

Entretien avec les deux chargés de projet en milieu précarisé

Durée : 1heure 49 min 13 secondes

Lieu : locaux du SEPT

1 H : voilà donc ici l'objectif c'est de comprendre la théorie du programme du SEPT, il y a des
2 questions plus générales mais dès que c'est possible, ça serait bien de se recentrer sur les
3 publics moins défavorisés ; il y aura certainement des questions plus spécifiques pour le
4 directeur mais dès que c'est possible c'est bien d'avoir les deux points de vue ;
5 Dans un premier temps, quelle est l'histoire du projet ?

6 F : Le service était rattaché à l'université de Mons avec une vocation très étendue au niveau
7 de la prévention , qui travaille au niveau des acteurs et populations scolaires, travaille l'aide
8 aux fumeurs qui est marquée par une approche à cette époque en groupe restreint, exclusive,
9 c'est-à-dire qu'on travaille pas en individuel à cette époque là, formations des enseignants,
10 programmes européens ... ; C'est greffé au service de psychologie sociale dirigé par Marcel
11 Frydman, dont l'un des l'objets passionnels est le questionnement tabagique et effectivement
12 il y aura 3 équivalents temps plein qui seront octroyés au service ; Alors au départ de Marcel
13 Frydman, il y a une crise qui est surmontée, le service universitaire devient une ASBL dont je
14 prends la responsabilité et à cette même époque se crée la formation en tabacologie qui va
15 fournir une quarantaine de nouveaux professionnels chaque année à l'échelon communautaire
16 (francophones) et dans ces conditions, stratégiquement, je trouve opportun, qu'au lieu de
17 rester un service d'aide proximal, destiné à des gens qui font la démarche de solliciter une
18 aide par rapport à leur tabagisme, il y a la perspective de travailler en rapport avec le cycle de
19 **Prochaska sur les premiers stades prochaskiens, c-a-d finalement est ce que les défauts**
20 **d'une société qui vise l'aide à l'arrêt n'est-il pas de se focaliser sur la question du**
21 **sevrage proprement dit avec une quantité de personnes qui sont pleinement sorties de**
22 **l'ambivalence alors mon but à ce moment- là est de professionnaliser la mise en projet**
23 **donc la sensibilisation des publics à forte inertie, qu'on peut largement assortir à la**
24 **question de précarité parfois d'une fragilité qui se joue au niveau de la psychiatrie, des**
25 **détenus et autres** et dans ces conditions, je m'entoure de jeunes professionnels psychologues
26 et tabacologues idéalement **qui vont travailler ce concept de mise en projet, avec des**
27 **personnes réputées inertes, pas forcément demandeuses d'une perspective d'arrêt en**
28 **essayant de les amener à se rapprocher vers un conditionnel sur base de motivation**
29 **interne et self efficacy**

30 H : du coup, quelles ont été vos motivations à poursuivre ce projet ? Ont- elles évolués au
31 cours du temps ?

32 F : Oui, c'est-à-dire, qu'au cours de cette mutation, il n'y a pas que la formation fares qui est
33 en train d'éclorre mais aussi le séisme en 2006 qui est l'interdiction de fumer sur les lieux de
34 travail avec une énorme sollicitation de notre association comme opérateur d'aide aux
35 entreprises et à cette époque là je fais le constat que nous travaillons énormément dans des
36 entreprises à profil mondial et que je suis en train de m'écarter d'**une vocation d'égalisation**
37 **des chances, de sensibilité pour des personnes plus démunies** et le premier projet valorisé

38 par les pouvoirs publics sera de travailler non plus à l'échelon des entreprises mais de
39 l'ONEM avec des personnes qui sont en formation pour retrouver une place de travailleur et
40 qui pourrait se heurter de plein front à des habitudes tabagiques non maîtrisées et cultivées
41 pendant leur époque sans emploi, ce qui est conforme à la littérature et de n' être pas capable
42 de survivre à une période d'essai donc on a travaillé d'abord, non pas avec l'onem parce que
43 finalement leurs portes étaient fermées mais avec les structures comme les CPAS, où il y a
44 formations pré qualifiantes où effectivement on a fait le meilleur accueil possible à nos
45 propositions de collaboration et donc si le point de départ est de travailler avec des
46 populations fragilisées sur le plan social, privée d'emploi dans un premier temps, on est arrivé
47 graduellement, grâce à Celine Corman et Delores Curso en particulier à travailler des publics
48 diversement fragilisés, donc la déficience intellectuelle, mentale, la psychiatrie, la vie
49 carcérale, on a essayé d'optimiser le travail qui pouvait s'effectuer au niveau des populations
50 vieillissantes, on ne peut pas dire qu'il y a un déclenchement d'intérêt tout à fait particulier,
51 on reste actif au niveau des écoles dans un perspective de prévention mais aussi
52 d'accompagnement des jeunes fumeurs

53 H : Quels sont les objectifs que vous poursuivez in fine dans ce service ?

54 F : Je vais dire ... bien entendu on est un service de tabacologie, **on est agréé en tant que**
55 **service d'aide et de soins spécialisés en assuétudes avec un focal tabagique**, mais les
56 objectifs spécifiques dans l'architecture de projets qui se dessinent autour **du plan wallon**
57 **sans tabac c'est vraiment d'être un acteur de l'égalisation des chances, à la rencontre**
58 **des publics là où ils sont et là où ils en sont !** On a transformé le SEPT finalement **en**
59 **équipe mobile**, c'est un petit dans l'ère du temps quand on voit par exemple les
60 aménagements en psychiatrie, l'article 107 ... **de minimiser les coûts (en psychologie**
61 **sociale), les coûts d'accès aux soins pas simplement à l'accompagnement d'un sevrage**
62 **mais une approche professionnalisée, sensible de la question tabagique dans divers**
63 **milieux.**

64 H : Sur quels argumentaires vous vous êtes basés pour concrétiser cette pratique ?

65 **F : Prochaska reste le pilier de cette démarche**, il n'y a que Robert West qui conteste
66 l'approche prochaskienne, et finalement les théories sont complémentaires plus que
67 contradictoires c'est tout à fait logique qu'en fonction du cycle de changement de
68 comportement on s'attarde à questionner la problématique de l'ambivalence avec une
69 implication judicieuse des objectifs énoncés par le cycle de prochaska c'est-à-dire que s'il y
70 avait un gain à obtenir d'une personne qui se trouve dans un stade de pré-contemplation c'est
71 d'introduire une perspective d'ambivalence et de changement ; une personne qui en est
72 contemplation qui peut errer dans ce stade pendant 20 ans, c'est une évidence que des gens
73 manifestent un désir d'arrêt à 18 ans et restent fumeur jusqu'à 40 ans donc avec tout la
74 germination d'une ambivalence, des essais, quoi qu'il en soit il est tout à fait opportun d'aider
75 une personne à quitter cette ambivalence dans le sens de la marche et d'arriver à situer la
76 question du scénario d'arrêt : comment j'arrête ; tout ça s'articule autour du pourquoi je
77 n'arrêterai pas ? pourquoi je me passerai du tabac ? pourquoi je continue ? voilà il y a
78 beaucoup de chose qui peuvent être accomplies, je pense que dans l'ère du temps, la

79 formation des tabacologue est plus attentive à cette **prise de repère théorique pour le**
80 **praticien et l'attention majorée à ces étapes de maturation du processus décisionnel** mais
81 parfois avec volonté de gain de temps ou une approche qui est orientée par la clinique du
82 fumeur avec une option médicale sur le soin alors **qu'il est intéressant d'intégrer les aspects**
83 **psycho- sociaux** dans la question du tabagisme car de toute façon on voit que la question de
84 l'inertie, le sur consommation du tabagisme chez certaines catégories populationnelles révèle
85 bien la dimension psychologique et sociale de l'investissement du tabac.

86 H : Quelles sont les « priorités » dans les modules (tabac = multidimensionnel) ?

87 C : Bah pour moi, ma mission c'est que **les gens connaissent mieux le lien qu'ils ont avec la**
88 **cigarette** (pourquoi je fume, qu'ils soient clairement entendu et validé sur ça) mais qu'ils
89 **puissent se dire que la cigarette c'est une des réponses qu'on peut apporter à certaines**
90 **de leurs questions et qu'ils puissent ouvrir leur champ de possibilités, qu'il y ait**
91 **différentes alternatives mais bon après s'ils les mettent en place, ça c'est la cerise sur le**
92 **gâteau mais qu'ils prennent vraiment conscience** de ça et qu'ils sachent qu'ils peuvent
93 éventuellement être flexibles, qu'ils soient **aussi plus informés sur les risques** c'est
94 important aussi mais pour moi ça passe peut-être plus **secondairement** ;

95 F : je pense qu'on doit être conscient et clair sur le fait que les **groupes ne sont pas fermés à**
96 **des personnes qui seraient éventuellement ex ou non fumeuses** et dans ces conditions, il va
97 de soi, que un **objectif transversal** va faire sauter le verrou de la tabacologie dans le sens où
98 que les personnes **puissent s'identifier dans un rapport aliéné à un produit**, à un loisir
99 (ex : jeux vidéo) qui peut bousiller une jeunesse, une trajectoire scolaire ou professionnelle,
100 une disponibilité à l'emploi et donc à la réalité de l'inscription psycho-sociale du sujet ; C'est
101 clair que questionner la dépendance tabagique permet souvent aux personnes qui ont eu ou
102 connaissent toujours une autre dépendance à l'égard du hachiche, alcool par exemple, ce sont
103 des sujets qui sont relativement tabou et grâce à cette formation « ateliers tabac » les langues
104 se délient et les personnes apprennent à considérer la relation qu'ils entretiennent avec
105 certains produits ou certains comportements, à reconnaître une dimension addictive et non pas
106 la banaliser (banaliser dans le sens, je ne suis pas seul à me débattre avec ça) mais au contraire
107 c'est débanaliser dans le sens où la personne peut prendre conscience de la nature
108 problématique de cette addiction et dans le cadre d'un phasage de séance en arriver
109 effectivement à se questionner sur l'intérêt d'un détachement total ou relatif par rapport à
110 certaines pratiques et en termes de **priorités il y a effectivement cette dimension**
111 **d'exploration de l'ambivalence et de la potentialisation des motivations intrinsèques qui**
112 **sont contagieuses dans le groupe mais aussi des ressources internes et externes** ; Par
113 exemple, c'est étonnant qu' (2009 : statut de tabacologue dans les remboursements mutuels),
114 un grand nombre de personnes considèrent encore le tabacologue comme un espèce
115 d'approche nébuleuse, on ne sait pas ce qu'il fait, où connaît pas son titre, on hésiterait à y
116 aller si on était pas complètement motivé alors qu'une personne totalement motivée, il n'est
117 par rare qu'elle arrête de fumer sans aucune aide structurée (West : il estime qu'on multiplie
118 par 4 les chances de succès à long terme d'un arrêt accompagné mais je veux dire que la
119 majorité des arrêts se font de manière spontanée mais il est très important que les
120 consommateurs puissent envisager de s'appuyer sur des professionnels de référence (le

121 médecin, le tabacologue ou les substituts nicotiques) ; il y a une étrange et permanente
122 suspicion qui entourent les substituts (je vais quand même pas prendre de la nicotine alors que
123 j'essaye de m'en débarrasser) c'est très étrange, même si on fait référence à un public
124 précarisé, donc qui a un niveau littératie faible, problème des cognitions ..., des notions aussi
125 simples que la nicotine de substitution .. ça fait si longtemps .. ça fait partie de l'arsenal
126 thérapeutique de première ligne de l'aide aux fumeurs et la majeure partie des personnes vont
127 avoir un problème d'entendement quant à l'efficacité ou au principe de la substitution ;
128 **(représentations du tabacologue et des NRT)** Tout ça rend très très utile ce niveau
129 d'informations qui ne transite pas par des canaux grand public bourgeois hein, dans le sens où
130 souvent la **communication au sens marxiste du sens est marquée par la connaissance des**
131 **codes quand on s'adresse à tout le monde (individu normal moyen) n'est pas identifiée**
132 **aux personnes les plus démunies sur le plan verbal ...** Ce travail de présentation d'une
133 information directement pertinente, utile, pragmatique je pense que c'est un travail assez
134 important ; Maintenant ce travail serait un peu ridicule, s'il n'y avait pas de processus de
135 **généralisation** c'est-à-dire qu'au-delà des foyers où nous intervenons en première ligne, il y a
136 des processus de formation (formation fares depuis quelques années + invitation au fares
137 pour communiquer sur les stratégies de mise en projet, **ce concept de mise en projet est**
138 **devenu populaire en tabacologie**, je ne pense pas que ce service soit étranger à ce niveau
139 d'intégration d'un nouveau paradigme psycho-social où les étapes de la mise en projet sont
140 identifiées comme porteuses d'un renouveau ; je vais prendre une comparaison, il y a
141 quelques années quand il y avait un éditorial sur le cancer, le médecin oncologue de service
142 disait avec une humilité théâtrale, les programmes de la lutte contre le cancer ne viendront pas
143 de la médecine plus que du terrain, toute l'approche préventive, l'approche centrée sur les
144 comportements sains adoptés par la population seront décisifs pour éradication du cancer et
145 c'est aussi très clair d'un point de vue économique, soigner une personne cancéreuse est
146 infiniment plus coûteuse que d'adopter des comportements alimentaires sains , lutte contre
147 tabagisme, contre la sédentarité... aujourd'hui on peut aussi penser que l'aide aux fumeurs
148 devra moins à la médecine qu'à une approche orientée sur un parcours psycho-social ;

149 C : Je sais pas si c'est pour compléter mais un **objectif quand on est dans notre groupe c'est**
150 **d'amener une personne d'un stade à un autre** (évolution), c'est un petit peu tâter le terrain
151 pour voir où ils en sont pour mieux cibler et si à la fin du groupe les gens sont encore en train
152 de dire « faut bien mourir de quelque chose » ébin on aura pas gagné grand-chose ; S'ils sont
153 pas du tout motivés, le but c'est qu'ils soient un peu motivés (qu'il voit un jour le bout de leur
154 tabagisme) et l'idée c'est aussi **de leur faire passer l'expérience d'un moment (qu'il**
155 **choisit) sans tabac pour mettre à l'épreuve ce qu'ils pensent, ce qu'ils appréhendent**

156 H : Par rapport aux demandes, quels sont-elles ?

157 F : La filière de l'action sociale **est contactée dans ses ramifications** (si vous contactez
158 **l'échevinat** des affaires sociales, la tutelle des cpas, le secrétariat, c'est une chance que
159 quelque chose sur le terrain) mais parfois notre service pratique, au lieu de contacter la tête au
160 niveau décisionnel, il y a des approches qui **sont liées à la sensibilité des hommes et de**
161 **femmes de terrain donc de ce point de vue, bon nombre de structure de formation pré-**
162 **qualifiante/qualifiante peuvent nous identifier soit grâce à des actions où il y a des**

163 **dépensations soit grâce à des contagions positives (par exemple des personnes qui**
164 **travaillent à mi-temps dans deux structures, ...)** au stade de développement qu'on connaît,
165 ça m'est arrivé de le dire avec une pointe d'agacement, pour l'instant les ministres de tutelle,
166 leur collaborateur ont exigé de la part du plan wallon une définition extrêmement douloureuse
167 d'objectifs articulés, des indicateurs de réussite, ... **je suis pour pour cette volonté, cette**
168 **rigueur qui consiste à définir finement une action articulée, à identifier des zones de sous**
169 **potentialisation et à checker la pertinence du travail mais je veux dire ... la plupart des**
170 **intervenants sont des structures qui bénéficient d'une animation au sens large de la part**
171 **de théoriciens pointus ; la question de la rigueur, de l'efficacité c'est moins liée**
172 **maintenant à la quantité des ressources humaines dont pourraient disposer les équipes**
173 **du FARES ou le SEPT qui a une notion de la méthodologie différente avec le repérage d'**
174 **indicateurs nouveaux plus adéquats ; moi il y a un agacement de ce côté-là ... quand des**
175 études économiques montrent clairement à quel point il est pertinent de travailler sur la
176 désintoxication tabagique de la population **pour assainir les finances publiques c'est un**
177 **choix que le gouvernement fait de laisser vivoter des asbl de 3, 4 ou 5 équivalents temps**
178 **plein et de nous dire ... faites autant de miracle par jour, pour moi, c'est ça... si on**
179 **devait aujourd'hui être pleinement efficace on serait sollicité, non pas par 10 structures (au**
180 niveau de l'action sociale seulement) mais par 100 à 150 et avoir un champ de collaboration
181 virtuellement énorme et asphyxiant si on devait travailler pour la communication de notre
182 action de ce côté-là, ça serait je crois l'étranglement de l'efficacité du travail, **c'est dans la**
183 **difficulté de majorer l'impact de notre équipe au niveau des ressources humaines,**
184 **l'efficacité de notre travail ... je pense que même si on remet régulièrement en question**
185 **nos pratiques, on sait qu'on travaille dans le bon sens mais on peut que déployer le**
186 **manque de moyens**

187 H : Justement, par rapport à l'évaluation, comment vous évaluez vos modules réalisés ?

188 C : Donc il y a un questionnaire qu'on donne avant et après pour voir si ça évolue (pas dans le
189 sens s'ils ont arrêté de fumer mais, par rapport à l'aspect théorique donc cycle Prochaska et
190 l'entretien motivationnel qui se base sur les 3 ingrédients de changement : envie de changer,
191 savoir comment changer et la priorité (quand ?) et donc on a opérationnalisé ça en certaines
192 questions et quasiment chez tout le monde, on voit que l'envie est un peu plus présente, les
193 moyens et la confiance aussi plus présentes qu'avant (je me vois arrêter ... jamais qui passe à
194 dans 5 ans pour nous ça c'est gagné donc ça c'est le questionnaire anonyme mais à côté de ça
195 on voit aussi ce que nous on voit ... les personnes qui ont accepté le défi, qui ont réalisé le
196 défi, ceux qui ont été plus loin que prévu, tous les bénéficiaires secondaires aussi (pour réussir
197 mon défi, j'ai déjeuné, j'ai pressé une orange ...) et ça c'est positif dans un changement plus
198 global quoi ...

