. C'est pourquoi, nous avons mis en place une formation longue pour prévenir des rechutes", expose Martial Bodo.

Le programme se déroule en trois étapes. Le premier mois est dédié à la prévention pour préparer les participants à avoir tous le même rythme. "On les incite à continuer à fumer et ne pas s'arrêter. On les prépare vraiment vivre une expérience de groupe."

Un effet miroir qui permet aux travailleurs d'être ensemble dans le défi. Un atout important pour ne pas abandonner, alors que le risque de reprise de la cigarette est énorme lors de la première année. "C'est pour ça que nous avons deux étapes supplémentaires. Pendant trois mois, il y a une période de désintoxication où ils apprennent à se passer du tabac. Ensuite, la phase de consolidation est aussi essentielle. Pendant neuf mois, on prépare les participants à vivre sans cigarette et sans nous", raconte Martial

Bodo.

Une initiative qui a un coût pour les entreprises puisqu'une formation pour maximum dix personnes coûte 2.000 euros. Il faut encore y ajouter les traitements de substitution à la nicotine: 150 euros par personne. "Généralement, les entreprises prennent en compte l'ensemble, mais ce n'est pas toujours le cas. La consultation est à moindre coût comparé aux sessions individuelles", justifie Martial Bodo.

Un prix qui reste malgré tout dérisoire comparé à ce que coûte un fumeur pour son entreprise.

Richard De Wulf

1

Le tabac est la première cause de mortalité évitable en Belgique.

REACTION

NETIKA

Karine van Nobelen
RESPONSABLE DES RESSOURCES
HUMAINES CHEZ NETIKA

"Deux travailleurs sur 3 ont arrêté"

"L'accueil a été assez positif dans l'entreprise. Moi, je suis non fumeuse et assez catégorique sur la chose. Je pense que c'est une thématique importante. Nous avons trois personnes qui suivent le programme. Malgré tout, j'étais un peu déçue du nombre de participants. Honnêtement, je m'attendais à plus. Mais apparemment, c'est un nombre raisonnable pour travailler efficacement. Sur les trois travailleurs, deux ont réussi pour le moment à arrêter. L'une a même réussi à reprendre le sport. La seule qui a repris n'a pas abandonné, donc on ne sait jamais. C'est clairement positif pour eux et pour notre entreprise."

R.D.W.

“Ma boîte m'a aidé À M'EN SORTIR”

▣ Un sevrage groupé qui permet de changer de vie

► La cigarette guide encore aujourd'hui la vie de nombreux Belges. C'était le cas notamment de Jean-Louis Vanroelen, consultant aux ressources humaines à la zone de police Bruxelles capitale-Ixelles. *“Le tabac prenait une place importante chez moi. Je fumais à l'époque une dizaine de cigarettes par jour. C'était devenu obligatoire. Je fumais même dans mon bureau. Il était temps que ça s'arrête.”*

Une situation qui a complètement changé grâce à la sensibilisation à laquelle il a participé, il y a dix ans. Il avait participé à la première organisée par sa zone de police. *“C'est arrivé à un moment important. Je n'en pouvais plus de cette dépendance à la cigarette. Je me sentais stigmatisé. Je savais que pour ma vie de famille, il fallait que ça s'arrête !”*

Une initiative qui a été salvatrice pour Jean-Louis. Même s'il a pris du poids pour compenser son manque de tabac, il ne le regrette aucunement. *“Je pense que je n'aurais pas pu arrêter seul. Ma boîte m'a aidé à m'en sortir. Alors oui, j'ai pris du poids. Mais je crois que c'est beaucoup plus simple à gérer par rapport à la clope.”*

Les discussions argumentées sur le tabagisme lui ont permis de sortir de son addiction. L'intérêt financier a aussi joué un rôle dans sa réussite. Son employeur avait décidé de rembourser les contributions des participants ayant réussi à arrêter. *“C'était un bel incitant financier. Finalement au lieu de nous offrir la formation et les traitements. Nous avons dû nous investir à fond.”*

Un engagement qu'il n'a pas renié puisqu'aujourd'hui, Jean-Louis ne fume plus et se permet même de s'adonner sans problème à sa passion, la marche.

R. D. W.