199 H : Observation, nombre de participants, enquête de satisfaction, questionnaire, ...

200 F : Oui, C. a parlé de se soucier d'évaluer avec le questionnaire qui a pour but d'identifier les
201 progrès longitudinaux, un questionnaire répliqué pré test/post test et je rappelle **évidemment**
202 **(c'est au cœur de nos réflexions) qu'on affaire à une population précarisée, il y a déjà**
203 **10% d'analphabètes dans la population générale** quand on s'en rend compte même dans

204 de structures formations (où un tri relatif est opéré), les moyens verbaux, la fluidité du
205 français, la compréhension d'un message ... ce sont des vrais problèmes ; Si vous voulez tout
206 objectiver, par exemple le progrès cognitif , **TabacStop**, certains vont donner le numéro par
207 cœur, présents sur les paquets, mais c'est pas parce qu'on a en tête le numéro 0800 11100
208 qu'on va un jour former ce numéro ; Dans des cours des groupes on a des témoignages de
209 personnes qui ont d'une semaine à l'autre tenté d'appeler parce que ils se sentaient démotivés,
210 « ça faisait 2 jours que j'avais arrêté et j'avais vraiment besoin d'être soutenu , j'ai dit que je
211 travaillais avec vous », **on est une grande famille** (rire), c'est ça aussi qui est important donc
212 dans l'évaluation on pourrait très bien avoir tout un volet cognitif sur les définitions de tabac
213 stop, tabacologues, substituts, n'importe quoi d'autres ... Quand on dit qu'on va évaluer
214 qualitativement les éléments j'ai l'impression qu'on déforce un peu le travail scientifique qui
215 est accompli mais nous n'avons pas éthiquement le droit et nous n'avons pas
216 économiquement la richesse de créer par exemple une évaluation par observations où chacune
217 des réponses/manifestations verbales, comportementales seraient identifiées de sorte à noter
218 les progrès de la personne. **C'est très clair, flagrant que les personnes ont adopté une**
219 **autre attitude à l'égard des ressources, sont plus perméables à l'essai de la substitution**
220 **nicotinique, qui est une étape capitale de notre projet !**, on a hésité au départ dans
221 l'optimisation du contenu des séances et stratégies adoptées le fait de pouvoir permettre aux
222 personnes de se désinhiber par rapport à l'achat de substitut nicotinique, qui a mauvaise
223 réputation au départ (et pas forcément que pour eux, chiffres à l'appui, le médecin pourrait
224 très bien aussi trouver le bilan de la substitution un peu léger) mais enfin combiné avec un
225 testing CO et un climat d'entretien motivationnel, les techniques de groupe,... le fait de
226 **pouvoir se réconcilier avec patches, c'est quand même une opportunité particulière et là**
227 **on voit des personnes adopter des comportements ; Je veux dire que sur le plan de**
228 **l'évaluation**, il y a un progrès cognitif, attitudinal, comportemental qui sont objectivables
229 aussi et en fait si on voulait avoir des données les plus impressionnantes autour de ça, on
230 demanderait à C. de prendre congés de toute sa charge d'animatrice de première ligne pour
231 pouvoir escorter un projet exclusivement en tout qu'observatrice, avec des grilles d'évaluation
232 multicritérielles, on verrait effectivement se manifester et se concrétiser des progrès cognitifs ,
233 attitudinaux et comportementaux. Je veux dire ... en amont d'un nouveau statut tabagique
234 (arrêt), c'est une personne avec un succès de 2 semaines puis à la 3^{ème} séance je tiens bon... **il**
235 **n'y a pas de certification de l'arrêt parce qu'il faudrait à 6 mois, on puisse objectiver**
236 **son abstinence et c'est pas le cas.** Tous les segments Prochaskiens de la préparation nous
237 montrent des progrès spectaculaires ; C'est très anecdotique mais c'est juste pour illustrer que
238 **les aménagements se font parfois au-delà de la consommation tabagique (je prends soin**
239 **de moi), prendre un petit déjeuner** par exemple mais on une personne (un exemple) qui
240 dans le cadre des défis dit « je ne suis pas fumeuse, je voudrais pas vous dire que je
241 m'ennuies, c'est très intéressant de vous écouter, je suis même un peu émue, ici on est en train
242 d'énoncer chacun un défi, chacun se met au travail, chacun parle vrai, chacun dit où il en était
243 (autres consommations) mais moi, qu'est ce que vous voulez que je dise par rapport au tabac,
244 rien évidemment, mais je me suis rendue compte que j'avais un comportement, certains
245 d'entre vous le savent déjà, je bois énormément de boissons sucrées, de coca cola, 6 l par jour,
246 je vais essayer de m'en passer, et de façon ahurissante, on a une personne qui a pu esquisser
247 un vague moment que son addiction c'était le coca et qu'il ne fallait pas la déranger la dessus

248 et que c'était son choix **mais dans le cadre des mini-défis, approche comportementale, on**
249 **a quelqu'un qui déverrouille cette addiction, donc c'est très intéressant de pouvoir au-**
250 **delà de la grille d'évaluation** (sur les progrès, déperditions quand on a un pré test et post test
251 menacées par la chronologie, mortalité expérimentale ... et les données sont très
252 intéressantes) mais à côté de ça on a une quantité d'indicateurs de réussite qui sont conformes
253 aux objectifs annoncés.

254 **C : Effectivement, le mieux ça serait de voir à 6 mois ce qu'ils deviennent, ici on est**
255 **vraiment dans une évaluation dans du court terme ... On avait essayé ça mais voilà ...**
256 **les gens ils n'ont pas forcément les mêmes coordonnées, peut être que maintenant ça**
257 **serait moins vrai ...** mais on avait essayé ... il y avait une personne qu'on avait contacté et
258 on l'avait interviewée et elle avait arrêté de fumer donc voilà ... réussite ! **mais ça serait bien**
259 **de savoir ce qu'ils deviennent !**

260 **F :** avoir des infos sur effets de consolidation ou effets retards

261 **H :** Quels sont les indicateurs de qualité ?

262 **F :** **Si on veut être très méthodiques, au niveau cognitif (connaissance des ressources, des**
263 **niveaux de remboursements, des produits de substitution, des molécules, des filières**
264 **d'accès, les méfaits...)** Je veux dire aussi, **le fumeur moyen n'a peur que du cancer**, c'est
265 pas parce que l'Europe décide de communiquer uniquement autour des aspects sanitaires,
266 avertissements sanitaires étant déclinés de façon plus ou moins méthodiques sur les paquets
267 lors des achats des usagers. Il y a d'autres ressorts de changement économique, exemplarité
268 par rapport aux adolescents ... comme l'évocation des raisons de se défaire du tabagisme , des
269 motivations à l'arrêt sont partagées dans le groupe, en sous groupe, séance plénière, il y a une
270 majoration des leviers motivationnels et pour tous ceux qui ont été disqualifiés à cause d'une
271 stratégie monolithique voulue par l'Europe (avertissements sanitaires...) Il y a des personnes
272 qui me disent : sérieusement le mec là, on sait même pas ce qu'il a au cou, j'ai jamais vu un
273 truc pareil, et le type il va laisser ça ... moi si j'ai un tout petit kyste, j'y vais c'est
274 complètement ... donc il y a un problème d'attribution, de crédibilité et **donc il ne reste**
275 **qu'une chose, le tabac ça provoque le cancer de poumon ! Sur les aspects cardio**
276 **respiratoires, les aspects chroniques, emphysème ... ça fait énormément de bien au**
277 **groupe de questionner leur ressenti et d'écouter une personne qui est en train d'évoquer**
278 **des syndromes circulatoires** ou autres, voilà ... **c'est un indicateur évident de**
279 **perméabilité aux raisons de changer, dans les aspects représentationnels et**
280 **attitudinaux : c'est l'ouverture au spécialiste** (je veux dire quand on est précarisé, si la
281 personne est précarisée elle aura tendance à supporter la douleur plus que le 'bourgeois',
282 automédication ++ plutôt que de consulter, **et au final à courir aux urgences plutôt que de**
283 **rencontrer des filières de soins) donc de ce côté-là il y a déjà une tentative de**
284 **réconciliation avec les acteurs, parce que la représentation qu'on se fait du tabacologue**
285 **malheureusement est totalement erronée dans certains cas** (pour avoir pratiqué quelques
286 stagiaires qui se croyaient utiles à dire « Ah, vous avez enfin essayé d'essayer d'arrêter, c'est
287 pas trop tôt, quand je vous entends respirer, moi j'aurai arrêté depuis longtemps à votre
288 place » quand on entend à quel point des gens qui sont en formation en tabacologie peuvent

289 avoir ces invraisemblables raccourcis moraux, culpabilisants, on se dit que c'est pas tellement
290 étonnant, et je l'ai dit lors de mon intervention à l'OSH, **j'ai également insisté sur le fait que**
291 **quelque part l'héritage conceptuel qu'ont utilisé les avertissements sanitaires, c'était de**
292 **dire quand vous allez rencontrer un professionnel, voilà de quoi il va lui parler, c'est son**
293 **seul prisme, c'est sa seule raison et donc on va confondre la réalité objective de la**
294 **nocivité du tabac avec le discours de soignant (culpabilisation : si vous n'arrêtez pas, vous**
295 **serez condamné en tout cas). De ce point de vue là, il y a une espèce de dénigrement, de**
296 **violence institutionnels qui contribuent à marquer un écart le soignant inaccessible et le**
297 **patient non soigné, personne en souffrance qui ne reconnaît pas nécessairement leur**
298 **souffrance parce que justement il y a une ambivalence** (le tabac fait du bien autant qu'il
299 fait du tort, il fait du bien maintenant, il fera du tort plus tard, peut être, certainement ..) ce
300 qui est aberrant c'est qu'au niveau des pouvoirs publics, soit chez certains soignants
301 (médecins peut être plus que ceux qui ont une formation paramédicale ou qui les aident à
302 reconnaître l'importance de la psychologie du patient), **c'est extrêmement important de**
303 **réconcilier les soignants potentiels avec les patients potentiels**, de recréabiliser les
304 molécules, la substitution, les soignants et ça je pense que ça fait aussi partie de notre travail ;
305 **Les indicateurs comportementaux, encore une fois si le statut tabagique a changé c'est**
306 **un luxe, ce n'est pas véritablement l'objectif, ici C. pointait un taux de réussite touchant**
307 **10% de notre population**, ce qui n'est pas négligeable selon l'endroit d'où on part. **Mais**
308 **effectivement des aménagements de consommation : tout le monde en a dans le sens où**
309 **très peu de gens disent non à la logique des mini-défis** donc je potentialise ma confiance
310 dans le fait d'essayer une souveraineté par rapport à ma consommation débridée, je fume
311 moins, j'ai différé certaines cigarettes, je vais me trouver d'autres récompenses, **modalités de**
312 **punctuations quotidiennes et c'est vrai que des gens peuvent avoir d'autres attitudes**
313 **comme l'envie de fréquenter une salle de sport, d'inviter des amis... on a déjà**
314 **remarqué des passerelles entre changements très chers je dirai à nos partenaires OSH**
315 **par exemple ou OMS (manger, bouger, respirer)**

316 C : Il y a aussi le testing CO, des fois la personne qui aménage sa consommation ne change
317 pas leur score mais **il y a des personnes qui diminuent ou font des efforts pour voir le**
318 **score diminuer et ça c'est aussi un bon indicateur d'effort**

319 H : A qui devez-vous rendre des comptes et comment ?

320 F : Donc ... jusqu'à présent, la structure existe toujours, et j'espère qu'elle sera pérennisée, le
321 lien entre les **acteurs tabac et la Région Wallonne, pouvoir subsidiant a été optimal dans**
322 **le sens où on est dans une logique d'évaluation formative, partenariale avec une**
323 **transparence et une volonté d'optimiser les approches stratégiques** qui a d'ailleurs
324 largement guéri les services de leurs réflexes protectionnistes et individualistes, l'ambiance
325 est au partenariat et je veux dire que les échanges écrits ou en concession avec les partenaires
326 sont marqués par ... **on envoie des messages qui dispensent les gens de faire de**
327 **l'espionnage industriel, on partage en temps réel des stratégies, des progrès, des grilles**
328 **d'évaluation**, parfois des adresses de bénéficiaires donc euh ... **a qui rend - t- on compte ?**
329 **on rend compte publiquement 5x par an dans le cadre de sessions d'échange organisées**
330 **par l'AVIQ avec une ambassade du cabinet de tutelle des inspecteurs, des directeurs de**

331 **l'administration et bien entendu annuellement il y a un rapport d'activités qui est couplé**
332 **avec un plan d'actions** qui doit être mis à jour chaque année où on annonce quels sont nos
333 objectifs en fonction des publics, des endroits d'intervention, perspectives d'innovation
334 stratégiques, le rapport d'activité est marqué par une sécheresse abominable, ça fait partie de
335 la simplification administrative et il y a quelques chiffres qui sont alignés. Personnellement, je
336 **ne veux pas songer à mettre ce rapport sans l'escorter de grandes pages d'annexes pour**
337 **continuer à détailler l'action et la philosophie de l'intervention pour ne pas nous mettre**
338 **en difficulté** (je prends un seul exemple même si mon soucis de précision de ma réponse est
339 inadéquat mais la Région Wallonne peut agréer les services d'aide et de soins spécialisés en
340 assuétudes mais voilà vous avez entendu « assuétudes », service d'aide et de soins, le soin il
341 est souvent fondé sur un paradigme médical même s'il peut être psychothérapeutique ou
342 social par ailleurs, et les assuétudes (= drogues illicites, l'alcool...) alors vous avez des
343 seringues stérilisées, vous avez une prise en charge d'alcoolique dans le cadre de
344 désintoxication, voilà les modèles de service d'aide et de soins d'assuétudes, **quand vous**
345 **avez un service comme le nôtre qui a décalé l'approche de l'aide aux fumeurs vers les**
346 **premiers stades de Prochaska, de la sensibilisation jusqu'à la porte possiblement**
347 **poussée avec sérénité d'un spécialiste, alors voilà on nous demande : combien avez-vous**
348 **eu de patients ? combien de nouveaux patients ? de fermeture de dossier ? c'est**
349 **complètement inadéquat, ça correspond plus à des consultations, qu'on réalise encore de**
350 **façon anecdotique, je veux dire qu'on ne mettra personne dehors mais on ne popularise**
351 **pas l'action du centre d'aide aux fumeurs que nous étions auparavant tout simplement**
352 **parce que nous avons une toute autre identité** (le centre d'aide aux fumeurs de l'université
353 de Mons qui ne voyait que très peu d'étudiants mais qui drainait très largement énormément
354 de crédit dans les populations du bassin de la ville de Mons, c'est une autre époque). Par
355 exemple, maintenant il y a la cigarette électronique et on en parlait en équipe : Les gens
356 cherchent des solutions rapides, peu coûteuses, et surtout peu coûteuses aussi au niveau de la
357 psychologie sociale c'est-à-dire qui ne les mettent pas dans une perspective d'effort donc la
358 cigarette électronique c'est très bien cesser de fumer, vapoter, je ressors ma cigarette
359 électronique, je rassure ma femme, j'ai arrêté et je vapote, c'est écrit dessus (risque de
360 consommation mixte). Il y a aussi l'hypnose... il y aussi les effets de lasérothérapie (je ne sais
361 même pas comment ça s'écrit d'ailleurs (rire)), **mais voilà il y a plein de choses qui dans**
362 **l'ère du temps font que les consultations en tabacologies classiques pourraient être**
363 **confrontées à des lapins posés par des patients peu consciencieux, motivation versatile,**
364 **ça c'est des éléments connus donc les stratégies qu'on pratique me semblent**
365 **adéquates et sur l'évaluation, heureusement que nous avons mis noir sur blanc sur 200**
366 **pages les vocations des stratégies originales assumées par le service, objectifs décalés et**
367 **avec une ramification par le degré de sympathie (au deux sens du terme) des acteurs**
368 **wallons ; moi je pense que le FARES a une grande estime pour notre travail à la fois**
369 **original (fécond) et qui permet de toucher les plus inertes, difficiles à atteindre ; Moi-**
370 **même par exemple, j'étais contre l'idée d'aller en prison, il a fallu que quelqu'un défende ce**
371 **projet avec des justes arguments, mais c'est extrêmement instructif de se dire qu'au-delà des**
372 **raisonnement de porte pièce, des croyances que ces publics sont inertes définitivement, tout le**
373 **monde peut être rencontré dans son ambivalence** et au stade où il se trouve et à l'endroit
374 particulier où il se trouve et ça c'est pas donné, on a de temps en temps des formations de

375 futurs médecins, notamment à l'université de Louvain La Neuve, on sent que le raisonnement
376 de l'emporte pièce qui lie précarité et le stade A-motivationnel est dans la tête des gens, ces
377 personnes là ne peuvent pas arrêter !, elles n'en ont pas envie ... C'est totalement Faux ! il n'y
378 a pas disparités statistiques dans la motivation à l'arrêt mais bien dans la self efficacy et dans
379 l'efficacité d'un arrêt et ont des plus grandes difficultés à concrétiser le vœu de renoncer au
380 tabac

381 H : Par rapport à la Région Wallonne, quelles sont leurs demandes/injonctions ?

382 F : Alors les injonctions sont relativement light, en tout cas l'étaient jusqu'à présent, c'est
383 pour ça que j'ai eu cette petite précaution oratoire de dire qu'il y a un extrême confort et que
384 je ne sais pas si on peut en parler pour l'avenir ... euh c'est-à-dire que depuis 2 ans, les
385 ministres de tutelle, qui ont mille choses à faire, il faut respecter l'étendue d'un portefeuille
386 ministériel et la diversité des responsabilités, à identifier dans la structure que nous formions,
387 de définir le plan wallon sans tabac, identifier les partenaires, inviter de nouveaux partenaires
388 quitte à partager le gâteau pour les nouveaux, euh ... il y a une démarche extrêmement
389 généreuse, non protectionniste, qui est une démarche à la fois éthiquement correcte,
390 scientifiquement adéquate, on élargit les partenaires comme on augmente le portefeuille de
391 lecture d'un mémoire, plus on est autour de la table, mieux c'est. Donc j'ai toujours eu la
392 conviction, plus que le sentiment, que notre collectif, rassemblé sous le nom générique plan
393 wallon sans tabac, fécondait la politique Wallonne et aidait peut être à questionner la politique
394 fédérale dans le sens où il y a des recommandations pratiques qui sont popularisées, il y a des
395 expériences innovantes, il y a la rencontre de nouveaux publics, la communication le 31 mai
396 ou à d'autres moments qui fait que l'opinion publique est touché, certains décisionnaires
397 politiques le seraient également donc je pense que le respect du ministre de tutelle à notre
398 égard était entier. **Depuis 1 an ou 2 ans, il y a une injonction de réécrire les plans wallons,**
399 **qui ont été jugés insuffisamment rigoureux et de vérifier l'articulation la plus adéquate**
400 **dans un système ramifié (objectifs d'action stratégiques, indicateurs d'efficacité -**
401 **quantitatifs),** voilà on est rentré dans cette ère là et j'espère juste que les pouvoirs publics ne
402 vont pas tout confondre, je veux dire qu'en donnant rendez-vous à des services experts sur les
403 actions visibles et rentables (parce qu'elles sont visibles) alors que finalement nous avons pu
404 travailler dans ce secteur sans aucune opacité pour autant mais la visibilité n'est pas
405 flagrante ; Si je suis interviewé un journaliste : en gros, il y a combien qui arrête ?, C'est
406 d'une naïveté confondante, on aura passé 5 minutes à le toucher intellectuellement par
407 l'originalité de notre travail mais au bout du compte la question qui émerge c'est combien ont
408 arrêté ? Par exemple Martial Bodo, qui travaille pour les amis de l'institut Bordet, annonce
409 30% de réussite dans les écoles, les filières de l'action sociale (onem) alors il est supérieur à
410 nous ... Sauf que Martial Bodo, rencontre les personnes et arrêtent les personnes en disant
411 « vous n'êtes pas motivés alors je vais vous proposer peut être de revenir l'année prochaine,
412 je vais vous laisser réfléchir... ». Je pratiquais comme ça, je suis honteux d'avoir jeté à la mer
413 des personnes en disant « voilà, je peux pas vous aider, vous êtes pas motivés ». C'est vrai
414 que la motivation est une donnée essentielle à la motricité du projet de la personne mais
415 **depuis quand un professionnel, psychologue de formation, peut disqualifier la présence**
416 **d'une personne qui vient juste faire état d'une inertie, ou d'un défaut de motivation ;**

417 **Pourquoi on ne travaillerait pas avec lui pendant quelques séances pour que cette**
418 **motivation grandisse plus vite dans un renforcement de l'image, de la confiance qu'il**
419 **peut avoir dans les processus professionnels ?** Donc voilà quand je dis que je suis un tout
420 petit peu inquiet par le nouveau visage, je n'attribue pas forcément à Madame Greoli, qui se
421 trouve aux commandes de la santé en Wallonie, mais parfois un des serviteurs, chefs de
422 dossiers qui se disent je vais mettre la griffe au nom du ministre sur une nouvelle dynamique
423 en Wallonie ; Des choses existaient, s'optimisaient chaque année dans la plus grande sérénité,
424 aujourd'hui chaque acteur est un petit peu inquiet de ce travail qui est accompli dans un
425 certain phasage et qui pourrait aider le politicien à dire « ça, ça nous intéresse pas , on va
426 mettre le paquet la dessus et c'est fini d'aller en prison car le public n'aime pas savoir que les
427 moyens publics c'est pour aider les détenus à arrêter de fumer (enfin tu peux qu'on peut
428 arrêter en prison, et la ministre peut le penser et les électeurs aussi et c'est de ça que le robinet
429 s'arrêterait)

430 C : ici, on nous a demandé vis-à-vis du plan de définir des objectifs chiffrés et donc on a dit
431 oui mais de quel pourcentage à quel pourcentage vous voulez passer en Belgique ? **et donc**
432 **l'idée c'était de CONTRIBUER de 2% le nombre de fumeurs en Belgique d'ici 2022.**

433 **F : Le** passage de ministre a un horizon plus éloigné car maintenant c'est **2030**. C'est une
434 aberration car « je ne crée pas un plan wallon pour diminuer le tabagisme de 2% » D'abord
435 qu'est ce que ça veut dire en terme de consommation ? par rapport à la vape par exemple, la
436 vape réussira, à elle seule à modifier, les habitudes de consommation des fumeurs et je crains
437 intimement le jour où on pourra dire « bah oui, il y a plus que 12% de fumeurs et 30% de
438 vapoteurs, on aura rien gagné, si tenté que la vape reste innocente de troubles respiratoires
439 supplémentaires ... de toute façon ça m'inquiète déjà, par rapport à l'effet de reconquête, de
440 visibilité et d'innocuité prétendue (terme utilisé par les industries du tabac depuis années 50
441 avec une démonstration de nocivité du tabagisme du cancer du poumon), donc je veux dire ils
442 ont commencé par nier les dommages de la cigarette puis du tabagisme passif et l'additivité
443 de la nicotine alors si c'est pour voir la jeunesse d'aujourd'hui retomber dans le panneau, il y
444 a quelque chose qui est dramatique alors. On a intégré effectivement dans le plan Wallon Sans
445 Tabac, un chapitre sur la vape, désir des acteurs des structures professionnelles de songer à ça
446 mais le chiffre de 2% a été émis par le cabinet ou par le représentant de la ministre, je ne suis
447 même pas sûr que la ministre elle-même a les idées claires par rapport au recul du tabagisme
448 alors que quoi qu'il en soit il suffira que les pouvoirs publics fédéraux sur base d'un lobbying
449 rigoureux ou d'une feuille de route interministérielle décident que la politique taxatoire est
450 modifiée, qu'il y a des taxes/amendes sur jets de mégot, ne pas fumer dans les lieux publics à
451 ciel ouvert pour débanaliser la fumée ou qu'on se décide à opter pour une société qui soit
452 marquée par le bien être, il va de soi, qu'on fume d'autant plus qu'on est privé de liberté, de
453 santé mentale ou d'autres plaisirs, je veux dire qu'on **explique pas autrement le fait qu'on**
454 **soit dans des consommations majorées pour les publics que j'ai évoqué donc ça ne de**
455 **dépend strictement pas des acteurs tabac de diminuer de 2%. On peut juste travailler le**
456 **mieux possible dans une articulation théorique et pragmatique avec des publics**
457 **diversifiés comme nous le faisons aujourd'hui mais quand j'entends le responsable dire**
458 d'aller faire du one shot dans des entreprises au lieu de faire des séances en milieu carcéral car

459 ça rapporte plus et que notre budget est déficitaire pour la 2^{ème} année de suite, « on a tout
460 gagné », et je le dis en rigolant bien sûr, on a tout perdu hein, c'est ça que je vois pendre dans
461 une société en crise finalement, on est obsédé par des résultats, on a l'intelligence pour savoir
462 à quels paramètres et paradigmes sont liés/ interprétables les résultats mais on fait comme si
463 on était stupide et on veut des résultats quand même ; plus les gens seront males, je suis
464 suffisamment vieux, que pour avoir entendu dans la bouche des fumeurs « NO FUTURE » ;
465 aujourd'hui c'est la philosophie de la jeunesse, les jeunes n'ont pas confiance en l'avenir et il
466 y a des gens qui ont peur d'avoir des enfants, les gens disent que ça ne sert à rien de faire des
467 économies (les comptes épargne ça n'existe plus, autant tout flamber). Il y a toujours une
468 mode mais il n'y a plus de saisons mais il y a toujours une mode, il y a toujours une cilpabilité
469 à ne pas fringé comme il le faut ! je connais un membre du groupe de Châtelet qui voulait se
470 faire tatooter un ours avec deux oursons en l'honneur de ses enfants, qui ne verra peut être pas
471 parce qu'il n'est pas dans des conditions de salubrité pour les recevoir mais il vit
472 théâtralement, symboliquement sa paternité à travers un tatouage qu'il a réussi à se payer.. Je
473 veux dire qu'on est dans une société d'image, de passage à l'acte, d'inconfort qui justifie
474 pleinement que les drogues licites soient consommées abondamment come seule soupape que
475 trouve certaines personnes qui ne sont pas douées en philosophie, universitaire pour
476 questionner le sens de la vie et même l'intelgencia est polluée par l'ultra libéralisme de notre
477 société

478 F : Donc ... Le plan Wallon wallon doit contribuer à une chute de 2% de la consommation
479 tabagique et chaque acteur peut être questionné dans sa contribution ; C'est pour ça qu'au-
480 delà des indicateurs de quantité, on travaille nous au FARES dans pas moins de 12 écoles par
481 an, comment on travaille ? Avec **quelle efficacité** ? On n'aura jamais un suivi qui permettra
482 de dire que le travail qui a été accompli avec des jeunes de 13 ans sera porteur de succès quant
483 au statut tabagique des personnes ; **quelque part il y a quelque chose d'inadéquat !**
484 Un scoop au niveau de l'évaluation, il y a la perspective d'émettre pour chaque milieu de vie
485 (ex : institution pour personnes déficientes), **une grille d'évaluation multicritérielles**
486 (rigoureusement) : comment fait-on pour communiquer ? débanaliser ? sensibiliser ? quel
487 circuit est proposé en terme de sensibilisation, consolidation de sevrage ? y-a-t-il une
488 politique de loisirs, de valorisation ? ... et on peut checker un peu : par exemple on avait
489 2/100 au départ, on se rendait pas compte qui avait tant de choses à faire et on a envie tout à
490 coup en sachant que l'institution voisine a déjà 21/100 par exemple de se mettre au travail et
491 de débanaliser la question de la fume donc ça c'est un progrès décisif avec une très belle
492 rigueur sur le plan de l'évaluation et cette capacité de déléguer les responsabilités nous
493 d'expert à des garant de la qualité de vie au sein des institutions alors une fois par an, on est
494 sollicité par tel ou tel association, on évoque où elle en est, formation du personnes, groupe
495 pour les patients, ... mais est- ce qu'on peut voir où vous en êtes ? ah beh ça j'avais même pas
496 pensé ... d'années en années de voir grandir le désir de changement et d'actualiser le
497 changement dans les écoles, les hôpitaux, les milieux carcéraux ... qui ait une équipe de
498 projets ... pour débanaliser la question de la fume donc ça ça sera l'innovation et l'apport du
499 service sur le plan de l'évaluation et je me fais fort de le faire passer au niveau politique
500 comme un progrès majeur ; Pour l'instant il sera loisir à chacun de le remplir et peut être que
501 dans 10 ans -15 ans, je ne serai plus actif à ce moment, j'aurai cette satisfaction intime de me

502 dire que le gouvernement, le ministre de tutelle des personnes déficientes, a imposé la grille et
503 il n'est plus possible de dire que « chacun avait le droit de fumer, je vous trouve à côté de la
504 plaque, pour un fumeur c'est son dernier plaisir surtout pour ces gens là » voilà ça sera un
505 discours éradiqué, complètement affaibli qui ne sera plus dans l'ère du temps dans 10-15 ans
506 et on aura peut-être contribué d'une façon décisive à l'installation de critères de dépassement :
507 est ce qu'ils sont en progrès ou pas ? Chacun aura assez d'orgueil je vais dire, de générosité
508 philosophique pour se dire j'ai envie qu'on progresse, si on dépasse 50, ça serait un bel
509 objectif pour tous !

510 C : L'objectif c'est de contribuer à ... donc on va opérationnaliser cette contribution en
511 plusieurs actions et donc nous on va être évalué sur nos actions : est ce qu'on a bien mené nos
512 obligations de moyens ? est ce qu'on a bien mené les actions qu'on avait prévues pour
513 atteindre cet objectif et c'est à ce moment là qu'on va évaluer. On sait bien qu'il y a nos
514 actions à nous mais il y a d'autres acteurs qui vont rentrer en compte

515 H : Qu'est ce que vous faites des résultats ?

516 F : rapports d'activité par exemple, puis C. et D. fréquentent la société tabacologique
517 française et francophone et c'est un théâtre pour valoriser concrètement activités et ça nous
518 arrive même avec la relative densité des interlocuteurs de l'AVIQ, ça m'arrive de penser que
519 personne ne va lire un rapport ... Je préfère tout en ayant bien soigné l'articulation des
520 stratégies, des objectifs attendus et résultats enregistrés, je préfère savoir que ça un certain
521 destin au niveau de l'argumentation présentée à de nouveaux partenaires ou des formations
522 (destin des mises en forme chiffrées ou qualitatives)

523 C : Puis ça nous sert aussi à nous ! ; Si on voyait que les résultats n'étaient pas dans le sens
524 que nous on voulait, on se remettrait bien en question. **Mais ici, ça confirme les choses et ça**
525 **appuie aussi à côté de l'évaluation pré/post test, il y a aussi une enquête de satisfaction**
526 **plus qualitative et donc là aussi on essaye de retirer des éléments pour faire mieux ; Il y**
527 **a beaucoup de gens qui disent que ça manque de vidéos ou ce genre de choses, et l'idée**
528 **serait de créer quelque chose pour satisfaire cette demande là donc ...** c'est donc pour le
529 rapport d'activité, montrer qu'on est vraiment efficace et ça nous sert de feedback pour notre
530 travail.

531 H : Dans les conférences que vous citez plus haut, quels sont les grands résultats que vous
532 mettez en avant ?

533 C : 10% d'arrêt en moyenne et les aspects qualitatifs en sachant qu'il y a aussi une évolution
534 possible (échelle numérique de 0 à 10 et il y a des statistiques qui sont menées pour voir si
535 c'est significatif par exemple pour le sentiment d'efficacité, le délai d'arrêt, ce qu'ils pensent
536 du tabacologue, des substituts, est-ce qu'ils ont déjà pensé à arrêter ?) ce genre d'infos
537 peuvent aussi évaluer donc on essaye de faire des statistiques avec ce genre de données pour
538 montrer l'évolution ; et il y a aussi des questions de bien être plus global (je me sens bien dans
539 ma peau, dans ma tête ...) qui ne sont pas liées directement à la tabacologie mais qui sont en
540 rapport avec le bien être et donc a un impact sur le tabagisme

541 H : Quelles sont les difficultés que vous pouvez rencontrer dans les modules ?

542 C : **Que notre objectif ne soit pas toujours très bien compris (lien avec I.FI)** dans le sens
543 où on n'oblige personne à arrêter de fumer et **qu'il y ait des gens qui manquent la première**
544 **et la deuxième séance** où on explique bien, qu'on leur donne vraiment la parole pour qu'ils
545 disent pourquoi ils fument ... **et qui débarquent à la 3^{ème} séance où on parle de mini défi**
546 **(passage à l'action – privation d'une cigarette) et souvent ils ont trop loupé d'étapes et**
547 **ils se sentent déposséder de leur pouvoir de décision alors souvent il faut faire marche**
548 **arrière (INSER)** alors que le groupe était prêt, il était là et ça c'est souvent pas évident,
549 quand **il y a des intervenants qui ne sont pas en accord avec la philosophie du projet** (pas
550 la priorité, ils n'arrêteront pas si non ils vont être beaucoup trop nerveux,) ça ça peut aussi
551 être quelque chose de difficile et puis bah aussi **les conditions (il n'y a pas de local,**
552 **aujourd'hui ils sont en congés, ... (cf. déroulement focus),** après voilà c'est partout pareil
553 mais quand on sent qu'on est pas attendus .. alors voilà parfois on est super confiants, on vient
554 avec nos questionnaires et tout ça et puis on voit que ça ne suit pas ... pas forcément parce
555 que les personnes ne sont pas motivées mais pour des questions d'organisations internes.

556 F : ça me semble intéressant à ce stade – ci d'évoquer le travail original qui est accompli
557 auprès des patients en désintoxication (VIVALDI CHAINES AUX HAINES) sur la question
558 d'adhésion ; Voilà des personnes qui n'ont pas le choix de se soustraire à un groupe qui est
559 étiqueté « info tabac » ; Je ne suis pas fumeur, qu'est ce que je vais aller foutre là bas ? Je suis
560 fumeur mais j'ai pas décidé d'arrêter, j'ai déjà pas décidé d'arrêter de boire alors ... **il y a une**
561 **réticence à adhérer au groupe parce qu'ils sont obligés d'y être.** Ça se passe parfois d'une
562 façon glaciale (expressions non verbales fermées), **50 min après les gens servent la main de**
563 **l'animateur, le remercie chaleureusement (« ça m'a fait énormément de bien ») parce**
564 **qu'on a la possibilité de laisser la charge de l'imposition des séances à l'institution et**
565 **d'être identifiés nous comme essentiellement, pleinement bienveillants, respectueux des**
566 **difficultés latérales de vie, de la grandeur de l'enjeu** qui consiste à arrêter la cocaïne,
567 l'alcool en étant en hôpital **mais quelques mots les rassurent profondément et à partir de**
568 **là il y a une ouverture,** un questionnement qui se fait sur les effets prospectifs (« quand je
569 serai sorti d'ici ... je n'exclus pas de venir vous voir, j'ai peur de me déstabiliser mais ... ,
570 c'est bien que vous soyez là car je me rends compte que quand je fume je pense à l'alcool et
571 réciproquement ...) voilà **ça c'est la grande question de la contrainte et dans ce que tu**
572 **présentais (à C.) à l'instant, la principale difficulté** dynamique dans le groupe (celui qui a
573 manqué la 1^{ère} séance où on expose la philosophie du projet, arrive dans le groupe avec un
574 procès d'intention (« ceux qui m'arrêteront ne sont pas encore nés », on entend ça bien sur à
575 la première séance mais j'ai vaguement entendue **une phrase qui m' a beaucoup plu : il n'y**
576 **a personne qui vous arrêtera, vous ne sortirez pas menotté d'ici, votre vie vous**
577 **appartient et on respectueux de vos choix ; Peut être que dans des** circonstance de vie il
578 est hors de question d'arrêter, maintenant est ce que c'est inintéressant d'en parler, pas pour
579 nous ! **On est venu avec un intérêt profond pour cette ambivalence** qui hante
580 apparemment tous les fumeurs, une petite partie de soi à envie d'arrêter (il y a parfois déjà eu
581 des tentatives par exemple) et en même temps ça serait tellement dur de s'en sortir . **Donc**
582 **voilà on pose un cadre avec sérénité et les gens adhèrent et effectivement .. c'est une**

583 **question stratégique globale : Dans quelle mesure** on peut contraindre un fumeur à une
584 sensibilisation, si on est subtile au niveau politique, on va créer des campagnes d'affichage
585 qui sont moins virulentes (qui seront dans le sens : je vous aies compris), **le jugement, le**
586 **soignant, le politique qui décide ça la place du peuple, c'est inconcevable mais si au**
587 **moins on pouvait faire passer le message qu'on ne décidera pas mais que le thème est**
588 **d'intérêt public, voilà je pense que ça fait aussi partie de la déperdition du travail**
589 **quelque part l'ordre du fantasme, les craintes, les représentations du public sur ce qu'on**
590 **fait, les menaces, l'insécurité du travail peuvent être liées à certains de ces aspects ! Je**
591 **voulais prendre l'exemple à l'unité Vivaldi et qui finalement est particulièrement bien**
592 **vécu et qui peut enclencher une dynamique de changements ; C'est ça l'égalisation des**
593 chances c'est s'introduire quand même dans le champ de questionnement de la personne
594 l'inertie et le plaisir lié à la nicotine ;

595 H : Comment sont fixées les modalités de participation ?

596 H : Toujours par les institutions ?

597 F : ça peut être négocié avec nous, exploré avec nous dans le cadre d'un premier entretien
598 avec la direction, les co-animateurs locaux (assistante sociale, un psychologue, éducateur ..)
599 On a régulièrement des scénarios ... on peut très bien aussi phaser les choses en disant que la
600 première séance est obligatoire et les séances suivantes sont placées sous le signe de
601 l'adhésion volontaire

602 C : Un groupe n'est pas l'autre (on peut avoir des groupes volontaires et d'autres où c'est
603 toujours obligatoire où là par exemple une personne qui débarque à la 4^{ème} séance et qu'on a
604 bien senti qu'il était pas heureux (ex : insersambre) **c'est un peu compliqué d'évaluer des**
605 **choses globalement sur des profils très différents**

606 H : **Quid du Suivi post intervention ? On en a déjà parlé au cours de l'entretien donc**
607 **l'absence est due au manque de moyens et par rapport aux coordonnées changées ?**

608 F : oui c'est difficile

609 C : **Oui et peut être aussi au niveau de l'éthique, on leur demande rien mais peut être**
610 **qu'on pourrait réfléchir à faire ça ; c'est vrai que maintenant avec les GSM on change**
611 moins de numéro qu'avant (on peut garder le même numéro en changeant d'opérateur)

612 F : **oui c'est possible, on avait une formule, on le disait : le questionnaire est anonyme**
613 **mais si vous voulez vous pouvez donner vos coordonnées si vous souhaitez être**
614 **recontacté. Sachant que nous ça nous intéresse de vous entendre dans 6 mois pour savoir**
615 **ce que vous êtes devenu (qu'il ait vraiment une question scientifique c'est pas tout à fait**
616 **humain ou affectif). Les gens passaient souvent des gens chaleureux et que la dernière**
617 séance était marquée un au revoir qui se déroule dans un climat un peu décalé (goûter par
618 exemple) il y a quelque chose de fort qui s'est passé pour certaines personnes et à ce moment
619 là effectivement même si on peut **annoncer qu'il a un biais (des personnes qui sont prêtes**
620 **à être jointes son profil est différent d'une personne qui veulent créer cette étanchéité sur leur**
621 vie privée, sur la traçabilité).

622 H : Par rapport **aux partenariats** ? On a déjà cité OSH, FARES ?

623 F : Bah c'est-à-dire **que nous on considère les structures bénéficiaires comme des**
624 **partenaires** au sens où l'option constructiviste qui va être de mise dans le respect qui est
625 **du à un professionnel qui connaît son métier ou qui le préjuge qu'on ne le connaît pas ;**
626 je veux dire ce sont des personnes qui en psychiatrie « vous comprenez ce que je vous
627 explique, vous voulez le faire arrêter de fumer ... euh ... je voudrais pas ... » donc voilà pour
628 éviter tout affrontement, querelle d'experts ... voilà vous connaissez votre public et nous
629 connaissons la question tabagique, on vous rassure tout de suite on est pas obsédé sur l'arrêt
630 du tabac mais surtout l'égalisation des chances donc on ne peut pas banaliser le fait que les
631 gens consomment un produit qui dans un cas sur deux va les faire mourir, vous êtes une
632 institution de soins, une institution d'hébergement, la question de bien être est au centre de
633 vos préoccupations ... voilà ... Le cadre est donc posé ! Pour moi, même si au niveau du plan
634 wallon, on travaille avec tous les partenaires (l'association de MG, fares, OSH, hainaut santé,
635 union des pharmaciens de Belgique ...) **autant sur le dossier de la précarité, je trouve que**
636 **le mot partenaire s'applique à des personnes qui sont en dehors de la tabacologie par**
637 **exemple le lien qu'on pourrait faire et qui se fait à certaines occasions** (par exemple le
638 SES à Huy, ils ont une option alcool et drogues illicites et ils nous invitaient pour travailler
639 sur la question du tabac et le lien sera très facile à faire entre la drogue illicite et la drogue
640 licite ; C'est certain qu'ils ont un bon rapport avec leur public, ils sont identifiés comme des
641 acteurs non toxiques, non suspects mais en même temps, en prison on pourrait entendre
642 « c'est pas marqué pigeon, j'ai pas parlé du shit qu'on m'amène en cellule ... » donc si on
643 parle du tabac et qu'on pose un cadre et qu'on invite nos partenaires, qui vont évoquer les
644 drogues illicites lors d'une séance, on ouvre une porte pour travailler sur autre chose tout en
645 consolidant les aspects tabac ;) donc quand on travaille avec une équipe médicale élargie au
646 niveau de l'unité VIVALDI, pour nous ils sont experts en désintoxication et ils me
647 reconnaissent une expertise au niveau du tabac et ils ont formé leur équipe, ils sont capables
648 de gérer des informations consistantes mais tous les 15j ils vont nous inviter ... **donc moi je**
649 **trouve qu'il y a des grands partenariats qui se dessinent sous le plan wallon sans tabac**
650 **mais vraiment je préfère le mot partenaire au mot bénéficiaire s'agissant de structures**
651 **avec lesquels nous collaborons aux bénéfices de leur public même si avec le public il y a**
652 **aussi une option philosophique sur l'action de la personne (méthodes actives ...)**

653 H : donc la structure psychosociale c'est un partenaire ?

654 C : oui avec la référente

655 F : On souhaite toujours **qu'il y ait présence dans la co animation, un pôle de co animation**
656 **interne pour faire le lien d'une séance à l'autre sur le plan interstitiel (7 jours ça peut**
657 **être très long, il y a des encouragements qui peuvent être distillés par la personne et**
658 **surtout que nous soyons clairement dispensés des aspects disciplinaires ; Par exemple :**
659 **« Dis, ton gsm, ... »le mec qui vient pour aider les gens** à poser des questions sur le tabac et
660 qui s'en prend à un comportement lié au GSM, il va le payer que si la formatrice, l'AS
661 habituelle dis « Joseph, ton GSM ..., la règle est claire pour tout le monde, ok à la pause ! »
662 j'ai un confort et ça c'est clairement important !

663 F : je ne sais pas si j'ai répondu à la question ...

664 H : Si si et quels sont les outils/supports que vous utilisez ? Je connais le photolangage, les
665 publicités ...

666 C : oui et il y a aussi le testeur de CO

667 F : brochures qui peuvent être explorées au sein même du groupe ou remises à la 2^{ème} séance
668 par exemple ; « Certains d'entre vous ont lu les brochures : oui, on a trouvé ça très intéressant
669 et on a fait les tests... » donc voilà les brochures sont intéressantes mais pour l'instant on est
670 en **train de se questionner sur l'intérêt d'une infographie/ des infographies liée à**
671 **l'utilisation pragmatique des patches** (ex : changer tous les jours, ...), **on peut faire cette**
672 **communication mais que ce soit à l'école, ou dans la monde d'adultes, la télé marche**
673 **pouf ... on entend plus une mouche volée et les gens sont captivés ... que si on est en**
674 **train d'expliquer** à quelqu'un l'utilisation du patch ... il y a quelqu'un qui va dire « donc le
675 patch, il faut que je le mette dans le dos, c'est ça ? et puis alors on est en train d'expliquer et
676 puis la personne discute et puis elle dit qu'elle n'a pas entendu fin voilà parfois c'est sidérant ;
677 Je crois que ça va nous dispenser ... et en même temps ... hier j'étais sous tutelle dans une
678 maison médicale où il y avait 2 médecins extrêmement humbles (beaucoup d'accueil et
679 considération pour moi) et à un certain moment je retrouve une personne qui ne veut pas faire
680 de mini défi mais qui veut arrêter ... jamais je n'aurai le temps de coacher parce que j'ai tout
681 un groupe (quelles sont ses ressources, comment va –t-elle utiliser le patch ? CO ? ...), j'ai
682 banalisé son truc et le médecin pourrait dire : quel amateur ce mec là ; moi je me présente
683 comme un spécialiste et dans mon cabinet ça ne se passerait pas comme ça forcément il ne
684 lâcherait pas sa patiente sans lui avoir dit tout ce qu'il pense essentiel ou il peut aussi lui dire
685 de l'appeler ou je vous téléphone à 16h ...moi hier à Bruxelles, je vais très bien à Bruxelles
686 samedi ou je lui proposerai bien de venir ... non c'est terminé ce genre de choses ! , je ne
687 rentrerai plus dans ces combines ou donner mon numéro de téléphone sans savoir je serai
688 libre, que ce soit pour un RDV ou un rapport d'activité ... et là je me dis : si on avait défini
689 une infographie qui dure 15', j'aurai dit : attention les gars, on a encore l'infographie à voir et
690 puis il faut encore qu'on en discute, paff, toutes les informations passent et je suis pas
691 coupable (rire); il y a **pas 6 mois sans qu'on se réunisse pas de manière**
692 **informelle/formelle pour dire est ce qu'on ne ferait pas comme ça ? comment procèdes**
693 **tu toi avec bavard, un hystérique ? et qu'on se dise qu'il y aurait moyen de travailler**
694 **mieux ? est ce que les publicités avec un public jeune ça passe encore aussi bien qu'avec**
695 **un public qui a connu les pub ? ... on se remet en question ; pour l'instant ce qui nous**
696 **manque le plus ça serait des infographies ...**

697 C : **il faut aussi taper juste (il faut pas que ça soit trop ringard, trop formel ou trop ..) il**
698 **faut que ça leur parle et que ça soit des choses facilement accessibles ; par exemple,** ces
699 dernières semaines il y a plein de gens qui ont essayé le patch en disant que ça marche pas
700 (brûlure ...) et qu'ils l'ont mis le soir alors qu'on leur avait dit uniquement le matin attention
701 changer l'endroit, sec, non poilu ... et pourtant ils le mettent le soir ... donc voilà on pensait
702 que c'était pas très compliqué comme phrase mais en tout cas ça n'a pas été intégré ou bien

703 ça été un peu détourné et à raisons parce qu'on peut se dire « c'est le matin que j'en ai le plus
704 besoin si je le mets le soir, je vais me réveiller en étant en manque... »

705 F : on peut avoir des pastilles par exemple à action rapide à la place le matin ... Je me suis
706 perdu ici dans un milieu allochtone (portugais, espagnol) à St Gilles ... euh avec la pastille
707 évitez d'avaler un paquet de salive parce que à ce moment là vous envoyez la nicotine dans
708 l'estomac et ça va pas vous aider » ... et elle me répond : je peux pas l'avaler ? mais c'est
709 comme n'importe quel bonbon faites doucement ... j'ai essayé moi-même le truc pour
710 disqualifier .. je dis toujours qu'il faut réconcilier les gens avec la substitution, j'ai réussi à me
711 tirer une balle dans le pied (rire)

712 C : Si non comme outil, on a aussi le parcours sans T qu'on fait de temps en temps et la
713 création des badges et magnettes;

714 F : on a été assez loin aussi pour certaines populations ; si on recommande aux gens de
715 s'occuper car ils sont eux conscients qu'ils fument moins quand ils s'occupent ... on a été
716 jusqu'à fournir des supports d'occupation donc tout le monde peut aller s'acheter un carnet de
717 sudoku ou mots croisés c'est-à-dire que c'est comme les patch, je le reçois et je le paye pas et
718 ça marche et j'aime ben et façon j'économise 6,90 euros par jour donc je peux bien m'acheter
719 un bouquin par semaine ; voilà on a aussi crée des outils mais qu'on ne diffuse pas de manière
720 systématique à nouveau pour des raisons économiques ; je leur offre quelque à chaque séance
721 (balle anti stress par exemple, je sais que ça marche pas pour tous mais voilà parfois il y a
722 aussi de la réglisse par exemple) ; Les 4 dernières fois où j'ai acheté des fois je ne me suis pas
723 fait rembourser ...

724 H : vous avez un budget spécifique pour les outils/patch ...

725 F : on a un budget, ... on va pas te demander de couper le truc mais ... qui dis mini défi dis
726 solutions de confort au niveau de la dépendance pharmacologique mais sur la fin du mois de
727 janvier, les pouvoirs publics donnent 85% du budget et 15% lié au rapport d'activité donc
728 comme il faut justifier 100% les 2 derniers mois sont mortels ! on a plus d'argent ! on a
729 dépassé le découvert autorisé par la banque, il faut trouver une solution personnelle mais
730 jamais on a dérogé à l'idée que les substituts c'est du luxe, non c'est capital

731 C : il y a pas un budget spécifique pour les substituts, c'est dans les frais de fonctionnement
732 où il y a les substituts (parfois où il y a des groupes où tout le monde veut un patch et des
733 groupes où dise non, j'ai déjà testé et je suis allergique et je veux qu'une pastille) donc voilà
734 on a pas de quota

735 H : quels seraient les points à améliorer ?

736 F : Les séances formelles de réunion d'équipe se sont rarifiées donc euh ... ce n'est pas
737 normal .. **mais on était tous en train de se dire comme il est difficile d'être animateur sans**
738 **aucune référence historique ou sans aucune formation spécifique ; une formation est**
739 **adéquate et nous, j'ai fait état du sentiment d'échec que j'ai connu,** je reviens à la MM
740 sur Bruxelles, j'ai marché sur des œufs pendant les 2 premières séances et je me suis dit c'est
741 super pour notre évaluation, il y a des médecins dans la salle, on débriefé avec la responsable

742 de la fédération, tant mieux ... c'est un de mes pires souvenirs parce que arrive à la 2^{ème}
743 séance, quelqu'un qui n'a pas suivi la 1^{ère} et qui n'a pas les repères philosophiques du travail,
744 qui est hystérique jusqu'au bout des ongles, le brésilien avec les spots publicitaires
745 extrêmement théâtrale, s'évanouissant lors du test CO ce qui ne m'est jamais arrivé en 800
746 expériences, un groupe qui ne veut plus souffler car on s'évanouit, un groupe qui se réconcilie
747 avec son tabagisme parce que tout de même il est méchamment loin ... quelqu'un qui dit :
748 en fait, on fait pas de pause et vous allez nous imposer ça ? ... mais voilà ça se négocie
749 toujours les pauses ... 'tu décides tout seul ... voilà j'ai vécu l'enfer (rire). Donc, bon, on a
750 toujours besoin de processus de réassurance, de partage, de débriefing, c'est tellement
751 important d'avoir une prise en charge binomiale d'un groupe en se rappelant de choses sur le
752 voyage aller et en débriefant sur le voyage retour on projette des choses ... La dynamique
753 d'un groupe est toujours unique mais on se dit effectivement que ça nous aiderait d'avoir
754 aujourd'hui de l'infographie effectivement par exemple et on peut aussi se dire que s'il y avait
755 une généralisation de processus de groupe de parole, qu'on puisse être garant de séminaire de
756 renforcement, d'inter vision clinique et peut être apprendre à gérer une personne qui prend
757 trop place, comment déjouer la réticence contagieuse aux NRT ? ... Voilà

758

Entretien avec une formatrice (E1)

Durée : 34 min et 26 secondes

Lieu : Bureau de l'interviewée

- 1 H : Juste pour vous rappeler le contexte, donc je suis étudiante en santé publique à l'UCL et je
2 m'intéresse à la pratique du SEPT parce qu'on voit que le tabagisme diminue dans la
3 population générale mais ça ne diminue pas dans les groupes sociaux les moins favorisés alors
4 que des interventions et directives sont mises en place (prix du tabac augmente, campagnes
5 prévention, interdiction de fumer dans lieux publics ...). De ce fait, ça me semblait pertinent
6 de m'intéresser aux interventions qui sont mises en place spécifiquement pour ce public, et le
7 SEPT rencontre en Wallonie ces personnes plus précarisées (les interventions mises en place
8 correspondent-elles aux demandes, besoins, attentes des participants ?). Si je vous ai demandé
9 cet entretien, c'est pour comprendre votre démarche auprès du SEPT
- 10 H : Dans un premier temps, présentez-moi peut-être brièvement l'asbl insersambre
- 11 M : Donc nous on est une régie de quartier, les régies de quartier ont deux missions qui sont la
12 redynamisation de quartier (on est implanté dans les logements sociaux, parce que notre
13 public justement sont les habitants de ces logements sociaux, on a donc deux territoires de
14 compétences Farciennes et Aiseau-Presles), **redynamisation de quartier** plus tout ce qui est
15 activités citoyennes et la deuxième mission c'est **l'insertion socio-professionnelle** et donc on
16 s'adresse au public des logements sociaux. On est une petite équipe (4), on a une
17 coordinatrice (gestion asbl, réunions ...) , une assistance administrative (spécifiquement pour
18 les activités citoyennes) et moi qui suis plus **responsable de l'insertion socio-**
19 **professionnelle** donc je suis **médiatrice sociale**, je m'occupe du suivi des stagiaires qui sont
20 en formation ça va de l'entretien d'accueil, suivi tout au long de la formation jusqu'à la fin de
21 celle-ci. Il faut aussi savoir que c'est une formation qui est reconnue par le FOREM donc le
22 FOREM nous demande de remplir des objectifs (on ne fait pas ce qu'on veut) le forem
23 détermine un certain nombre d'heures à consacrer pour différents domaines (par exemple, 23h
24 à consacrer à la formation pratique, 19h sur chantier et 4h au niveau théorique comme par
25 exemple les cours de français, math ...) et les autres heures sont consacrées à l'insertion
26 sociale et professionnelle ; Quand on dit insertion sociale et professionnelle, qu'est ce que je
27 travaille avec eux : math et français peuvent aussi se retrouver ici, le suivi individuel des
28 stagiaires (travailler le projet professionnel). Il faut également savoir qu'on est un centre de
29 pré formation (= avant la formation qualifiante) et dans une pré formation on est tenu de
30 travailler tout ce qui est savoir faire mais aussi tout ce qui est savoir être (= être capable de
31 venir tous les jours, la ponctualité, savoir prévenir quand on vient pas, problèmes d'hygiène,
32 on travaille tout ce qui pourrait être un frein à l'emploi, ou à l'entrée dans une formation
33 qualifiante) Moi par exemple, s'il y a un stagiaire qui vient pas je vais lui téléphoner et lui
34 dire : et quoi, ça fait 4 jours qu'on a pas de nouvelle de toi tu te souviens selon le RIO tu es
35 tenu de prévenir, d'apporter un certificat ... alors que dans une formation qualifiante, ils
36 prennent pas le temps de travailler tout ça.
- 37 H : L'objectif de cette formation pour les bénéficiaires ?

38 M : Pour que nous on appelle ça une sortie positive, soit ils trouvent de l'emploi soit ils vont
39 vers une formation qualifiante alors moi ce que je leur dit souvent, je suis cash avec eux, c'est
40 que leur formation à la régie ici, ça va pas être suffisant, c'est pas parce qu'ils sont venus à
41 une formation ici que tu auras plein de portes qui vont s'ouvrir puisque justement c'est pas
42 une formation qualifiante et l'employeur s'il voit formation à la régie c'est assez light mais
43 bon après il y a quand même certains stagiaires qui vont trouver de l'emploi. Mais moi mon
44 objectif c'est de les amener vers une formation qui sera davantage qualifiante

45 H : Combien de temps dure la formation ?

46 M : Alors chez nous, on reste max 1 an et c'est des contrats de 3 mois renouvelables 4x ; Au
47 bout des trois mois je fais une évaluation avec le formateur et donc avec le formateur on
48 essaye de voir ce qui se passe sur chantier, ce qu'il apprend, tous les points forts et faibles et
49 on analyse c'est plutôt sous forme d'une conversation et on essaye de déterminer si c'est
50 pertinent de renouveler pour ce stagiaire ou pas ; Soit ça peut être nous qui estimons que la
51 formation n'a plus lieu d'être et qu'il a fait le tour de la question et qu'il ne va plus rien
52 apprendre chez nous ou ça peut être le stagiaire lui-même qui dit qu'il a fait ses 3 mois et il
53 trouve qu'il perd son temps et que ça ne correspond pas à ses attentes et il est libre de quitter
54 la formation. Quand je dis qu'ils sont libres de quitter la formation quand ils veulent mais il
55 faut savoir qu'il y a des conséquences surtout s'ils sont bénéficiaires d'allocations de
56 chômage parce qu'ils y ont droit et qu'ils quittent la formation sans raison valable (raison
57 valable : problèmes de santé, autre formation trouvée ou un travail ...) ils risquent d'avoir des
58 sanctions. S'ils disent qu'ils veulent pas venir, ou que ça les intéressent pas ou qu'ils veulent
59 pas se lever le matin, bah c'est pas une raison valable ! Moi, je dois envoyer au forem la
60 raison pour laquelle on met un terme au contrat

61 H : Pour revenir au SEPT, comment vous avez connu ce service ? (par quel biais)

62 M : Je crois que c'est eux qui se sont présentés à nous une première fois, je pense, parce que
63 ça date quand même ! je pense que ça fait la 4^{ème} ou 5^{ème} année et je pense qu'ils sont venus
64 vers nous et donc voilà comme on doit donner tous des outils nécessaires à la **réinsertion**
65 **sociale** et donc ça passe notamment par des activités et animations de ce type là. Pour ces
66 activités là on est libre (ils nous disent (FOREM) vous devez faire acquérir des **savoir être et**
67 **savoir faire** à vos stagiaires mais finalement vous le faites comme vous voulez) donc nous on
68 essaye de mettre en place des animations qui sont pertinentes pour nos stagiaires donc soit
69 c'est les stagiaires qui nous demandent de traiter tel ou tel sujet ou alors quand il y a pas de
70 demande particulière, **de part ce qu'on a observé** on se dit que ça pourrait être sympa de
71 mettre ça ou ça en place. Donc quand le SEPT a fait sa pub finalement, on s'est dit en régie ,
72 **la majorité des stagiaires sont fumeurs** donc pourquoi pas.

73 H : Donc ici, si je comprends bien, recourir au SEPT permettait d'agir sur le savoir faire et
74 savoir être (insertion socio professionnelle) et en même temps parce qu'il y avait une majorité
75 de fumeurs

76 M : Parce qu'il y avait **une utilité**, parce que c'est pas les premiers (SEPT) a par exemple à
77 nous proposer une animation mais parfois on refuse parce qu'on comprend pas toujours la
78 pertinence ou parce que pour notre public ça va pas marcher

79 H : Ici si je comprends bien, il n'y a pas eu de **demande spécifique** des participants à aborder
80 le tabac ?

81 M : **non parce que s'il n'y avait qu'eux, il n'y aurait pas ces animations** et c'est ça que je
82 répète souvent c'est que je suis tenue de faire ce genre d'animations avec eux ; Si je leur
83 demande ce qu'ils ont envie de faire ils vont me répondre un mini foot, la descente de la lesse
84 ... et jamais m'amener des choses comme ça ... moi le mini foot pour la cohésion d'équipe ok
85 mais fin voilà ça reste là

86 H : Donc ce qui vous a poussé à accepter l'invitation du SEPT c'est autant pour répondre à cet
87 objectif d'insertion socio professionnel et suite à vos observations

88 M : oui parce que j'essaye de faire des activités qui ont un intérêt, alors je dis pas tous les
89 stagiaires n'étaient pas concernés par le tabac **mais on fait pas de différence et ce qui était**
90 **bien avec le SEPT c'est que finalement on a pu raccrocher les stagiaires non -fumeurs** à
91 ces animations parce qu'ils se sont finalement lancé un mini-défi pour une autre « addiction »
92 (boissons énergisantes ...) donc voilà on fait pas de différence. Le retour que j'en ai, il y en a
93 qui ont vraiment accroché et je suis consciente que j'ai pas touché tout le monde mais je suis
94 super contente parce que je pense que ça a quand même eu son impact (M. par exemple ça a
95 vraiment eu un impact et même d'autres, je pense que ça a quand même fait son petit
96 cheminement mais certains vont vous dire « on en marre, ça fait x fois qu'on parle de ça, moi
97 le tabac j'en ai ras le bol ... » il y a eu des désertions un moment donné, il y en a qui ne sont
98 pas venus à tout parce qu'ils avaient pas envie de venir ou qu'ils ne voyaient plus l'utilité
99 mais voilà c'est comme ça ! Quand ils signent leur contrat, je leur dit, quand vous prenez la
100 formation, vous la prenez pour sa globalité et votre formation pratique et tout ce qui est
101 proposé à côté.

102 H : Quels sont alors vos objectifs in fine quand réalisez le projet avec le SEPT ?

103 M : Avoir **touché un maximum de personnes**, voilà ! et là **mon objectif il est atteint !** Je
104 veux pas de grands changements, et comme disait le SEPT l'objectif c'est pas forcément
105 qu'ils arrêtent (et pour moi non plus), de fumer mais c'est **de donner les outils nécessaires**
106 **pour que lorsqu'ils auront envie de changer de comportement** ils savent vers quoi aller et
107 s'ils peuvent en **parler à leur entourage** j'ai tout gagné ! Parce que ce qu'on propose aux
108 stagiaires, on pourrait aussi le proposer d'autres ,par exemple ma collègue qui fait plus du
109 communautaire pourrait le proposer aux habitants de la cité parce que c'est intimement lié à
110 notre public.

111 H :du coup, si je comprends bien, il n'y a pas d'obligation légale de recourir à ce genre de
112 projet « santé » ?

113 M : c'est clair que par exemple on est subsidié par le fond du logement, bah il y a différentes
114 thématiques au niveau de la santé, du logement, **il y a des thématiques qui doivent**, il me

115 semble être abordées **mais ils me disent pas tu dois aborder ça dans la santé**. Après si moi
116 j'ai envie d'aborder l'hygiène alimentaire, j'aborderai l'hygiène alimentaire, là je ne suis pas
117 prise, on ne me dit pas ce que je dois faire et c'est ça qui est génial parce que **finalement en**
118 **fonction du public et des demandes** j'y mets un peu ce que j'ai envie

119 H : Quand vous acceptez de collaborer avec eux, qu'est ce que vous attendez du SEPT ?

120 M : **Ce qu'ils ont fait**, ça ! oui j'attends une **sensibilisation pour mon public**, voilà ce que
121 j'attendais alors si il y en a qui arrête de fumer c'est magnifique ! mais je me fixe des grandes
122 attentes, le fait qu'ils participent, pour certains j'ai atteint mon objectif ! **Participer**, même
123 s'ils se taisent, ebin ils écoutent ! il ne faut pas fixer des grands objectifs, c'est pas réalisable
124 mais bon s'il y en a qui ne vient jamais aux animations, qui se portent systématiquement
125 malade, si cette fois ci il vient alors mon objectif est rempli. Si un jour, au mois de juin, il y en
126 a un qui vient me dire qu'il a décidé d'arrêter mon objectif est atteint

127 H : On parle justement de participation, comment sont fixées les modalités de participation
128 pour les bénéficiaires ?

129 M : C'est assez compliqué, comme ils n'aiment pas ce genre de chose, c'est assez lourd mais
130 on a déjà essayé toutes les formules et comme ils ne sont **pas motivés**, je n'annonce pas à
131 l'avance l'animation qui va avoir lieu même parfois je leur dis le **jour même** parce que je suis
132 sûr qu'ils vont déserter, s'ils trouvent que le thème est embêtant selon leur vocabulaire, ils
133 risquent de ne pas venir et moi je me dis, mince, j'ai pas de stagiaires et je fais venir un
134 intervenant extérieur ... donc souvent je leur annonce le jour même et ils viennent un peu plus
135 tôt et je rappelle les consignes (se tenir un minimum, respecter la personne qui vient ...) mais
136 avant ça, ils savent très bien quand ils **signent leur contrat, comme je disais tout à l'heure,**
137 **qu'il y aura des animations de ce type** et quand je les vois en entretien, je leur cite déjà des
138 exemples d'animation qui sont proposées donc ils ont déjà une vague idée.

139 H : donc la présence est obligatoire ?

140 M : Oui, elle est obligatoire

141 H : Quels sont les motifs les plus souvent ressortis en cas d'absence ?

142 M : **C'est la difficulté de rester assis, le timing qui leur plait pas et préférer aller sur**
143 **chantier que venir faire des « conneries » comme ils disent**

144 H : A la 5^{ème} séance, ils étaient 5 et au début ils étaient +/-8 ...

145 M : Oui mais attention il y a aussi vraiment des gens qui sont **véritablement malades** ! 2 par
146 exemple ils sont malades depuis le début de la semaine et c'est pas lié à ce qu'on leur
147 proposait aujourd'hui

148 H : Quelles sont les conséquences s'ils ne viennent pas aux animations ? (sentiment de
149 « pression ») ?

150 Certains oui, comme je disais tantôt ceux qui bénéficient des allocations de chômage, leur
151 absence est renseignée au FOREM. S'ils ne viennent pas, ils perdent leur journée de chômage,
152 et ça c'est lourd, donc c'est un moyen de pression on va dire ! Pour ceux qui ne bénéficient
153 pas d'allocations de chômage ni de CPAS, finalement à part que je peux leur tomber dessus
154 quand ils reviennent ou à la limite leur dire que s'ils continuent à pas venir plusieurs vendredi,
155 on peut mettre un terme à leur contrat, bah voilà, ils s'en foutent quelque part ! Et ceux qui
156 bénéficient des allocations du CPAS, c'est encore une forme de chantage, entre guillemets, et
157 c'est triste, mais on doit jouer au chantage..., je dois leur rappeler que leur AS du CPAS est
158 souvent en contact avec nous, et que je pourrai le signaler et qu'il y a déjà eu des stagiaires
159 qui ont eu des suspension du revenu d'intégration, fin voilà c'est vraiment délicat et il faut
160 aussi savoir que certains stagiaires ne viennent pas spontanément, ils viennent parce qu'on
161 leur a dit de venir (par exemple le CPAS, le FOREM) donc voilà, ils savent que quand ils sont
162 chez nous, on va plus les embêter et ils ne risquent plus d'être convoqués au FOREM et ils
163 savent aussi que s'ils font une année complète, pour ceux qui n'ont pas les allocations de
164 chômage, d'obtenir des évaluations positives et donc accéder aux allocations.

165 H : Par rapport au suivi, entre les séances ou après les séances, est ce qu'il y a un feed-back
166 avec eux ?

167 M : Pas forcément, souvent il a été fait avec l'intervenant mais par exemple dans ce cas, bah
168 M., je vais le suivre ! (comment ça va ... il sent qu'il y a quelqu'un qui s'intéresse, et si ça
169 peut l'aider, quelque part, bah autant le faire, et puis ça fait partie de mon rôle aussi ; par
170 exemple, G., je sais que ça a eu un impact sur elle aussi et d'ailleurs je lui demande aussi des
171 nouvelles (alors comment ça été pendant les fêtes ? ..., et elle me dit qu'elle a eu vraiment dur
172 ...) Voilà je vais plutôt les interroger comme ça ... , pas les interroger mais comme une
173 discussion quoi !

174 H : Dans le Programme du SEPT, qu'est ce qui vous a convaincu ?

175 M : Etant donné que ça fait déjà 4 ou 5 ans, je ne me souviens plus mais j'ai tendance à dire
176 que le fait que ça traite du tabagisme ça nous avait plu par rapport aux observations qu'on
177 avait faites. Parfois il y a d'autres intervenants extérieurs qui viennent et quand je trouvais que
178 c'était pas pertinent, bah je ne fais plus appel à eux. Quand on a lu le descriptif du SEPT, on
179 s'est dit oui ça peut coller avec notre public, et ils sont concernés et dans le cadre de nos
180 activités du vendredi ça peut être intéressant et donc voilà ça se passe bien donc ils
181 reviennent. Ça dépend aussi de moi, si je trouve pas ça pertinent ou si les stagiaires me disent
182 tous c'était trop nul bah voilà je fais plus appel à eux

183 H : Quels sont les éléments qui vont ont rendues plus réticentes ?

184 M : Bah je pense qu'il y en a pas, c'est ma directrice qui m' a d'abord montré leur descriptif
185 et que ça pouvait convenir aux stagiaires et on étaient toutes les deux preneuses

186 H : Et vous, après avoir assisté à plusieurs séances avec eux, quelles seraient les
187 améliorations que vous apporteriez ?

188 M : Moi, je suis triste mais ce qui me plairait, mais c'est pas faisable, , mais c'est que il y ait
189 un suivi pour M., parce que lui il est preneur ou pour G., après oui je peux le faire mais je
190 pense que le SEPT est plus outillé et pour donner des conseils au niveau des patches, pastilles,
191 ce qu'ils peuvent faire dans telles situations ...

192 H : C'est le suivi qui vous manque ?

193 M : Oui c'est le **suivi qui manque**, parce que refaire **tout le temps des animations à un**
194 **moment, on va tourner en rond**, là c'était bien parce qu'on a demandé un rappel (6^{ème}
195 séance) parce que là on avait terminé normalement (après la 5^{ème}) et donc finalement je me
196 suis dit, quelque part ils sont demandeurs, vous étiez là quand j'ai demandé si ça les
197 intéresserait et ils étaient tous partants donc voilà ... il y a quelque chose à continuer, surtout
198 qu'on allait passer 15j difficiles (vacances Noël) puisque ils ont tous ressortis l'inactivité,
199 .. comme motif de rechute donc c'était bien qu'ils reviennent après parce que quelque part
200 c'est la carotte. C'est ce que j'ai demandé tantôt à M., si tu avais su qu'elles revenaient après
201 les fêtes, est ce que tu aurais eu un comportement différent ?

202 M : donc voilà pour refaire un récap, pourquoi on a fait appel à eux, parce qu'on a dans notre
203 programme de formation une plage horaire réservée à des activités de ce type et pourquoi le
204 SEPT parce qu'ils sont venus vers nous et on a analysé tout ça et on a trouvé ça que ça
205 pouvait coller avec notre public et donc on était preneur. Et on refait appel à eux donc voilà
206 c'est qu'on trouve ça pertinent

207 H : une fois par an vous les revoyez ?

208 M : oui, j'attends qu'il n'y ait plus de stagiaire qui ont suivi la formation pour refaire appel à
209 eux mais il se peut qu'une année je ne fasse pas appel à eux parce que j'ai mis d'autres
210 animations et que parfois on a envie de voir autre chose et parce que le groupe était
211 demandeur d'autre chose et que j'ai pas eu le temps d'intégrer le SEPT

212 H : quels sont les autres types d'animation proposés ?

213 M : Alors on a le FOREM qui vient expliquer les aides à l'embauches, un syndicat qui vient
214 d'expliquer les droits/devoirs d'un chômeur ou d'un futur travailleur, j'ai aussi un organisme
215 qui vient parler des crédits à la consommation, du surendettement, en plusieurs séances aussi,
216 on fait aussi des visites de centre de formations qualifiantes, on travaille l'estime de soi avec
217 des dames du planning familial puisque c'est des gens qui souvent ont été confrontés à l'échec
218 (qu'il soit scolaire, ou autre) qui ont une image négative et faible d'eux donc on essaye de
219 travailler ça avec eux. J'ai aussi la ruche qui viennent parler de tout ce qui est des
220 droits/devoirs d'un locataires, tout ce qui aussi les économies d'énergie dans le logement.
221 **C'est assez large finalement mais on demande d'aborder tout ça, la santé, le**
222 **logement, le professionnel et finalement j'essaye de répondre à tous ces critères avec ces**
223 **activités, j'ai** aussi des intervenants qui viennent parler des assuétudes et drogues ou encore à
224 l'approche des élections (déjà ils disent déjà qu'ils veulent pas voter, voter ça sert à quoi ...),
225 je fais appel à des asbl sur ça et plutôt d'expliquer l'intérêt de voter et d'avoir un échange
226 avec eux pour comprendre pourquoi ils ne veulent pas voter

- 227 On a **un rapport** à fournir et donc c'est des thèmes à aborder ;
- 228 H : vous devez renvoyer ce rapport au forem ?
- 229 M : **donc en fait on renvoie au fond du logement parce qu'ils nous donnent les**
230 **subventions et le fond du logement fait son rapport au forem** ; donc par exemple le forem
231 demande : combien de stagiaires ont été concernés par la santé ? combien ont été confrontés
232 économie d'énergie ... + impact
- 233 Blanc
- 234 C : c'est vrai que je pourrai partir d'eux, par exemple voilà, je vous propose tel ou tel
235 thématiques, qu'et ce que vous voulez aborder ? c'est vrai que je pourrai le faire dans ce sens
236 là, pourquoi je fais pas comme ça ?, parce qu'on se remet souvent en question, on a fait d'une
237 certaine manière et on a vu que ça marchait pas donc on essaye une autre façon, on essaye de
238 toujours se réajuster. Voilà pour le moment, je suis restée dans l'idée que je ne propose pas,
239 j'observe et j'impose parce que j'ai déjà essayé je propose et rien ne vient donc on essaye un
240 peu de tout -
- 241 C : moi ça m'intéresserait de savoir pourquoi les autres institutions font appel au SEPT
- 242 H : les résultats seront anonymes et sur 3 institutions donc je peux bien entendu vous
243 transférer les résultats à la fin du mémoire
- 244 H : par rapport aux 2 participants absents au focus mais présent aujourd'hui, ils semblaient
245 être ok d'être également représentés
- 246 C : ne venez pas trop tard parce que comme je disais, ils partent un peu comme ils veulent et
247 une fois qu'ils ne sont plus chez nous, j'aurai des difficultés à les recontacter et peut-être
248 encore moins de chance qu'ils reviennent ça dépend de leur évaluation.
- 249 H : merci beaucoup

Entretien avec une formatrice sociale (E2)

Durée : 36 minutes 55 secondes

Lieu : locaux du I.F.I

1 H : Vous aviez commencé de parler des demandes des stagiaires avant qu'on débute
2 l'enregistrement ... Vous disiez donc ?

3 F : ça ne répond aux demandes des stagiaires, **on est amené de plus en plus à essayer de**
4 **faire émerger des demandes** mais c'est quelque chose d'extrêmement compliqué en fait
5 parce que ce sont des personnes qui sont dans des difficultés telles **qu'elles sont dans le**
6 **« toute de suite », le maintenant** et c'est extrêmement compliqué parce qu'elles ne pensent
7 pas au lendemain, au sur lendemain, elles n'ont pas de projet, elles sont toujours dans
8 l'immédiat et elles sont dans les **besoins de base** en fait ! **et donc voilà ça n'émerge pas, il**
9 **faut vraiment être sur le terrain pour s'en rendre compte** parce qu'on nous demande
10 **que ça vienne d'eux pour qu'il y ait des résultats, il faut ça mais c'est extrêmement**
11 **compliqué et quasi impossible, en tout cas dans un premier temps quoi ! c'est aussi je**
12 **pense une éducation qui fait qu'un moment donné, ils se disent « tiens, on a le droit**
13 **d'avoir des idées... » fin voilà, il faut toujours un certain temps donc c'est sûr que c'est**
14 **pas quelque chose qui émerge d'eux mais c'est quelque chose qui vient de nous parce**
15 **que effectivement on a constaté que bah malgré le prix des paquets de cigarettes, malgré**
16 **...et que ce soit les personnes les plus démunies je dirai, qui vivent qui vivent dans la**
17 **pire précarité bah c'est eux qui dépensent une fortune ! J'ai un de mes stagiaire qui**
18 **dépense 280 euros par mois de tabac avec sa sœur, il vit avec sa sœur, lui est au chômage et sa**
19 **sœur est au CPAS et ils mettent 280 euros par mois dans le tabac et aussi bah on trouve que**
20 **les soins de santé coûtent cher**, que c'est aussi quelque chose qu'on leur explique qui est
21 mauvais pour la santé et qui serait un mieux au niveau par exemple pécunier, **on a un jeu ici**
22 **sur le tabac** et donc j'ai déjà eu l'occasion de faire des petites séances et en discuter du sujet
23 et bah il y en a **effectivement à qui ça parle quand on leur dit** bah oui tu vas pouvoir
24 économiser 50-60 euros par mois, rends toi compte de ce que tu pourrais faire ac ect... mais
25 lui le gars en question par exemple il a **foutu un froid** au milieu de la séance en disant « moi
26 je m'en fous de gagner, je n'ai plus de désir, je ne crois plus en rien, je n'ai plus d'envie, je
27 m'en fous d'aller au restaurant, de pouvoir m'acheter des fringues parce que j'aurai
28 économisé, je m'en fous de partir en vacances, voilà, il n'a plus d'attentes du tout alors c'est
29 réellement compliqué de parler avec des gens comme ça !

30 H : donc ce qui vous a vraiment poussé à faire appel au SEPT c'est le constat qu'il y a
31 beaucoup de fumeurs ici

32 F : **oui et que ça leur coûte, que c'est mauvais pour leur santé et pour la planète ! on**
33 **essaye justement de sensibiliser à tout ça quoi**, on essaye aussi de leur parler de la **sécurité**
34 **sociale** aussi par exemple parce que souvent ils savent pas non plus comment ça fonctionne,
35 déjà le **chômage et le CPAS**, ils y ont droit, ils ont aucune notion, ils se posent même pas la
36 question de savoir d'où vient cet argent, ils y ont droit point ! donc c'est vraiment une
37 éducation, c'est de plus en plus un **travail d'éducation qu'on est amené à faire !**

38 **H** : et le jeux sur le tabac ou animations sur le sujet que vous réalisez, ça se passe dans quel
39 cadre ?

40 **F** : Oui, en fait ma section, dans laquelle je travaille ici, pour rappeler rapidement l'historique
41 à la base c'est une section secrétariat – bureautique mais au fil des années on s'est rendu
42 compte qu'elle avait de moins en moins lieu d'exister telle qu'elle existait parce que les
43 exigences du marché de l'emploi font que ... aujourd'hui il faut un minimum de diplômes, de
44 compétences, minimum de savoir être ... et qui fait **que notre public avec un certificat**
45 **d'étude de base sans les langues, sans pouvoir arriver à l'heure le matin et propre bah**
46 **ça servait à rien** donc on a réduit ce temps de bureautique à 1/3 du temps donc ils ont 1/3 où
47 ils ont une remise à niveau en calcul et français parce que les lacunes sont énormes, on fait de
48 la base jusque 6^{ème} primaire et **1/3 vraiment consacré à toutes ces choses : ouverture à la**
49 **culture, citoyenneté, bien être, prendre soin de soin, santé, les institutions ... et ça rentre**
50 **donc dans le cadre de la santé et prendre soin de soi**

51 **H** : il y a pas d'obligation légale de recourir à ce genre de service ?

52 **F** : Non, c'est une volonté de l'institution

53 **H** : Quand le SEPT intervient ça fait aussi partie du tiers réservé à la santé/prendre soin de
54 soi ?

55 **F** : oui on le fait rentrer là de dans

56 **H** : est-ce que vous pouvez très brièvement me parler de l'institution pour que je comprenne
57 bien le contexte ?

58 **F** : l'asbl doit exister depuis +/- 25 ans et ici à I.F.I il y a 4 finalités : gros œuvre et
59 parachèvement, cuisine, entretien et notre section qui était à la base travaux de
60 bureau/bureautique et qui vient depuis le 01/01/2017 d'être complètement remodelée, on a
61 toujours laissé le nom bureautique dans le nom de la section mais c'est plus par facilité parce
62 que les personnes entendent bureautique/informatique et donc elles sont attirées mais c'est
63 une béquille sur laquelle on **s'appuie pour travailler tout une série de choses comme la**
64 **punctualité, l'esprit d'équipe, l'hygiène, la présentation et d'autres items et on se sert en**
65 **autre de la bureautique pour travailler sur toutes ces petites choses là**

66 **H** : et les bénéficiaires ici, ils ont droit au chômage/ CPAS ?

67 **F** : **Soit chômage soit CPAS, moi ça va faire 18 ans que je suis là et à l'époque sur 20**
68 **stagiaires on avait 2-3 personnes qui n'avaient pas leur CEB et 1-2 personnes qui**
69 **avaient CPAS ; Aujourd'hui c'est le contraire, on a une ou deux personnes qui sont**
70 **demandeurs d'emploi et toutes les autres sont au CPAS et la grande majorité n'ont**
71 **même pas leur CEB**

72 **H** : ça se passe comment en pratique ? de 8 à 16h ?

73 **F** : oui tous les jours (5/7) de 8 à 16h

74 H : combien de temps dure la formation ?

75 F : tout est relatif, ici ils ont 1 mois d'essai pour chaque stagiaire, donc il y en a qui disent
76 qu'après 1 mois, c'est pas fait pour eux et qui préfèrent arrêter, il y a des personnes qu'on va
77 garder 6 mois et puis à un moment donné elles vont aller vers une autre formation plus
78 qualifiante ou non (ex : cuisine, entretien ...) il y en a qui reste 1 an/ 1an et demi en fonction
79 du projet et de son avancement

80 H : au niveau des évaluations ?

81 F : il y a des évaluations chaque mois donc 2jours par mois on travaille sur les évaluations (on
82 a pas les stagiaires) et quand ils reviennent on prend un temps avec eux pour discuter du mois
83 passé et on l'écoute lui et son sentiment et on donne aussi le notre, comment nous on a
84 ressenti les choses et voilà

85 H : Quels sont les objectifs en sortant d'ici ? (formation pré qualifiante ?)

86 F : Dans notre section (bureautique) non c'est plus du tout considéré comme des formations
87 pré qualifiantes ; Dans les autres sections on pourrait encore dire ça ! **On est chez nous**
88 **(section bureautique), vraiment en première ligne, le but c'est de redonner un peu de**
89 **sens , de définir un projet, de les rendre plus autonomes, de leur apporter plus d'armes**
90 **pour plus se débrouiller dans la vie de tous les jours, s'occuper de leurs enfants ...**

91 H : L'objectif c'est pas qu'il trouve un emploi alors ?

92 F : pas du tout, en tout cas pas dans ma section, c'est plus possible ; En cuisine, en entretien
93 oui on demande beaucoup, donc eux oui ; En bâtiment, mon collègue me dit qu'on demande
94 de moins en moins mais là c'est aussi au niveau du public, ne pourrait pas répondre au besoin
95 de l'employeur ; **Nous récolte tellement un public large** qu'on pourrait avoir une coiffeuse
96 qui ne sait plus coiffer pour cause d'allergie, que le maçon ... et tout le monde arrive un peu
97 chez nous en se disant qu'on ferait bien de l'informatique et voilà on va résoudre notre
98 problème et on va trouver de l'emploi mais non c'est plus du tout ça

99 H : quel est votre rôle ?

100 F : éduquer, conscientiser

101 H : il y a des AS ici ?

102 F : oui oui, on a un assistant social, un agent de guidance aussi

103 H : pour revenir plus sur le tabac, quand vous faites appel au SEPT, qu'est ce que vous
104 attendez d'eux ?

105 F : bah on se dit **qu'ils sont plus armés que nous, que c'est leur boulot, qu'ils ont d'autres**
106 **outils et que ça peut mieux ou en tout cas différemment parler aux stagiaires, tout**
107 **simplement** et puis on se dit qu'ils sont toujours avec nous donc de temps en temps faire
108 quelque chose avec des **intervenants extérieurs ça peut donner une bouffée de nouveauté,**
109 de quelque chose d'autre que toujours avec les mêmes personnes et **puis voilà moi je connais**

110 **pas tout, moi je peux effectivement organiser un jeu autour du tabac où on va pouvoir**
111 **débattre mais où le but serait plus de débattre, de leur apprendre à communiquer,**
112 **d'exprimer un point de vue, une idée que de réellement travailler sur le problème du**
113 **tabac en lui-même parce que voilà moi à la base je suis formatrice en bureautique (rire)**
114 **et je fais ce que je peux !**

115 H : et quels sont vos objectifs in fine ?

116 F : C'est **peut-être de faire pousser une petite graine chez chacun, maintenant bah voilà,**
117 **un coup de gel et il y en a peut être qu'une qui va rester mais on se dit que s'il y en a**
118 **déjà une qui résiste mais ma fois ... dans le social on doit se contenter de peu ; On est**
119 **très réaliste**, on sait très bien que peut être c'est un coup dans l'eau complètement mais voilà,
120 on risque d'être foutu mais on va se rebooster, on va se ressourcer et on va se dire « allez, on
121 y retourne, et on continue mais ce sont les réalités de notre métier aujourd'hui et même si
122 parfois on est découragé et on a les bras coupés beh voilà ... si non il faut arrêter de faire ce
123 métier quoi !

124 H : et concernant les modalités de participation ? La première était obligatoire si j'ai bien
125 compris ?

126 F : **non c'est pas obligatoire, c'est pas ça, on dit aux fumeurs que c'est bien qu'ils aillent**
127 **tous** mais s'il y e, a qui dit non j'ai pas envie d'aller et qui dit non on va pas lui mettre ...
128 **C'est quand même une formation d'adultes, on encourage fortement**, on va dire qu'est ce
129 que ça te coûte, va à la première séance, pendant ce temps- là tu vas aussi pouvoir rencontrer
130 des autres personnes, discuter ... donc voilà on les encourage mais voilà celui qui dit non j'en
131 ai vraiment rien à foutre, j'ai pas envie bah voilà c'est tout ; **Après pour les autres séances,**
132 **on dit que ceux qui se sont engagés, on aimerait qu'ils aillent à toutes les séances, ce qui**
133 **est normal quoi ! il y a aussi la notion de l'engagement parce qu'on travaille aussi sur**
134 **tous les autres aspects (tabac = non isolé)**

135 H : Comment ça s'est déroulé cette présence spontanée ?

136 F : On fait tourner une feuille de présence, mais là c'est pour nous aussi, c'est pour valoriser
137 nos heures et attribuer dans des catégories (on a travaillé là-dessus, ...) donc on fait tourner
138 une feuille de présence

139 H : Qu'en est-il du feedback par rapport aux séances précédentes ? (est-ce que vous en
140 discutez pendant vos cours ?)

141 F : non, après ça on laisse vraiment SEPT de gérer, non aussi parce qu'en dehors moi j'ai des
142 **stagiaires qui ne fument pas, qui ne sont pas concernés et je les aie tous ensemble donc**
143 **c'est un peu compliqué et puis ils ont déjà ça, on va pas non plus les souler** parce que déjà
144 ils ont l'impression d'être soulé, on va pas revenir dessus, voilà ils ont suivi leurs séances, on
145 les laisse tranquille et c'est tout

146 H : Comment ont été fixées les modalités de participation ?

147 F : Bah voilà, nous on leur expliqué qu'on a pensé que c'était intéressant de faire appel à tel
148 organisme qui allait venir organiser des séances sur le tabac, qui allait avoir une première
149 séance où on encourageait tout le monde de participer et qu'après il y auraient 4 séances sur
150 base volontaire fin voilà, sans plus, **on oblige pas hein !** donc après, on met au courant tout le
151 monde et ça n'engage en rien et on leur dit de réfléchir et je repasse dans toutes les sections
152 plus tard le nom des personnes qui souhaitent participer après et **souvent bah ça marche**
153 **parce que pendant ce temps là, ils doivent pas nettoyer par exemple (rire), ils se disent**
154 **bah pourquoi pas je vais aller avec mon copain et on va peut-être rigoler et qu'est-ce que**
155 **ça nous coûte quoi**

156 H : Vous avez assisté aux séances avec le groupe, qu'est ce qui dans le programme du SEPT
157 vous a rendue plus réticente ?

158 F : **bah réticente, je ne suis pas réticente mais je ne suis pas convaincue non plus ; Je ne**
159 **suis déjà pas convaincue parce que je vous dis, c'est déjà pas une démarche de la**
160 **personne elle-même** donc c'est déjà extrêmement difficile et quand on a affaire à des gens
161 qui disent qui s'enfoutent de gagner de l'argent ou bien qui disent qu'il faut bien mourir de
162 quelque chose c'est extrêmement compliqué **mais on essaye quand même .. Je ne suis pas**
163 **du tout réticente mais je suis loin d'être convaincue ; je ne sais pas trop ... Qu'est ce**
164 **qu'il faudrait pour améliorer, je n'en sais rien ... peut-être qu'il faudrait ... euh ... ce**
165 **qui m'a peut-être un peu étonné c'est qu'on reste tous autour d'une table, c'est très**
166 **passif je trouve**

167 H : **il manquerait quelque chose d'interactif pour vous ?**

168 F : Pour moi oui, **et peut-être des images**, et peut-être, là je vais peut-être loin mais peut-être
169 **des visites** ou par exemple, je sais que sur internet, il y a, je l'avais déjà regardé il y a
170 quelques temps, une **vidéo** où on voit le corps d'une femme/homme avec les **différentes**
171 **zones du corps humain sur lequel le tabac agit et les effets nocifs** que ça a, ça je trouve que
172 voilà... *Blanc* ... Ouais parce que oui, **ils sont fort à l'écoute, on passe beaucoup de temps**
173 **à faire des tours de table**, tiens et toi tu as diminué ? et toi ? **ah bravo parce que le gars il a**
174 **fait une cigarette en moins par jour** ... euh ... **pfff** ... je suis pas épatée hein !, oui c'est
175 déjà bien mais bon ... Je connais hein comment ça s'appelle ... ça s'apprille **une évaluation**
176 **positive**, comme nous on fait aussi parfois mais bon ... je trouve un **peu ça exagéré je dirai**,
177 de mon point de vue bien sûr

178 H ; donc si je comprends bien il vous a manqué des outils, de l'interactivité, des aspects plus
179 didactiques ?

180 F : oui c'est ça !

181 H : et a contrario, qu'est ce qui vous a ... pas convaincu du coup ...

182 F : non parce que ça m'a pas convaincu

183 H : qu'est-ce que vous avez plutôt approuvé/apprécie dans leur pratique ?

184 F : La démarche à la base elle est bien mais bon voilà ... c'est un groupe de parole quoi
185 de fumeurs point ! ... (*//objectifs du SEPT*) Je trouve qu'il y pas mal de manque derrière,
186 oui il faudrait plus d'interactivité, plus d'images, ou même peut être le jeu, moi par
187 exemple, le jeu quand je le fais,

188 H : je vous coupe mais c'est parcours sans T ?

189 F : oui c'est ça ...

190 F : donc quand moi je le fais, moi les réponses je les aie pas donc je dois faire comme eux
191 à chaque fois et je lis tandis que la personne qui était venue pour donner le jeu et
192 expliquer le fonctionnement du jeu (FARES) ça c'était vraiment chouette parce qu'elle
193 elle doit pas commencer à lire, elle a les connaissances, tout de suite elle rebondit, et ça
194 c'était vraiment sympa, je trouve que ça ça serait peut-être même porteur ! alors oui, on
195 enlève des cartes qui sont trop théoriques ...

196 H : oui vous adaptez en fonction de votre public

197 F : Voilà faire une première séance, puis un truc plus dans le jeu pour apporter un
198 minimum de connaissances puis ... moi je suis toujours étonnée, même dans les écoles,
199 qu'on ne fasse pas plus appel au visuel, aux films, aux documentaires, on a tout à portée
200 de main quoi ! fin moi je me sers de ça énormément (je regarde des c'est pas sorcier par
201 exemple)

202 H : vous avez l'impression que ça a impact sur vos stagiaires ?

203 F : bah c'est plus gai, on peut couper, « tiens qu'est ce que vous pensez de ce qu'il vient
204 de dire et alors ça rebondit ... » et ils ne sont pas autour d'une table à écouter (*en me*
205 *mimant le coude sur la table affalée*) toujours la même ... oui parce que c'est souvent les
206 mêmes personnes qui parlent ou alors quand il faut faire tout un tour de table (**- groupe**
207 **de parole**) toujours pour écouter tout le monde, à la fin pfff ... c'est un peu chiant ...
208 moi-même quand je vais dans des formations extérieurs et où on dit « bon, on va
209 commencer par faire un tour de table pour expliquer qui on est ... je me dis, ... et on est
210 reparti ! et donc voilà c'est toujours ... voilà je suis F, je suis formatrice à ... et on perd
211 un temps fou et on retient pas de toute façon ... A la limite, qu'ils nous donnent un
212 papier quand on arrive et on met notre prénom devant soi et comme ça voilà ... parce
213 que si non, on fait tout le tour et on a perdu $\frac{3}{4}$ - 1h ... fin voilà moi ça me pompe !

214 H Merci beaucoup pour votre avis ; Par rapport au suivi des animations, qu'est ce que vous en
215 pensez ?

216 F : Je sais pas, je suis perplexe J'en sais rien... est-ce qu'ils devraient après revenir voir
217 les gens après 2 mois pour voir où ils en sont? les revoir tous autour d'une table ? **pour peut-**
218 **être voir que rien n' a changé ?** je sais pas ...

219 M : Par quel réseau vous avez pris connaissance du SEPT ?

220 F : Je sais pas du tout parce que c'est une collègue qui n'est plus ici qui avait mis en place ça
221 **parce que justement j'avais parlé que je faisais le jeu et elle s'est dit qu'il existait peut-**
222 **être des personnes qui faisaient ce genre de chose** et voilà donc pour le coup c'était elle qui
223 était à la base de ça ! **J'avais trouvé que c'était une bonne et elle avait trouvé que c'était**
224 **bien ... Ils étaient venus une première fois, maintenant d'un groupe à l'autre c'est peut-être**
225 **différent aussi ... fin moi je suis pas là pour juger ou salir le boulot de qui que ce soit**
226 **mais moi j'ai l'impression ici .. je suis pas convaincue ... j'ai pas l'impression que ça**
227 **apporte quelque chose ...**

228 **H : vous n'observez pas de changement ?**

229 **F : non**

230 **H : c'est intéressant d'avoir aussi votre avis je trouve sur la question parce que vous êtes la**
231 **référénte du projet et vous avez aussi des attentes par rapport à eux ..**

232 **F : Oui et moi je vous dis à part mise à part les connaissances et surtout au niveau tabac**
233 **et niveau chiffres que je n'ai pas derrière, je ne peux pas dire par exemple que la**
234 **nicotine c'était en quelques heures qu'on était plus dépend, fin je ne sais plus ce que le**
235 **gars du FARES disait parce que je ne retiens pas ce genre de choses parce que c'est pas**
236 **mon domaine et que ça m'intéresse pas plus que ça donc je dirai que c'est mon handicap**
237 **pour moi-même organiser ce genre de séances parce que si non franchement voilà ... je**
238 **fais des recherches et je vais trouver des choses, des petits trucs pour leur montrer et**
239 **organiser moi-même des groupes de parole sur le sujet .. montrer des petits films, des**
240 **documentaires, le petit truc avec le corps que je vous aie parlé (et je me souviens même**
241 **qu'on pouvait le faire en ligne) pourquoi pas aussi, je sais pas si ça se fait, je dis**
242 **n'importe quoi mais une visite dans un hôpital ou faire venir quelqu'un, un témoignage**
243 **de quelqu'un qui a eu le cancer des poumons**

244 **H : ou de personnes qui ont arrêté de fumer ?**

245 **F : Oui mais je pense que ça doit être choquant ... parce que moi j'ai arrêté de fumer,**
246 **j'ai fumé de 16 ans à 37 ans un paquet par jour minimum et en 2001 j'ai arrêté donc je**
247 **peux parler de mon cas mais ils disent toujours ... Oui mais toi ... oui mais .. c'est**
248 **presque ... oui mais toi tu fumais pas vraiment, tu avalé pas ta fumée fin voilà mais non**
249 **moi je suis peut-être plus partisante pour des trucs choquants ... je suis peut-être un peu**
250 **trash hein !, faire venir quelqu'un qui a un trou là (me montre la trachée) et qui doit**
251 **vivre avec ... fin j'en sais rien mais faire venir quelqu'un qui a des séquelles .. Bien qu'il**
252 **y en a qui le voit et ça change rien hein ... et alors faire bravo parce qu'il y a une**
253 **cigarette de moins par jour ... moi ça me fait doucement rire ... voilà ... ma fille me dit**
254 **hier j'ai eu 13/20 à mon interro sur le travail que j'ai fait je dis c'est cool mais elle me dit**
255 **« mais bon, il y en a qui ont eu plus que moi », je lui dis plutôt que de faire bravo bravo**
256 **bravo je lui dis : tu aurais pas pu faire plus toi aussi ? elle m'a dit : bah si ! C'est cool/ c'est**
257 **bien payé parce que ça lui a pas demandé grand-chose, je l'ai vu faire donc 13/20 c'est bien**
258 **payé pour une heure de travail et elle m'a dit que j'avais raison ... là c'est un peu le même**
259 **quoi ... une cigarette en moins houra houra ! bah non ... c'est cool mais tu crois que tu aurais**

260 pas pu faire mieux ? Je crois qu'il faut conscientiser, plutôt que de dire c'est bien quand
261 même ... en plus il faut voir à long terme

262 H : Après si vous refaites un jeu ou débat sur le tabac, rediscuteriez vous des séances du
263 SEPT ?

264 **F : j'en sais rien, je me dis que j'essaye de faire des activités différentes, donc bah ça été**
265 **fait donc je vais pas revenir avec ça dans les 6 mois . Ici pour le moment, au niveau santé**
266 **je suis sur les dents, après j'ai tellement de personnes qui ont des problèmes d'hygiène,**
267 **les cheveux et puis après ...**

268 H : vous essayez de varier le plus possible

269 F ; oui quand même, je me suis inscrite sur good planet challenge pour faire la journée de
270 l'eau fin voilà (soda, sucre, obésité), on fait 4-5 séances, après on passe à autre chose parce
271 qu'on va pas travailler toute l'année sur le tabac ou l'obésité, à un moment donné on a fait le
272 tour et on passe à autre chose donc voilà le tabac pour le moment c'est passé !

273 H : quelle est la fréquence +- des problématiques

274 F : c'est difficile c'est plus en termes de séances et elles sont plus ou moins espacées d'une
275 semaine ; Maintenant quand on voit le tri des déchets et environnements, j'ai envie de leur
276 faire faire, parce qu'ils doivent aussi **développer leur créativité, essayer que par deux ils**
277 **créent une affiche (en lien avec ville plus propre) en rapport avec ça et là par exemple**
278 **dans les affiches que je présente, il y a un gars qui est couché dans plein de mégots bah**
279 **là de nouveau ça permet de faire des liens voilà**

280 H : vous faites aussi appel à d'autres intervenants extérieurs pour d'autres thématiques ?

281 F : oui oui oui, **j'essaye le plus possible car au départ je suis formatrice en bureautique**
282 et que je peux pas être prof de géo, bio, ... parce qu'en plus parfois on se déplace (planning
283 familial par exemple pour aborder la sexualité, violence, homosexualité, stéréotype ...) ça leur
284 permet de voir une autre personne, de sortir du centre .. **et parfois appel à des organismes**
285 **non payants aussi parce qu'on a pas un budget illimité**

286 H : c'est spécifique à votre section ?

287 F : Moi je m'occupe de ma section mais on est allé voir un film par exemple, là mon directeur
288 m'a suggéré de l'ouvrir à toutes les sections parce qu'il trouvait ça important donc voilà on
289 est allé tous voir ce film après pour les débats par exemple dans les autres sections c'est mon
290 autre collègue qui s'occupe de la remise à niveau qui le fait ; je peux pas m'occuper des autres
291 sections donc voilà

Entretien avec formatrice sociale (E3)

Durée : 38 min 54 secondes

Lieu : LOCAUX CPAS

1 H: Dans un premier temps, pour que je comprenne un peu le contexte, si vous pouvez juste me parler de
2 l'institution parce que c'est le premier CPAS avec lequel je collabore.

3 P : Donc le CPAS c'est Centre Public d'Actions Sociales, où on aide les personnes qui sont en difficulté qui
4 viennent demander un revenu d'intégration. Le revenu d'intégration, il a des droits et des devoirs. Au
5 niveau des devoirs, il y a la disposition à l'emploi et à la formation. Et donc pour les personnes qui
6 viennent demander le revenu d'intégration, les assistances sociales du service sociale qui estiment que
7 les personnes sont capables de remplir ce devoir-là viennent au service d'insertion et là on leur propose
8 tout un dispositif justement pour les rapprocher le plus prêt de l'emploi. Donc quand ils arrivent chez
9 nous, généralement, s'ils ne sont pas encore prêts à l'emploi, on a un service d'insertion sociale. C'est un
10 service qui travaille tous les freins et qui va vraiment accueillir les personnes et les aider à régler leurs
11 difficultés : familiales, le logement etc. Au fur et à mesure, ils évoluent vers l'emploi. Alors maintenant au
12 niveau du service d'insertion.

13 H : C'est ça, c'est ici ?

14 P : C'est ici. « Activons-nous » c'est l'étape où les personnes sont prêtes mais elles ne savent pas encore
15 très bien, comment, vers où aller et quelle formation et quel secteur. Donc nous, on les accompagne
16 pendant trois mois pour leur permettre par après, soit de travailler, d'être dans de la recherche
17 d'emploi, soit on peut leur proposer un article 60 soit ils entament une formation et donc voilà, nous
18 nous sommes aujourd'hui dans ce contexte-là au niveau de l'insertion socio-professionnelle.

19 H : Ok.

20 P : Et dans ce contexte-là, on s'est effectivement rendu compte que le tabac prenait une grande part
21 dans le quotidien des personnes et on a eu envie justement dans cette idée de réfléchir au projet
22 professionnel mais aussi au projet de vie des personnes de leur permettre de s'interroger sur leur
23 manière, leur relation avec la cigarette et c'est dans ce contexte là qu'on a fait appel à F.. Au départ, on a
24 fait appel à, euh... Ce n'était pas F.. On a été dirigé la deuxième fois vers F. vers le SEPT. Mais on avait fait
25 appel, ... C'était via Tabac Stop à un premier organisme. Ça je ne saurais plus te dire comme cela, il
26 faudrait que je retourne dans mes documents. C'est par là qu'on a pris le contact mais cela remonte à
27 très longtemps. Donc voilà. Et puis on a été dirigé vers F. parce que justement cet organisme nous a dit
28 qu'il travaillait spécifiquement avec un public fragilisé.

29 H : Et donc c'est par quel biais, par quel canal de communication que vous avez eu accès à F. ? Via Tabac
30 Stop, vous avez-vous-même fait les démarches ?

31 P : Nous avons-nous même fait les démarches.

32 H : Ok.

33 P : C'est nous qui avons fait les démarches. Je cherche en même temps. Je crois que je peux demander à
34 ma collègue parce que moi j'ai repris en cours. J'ai repris au moment où on a eu les coordonnées de F..
35 Et au départ F., il est juste venu faire la première séance. Et puis là, au fur et à mesure de la

36 collaboration, cela s'est vraiment développer et on a mis en place les 5 séances qu'on connaît
37 aujourd'hui et qui sont vraiment intégrées dans un processus de réflexion et qu'on peut aussi utiliser en
38 dehors pour d'autre thème.

39 H : Et quel est votre rôle ici, par rapport aux stagiaires ? Vous êtes leur formatrice ?

40 P : Moi, je suis la psychologue du CPAS. Et dans le cadre d'« Activons-nous » on est trois formateurs. On a
41 ma collègue Ariane qui est conseillère sociale et Fabrice qui est éducateur. Donc dans le cadre d'
42 « Activons-nous » j'ai vraiment une casquette de formatrice. Alors avec parfois, la casquette de psy qui
43 revient mais l'idée c'est vraiment qu'eux puissent m'identifier à la formation.

44 H : Et donc les trois mois qui suivent ici, est-ce que c'est obligatoire, est-ce qu'il y a une évaluation, je ne
45 sais pas comment cela se déroule.

46 P : Alors ce qui se passe, ce sont les orienteurs qui reçoivent les personnes au niveau, ...

47 H : Et qui les envois ?

48 P : Ils sont reliés par le service social. Ils sont reçus par les orienteurs et les orienteurs font un premier
49 bilan. Donc le premier bilan, à ce moment-là, ils voient qu'est-ce qu'ils vont pouvoir leur proposer par
50 rapport à toutes les activités qui existent dans notre service. Donc s'ils estiment que c'est « Activons-
51 nous » qui leur convient. On a un système de séance d'information. Il y a deux modules par an. A chaque
52 fois avec une séance d'infos. Donc les orienteurs inscrivent les personnes aux séances d'infos, pendant
53 laquelle on présente vraiment le module. On leur explique à quoi ils vont être confrontés pendant 3mois
54 et demi. Et là, on leur demande de s'engager ou pas à suivre le module. Donc c'est l'orienteur qui les
55 envois mais en même temps, c'est eux qui décident de s'inscrire ou pas. Et à partir de là, s'ils ont décidé
56 de s'inscrire, c'est un module de 3mois et demi. Ben cela veut dire que c'est un pack. Ils doivent
57 participer à tout ce qui leur est proposé. Même si on a conscience qu'il y a peut-être des choses qui vont
58 moins les intéresser que d'autre. Que cela soit dans les visites qu'on va leur proposer. Parce qu'on va
59 visiter des lieux de formations, des lieux de mise à l'emploi potentiel ou les animations comme par
60 exemple le SEPT. Où là effectivement, on a des personnes qui ne fument mais qui sont dans le groupe et
61 qui participent malgré tout aux infos.

62 H : Ok. Et donc s'ils participent, est-ce qu'ils récupèrent leur droit au revenu d'intégration ?

63 P : Alors participer, en fait la participation,... Le revenu d'intégration, ils l'ont mais pour pouvoir le garder,
64 ils doivent participer à différentes activités qui leur sont proposées par l'assistance sociale que cela soit
65 en bas ou ici et montrer leur motivation parce que le revenu d'intégration, sauf dans certaines situations
66 où on se rend bien compte que la mise à l'emploi n'est pas possible, il est conditionné par ça. La
67 personne doit se montrer motivée, elle doit montrer qu'elle fait des démarches et qu'elle s'investie dans
68 des projets. Donc c'est vrai qu'indirectement, oui il y a cette idée que s'ils ne s'investissent pas comme
69 on leur demande que cela soit dans le module mais cela pourrait être plein plein d'autres choses. Le
70 revenu d'intégration, il est quand même, c'est un peu la carotte. C'est vrai que si on veut être honnête :
71 Oui ils s'y investissent parce que c'est leur projet, parce que c'est important pour eux mais c'est aussi
72 pour pouvoir bénéficier du revenu d'intégration. Parce que l'idée c'est qu'ils puissent trouver un boulot
73 et à un moment donné ne plus être tributaire. Il faut savoir que le revenu d'intégration il est résiduaire.
74 Cela veut dire que c'est la dernière aide en fait qui est possible pour eux. Effectivement s'ils perdent le
75 revenu d'intégration il n'y a plus rien après. Maintenant, le revenu d'intégration, il n'a pas,... L'insertion

76 cela peut être, il y a des personnes où l'objectif cela sera de se remettre à jour au niveau du logement,
77 de trouver un bénévolat. Il y a plein plein de choses qui peuvent être mis en place par les bénéficiaires
78 après c'est aussi en fonction de leur contrat avec les assistants sociaux.

79 H : Qu'est-ce qui vous a poussé à faire appel au SEPT à part le fait que vous ayez observé que cela prenait
80 une place importante dans leur vie ? Est-ce que c'était une demande exprimée par... ?

81 P : Il y avait une demande. Dans les groupes que nous avons pu avoir avant de faire appel au SEPT. C'est
82 vrai qu'il y avait des réflexions déjà dans les groupes.

83 H : D'accord.

84 P : Par rapport à la consommation. Des réflexions qui étaient plus du style : Ben oui, on se rend compte
85 qu'on fume trop. Des réflexions aussi par rapport au fait qu'intégrer un milieu professionnel, cela veut
86 dire que je ne pourrais plus fumer comme je veux. Et donc voilà, c'est par rapport à toutes ces
87 remarques, par rapport à toutes ces questions qui étaient amenées et aussi par rapport aux
88 conversations qu'ils avaient entre eux. On s'est dit que finalement l'aspect santé, on ne le travaillait pas.
89 On a fait appel au SEPT mais on y a fait appel aussi dans l'idée d'intégrer des séances sur la santé. On a
90 fait appel au SEPT, on a fait appel à Trampoline qui là aborde plus les dépendances alcool et drogue. On a
91 fait appel à ASBL Prévoyance, en intégrant des séances sur le stress, l'alimentation, le dos. Enfin voilà, le
92 SEPT il est aussi venu s'inscrire dans un projet de santé global par rapport au module.

93 H : Et il y a une obligation légale, enfin c'est un grand mot, de l'institution de devoir aborder des
94 thématiques de santé ?

95 P : Non.

96 H : Le CPAS n'est pas obligé,...

97 P : Non c'est vraiment nous en tant que formateur qui organisons notre contenu comme on le souhaite.

98 H : Il n'y a pas de thématique ?

99 P : Non, il n'y a pas de cadre obligatoire. On est libre.

100 H : Et les objectifs in fine, c'est quand même les mêmes quel que soit le CPAS.

101 P : Chaque CPAS doit pouvoir créer des projets avec leur groupe. Par rapport au CPAS, à partir du
102 moment où la personne vient demander un revenu d'intégration, dans tous les CPAS, elle va être liée à
103 un contrat. Maintenant qu'on appelle le PEACE. Et dans ce contrat, c'est vraiment un plan d'action pour
104 la personne. C'est un peu comme si on disait « d'accord vous pouvez bénéficier du revenu d'intégration
105 mais en contrepartie, on va vous demander tout une série de chose ». Mais « Activons-nous », cela fait
106 partie d'une série de chose, qu'on peut demander à la personne. Mais c'est sûr qu'il faut avoir
107 conscience que qui dit revenu d'intégration dit droit mais aussi dit devoir. Donc ça c'est...

108 H : Quels sont objectifs in fine quand vous faites appel au SEPT. Qu'est-ce que vous visez ?

109 P : La prise de conscience déjà de tous les enjeux du tabac. Parce qu'on est face à un public qui parfois
110 est très peu informé. Donc nous on a vraiment envie de leur donner la possibilité de réfléchir à
111 finalement c'est quoi quand je consomme. Quel impact que cela a sur moi, sur mon corps que cela soit
112 physique mais aussi psychologique. De les amener à réfléchir aux raisons pour lesquelles ils sont dans

113 une consommation de tabac. Mais l'objectif aussi avec F., c'est de les amener à réfléchir à leur projet de
114 vie aussi. Parce qu'en travaillant avec F., on a conscience qu'on ne travaille pas seulement la cigarette
115 mais qu'on travaille aussi... Ben voilà, si ma cigarette me permet de gérer la solitude, les amener à
116 réfléchir à d'autres manières de gérer la solitude et aussi de les amener à prendre conscience que
117 prendre soin d'eux, cela fait aussi parti du processus de mise en projet. Et donc dans les séances avec F.,
118 c'est vrai que les personnes, elles prennent conscience finalement leur corps c'est ce qui les porte et
119 qu'en prendre soin c'est aussi réfléchir à toutes ces choses. Mais on ne vise pas l'arrêt parce qu'on a
120 conscience que déjà, ils ne demandent rien. On leur amène des sujets, des informations et eux ils n'ont
121 rien demandé. On est pas dans l'arrêt et on ne veut pas viser l'arrêt mais on veut vraiment viser la
122 réflexion. La réflexion sur leur manière d'être en relation avec la cigarette. Sur la place que cela prend
123 dans leur quotidien. Et une réflexion sur leur projet en général aussi. Parce qu'on se rend compte que
124 dans notre public, comme tu le disais tout à l'heure, la cigarette, elle prend vraiment une place
125 importante. C'est la dernière chose qui leur reste. Il n'y a pas d'autres plaisirs, il n'y a pas d'autre passe-
126 temps. Ils sont soit isolés soit c'est une manière d'être en contact avec les gens. Souvent, ils disent « avec
127 la cigarette on sort, on est ensemble ». L'enjeu, il est différent, on n'est pas juste dans une dépendance
128 physique ou dans une gestion d'un stress quotidien. On est parfois au niveau vital. C'est vital d'avoir ma
129 cigarette parce que si je n'ai pas cela j'ai plus rien qui me donne du plaisir, qui me donne envie de me
130 lever le matin. Cela on en a conscience aussi. Et nous notre objectif, c'est qu'eux puissent retrouver, en
131 laissant tomber cela, prendre conscience qu'il y a peut-être d'autres manières de retrouver ce plaisir
132 cette envie. Simplement gérer son stress, rentrer en contact,... Dans la population plus aisée, il y aussi
133 d'autres aspects, comme je vais expliquer cela. Eux, n'ont pas toujours accès à toute cette pédagogie par
134 rapport à la santé. Et donc, c'est vrai qu'en démarrant la cigarette, comme tu as pu le voir la fois passée,
135 on déclenche des choses relatives à l'alimentation, au sommeil,... Et donc c'est vraiment aborder toute
136 une série de thématique en lien à la santé pour que cela puisse déclencher des moteurs de réflexion chez
137 eux. Mais cela F. en a conscience, le but ce n'est pas que l'arrêt. Et d'ailleurs dans ces animations, il
138 oriente, il prend le temps de laisser de la place à ce genre de contenu. Notre objectif, on va le résumer,
139 c'est la prise de conscience, la réflexion et le lien avec un projet de vie plus général.

140 H : Alors du coup, par exemple, il y a la présence de non-fumeur qui à la base, ils vont tous dire qu'ils ne
141 sont pas concernés par le tabac. Est-ce qu'il y a des objectifs qui sont plus liés au savoir être,...

142 P : Le savoir être, oui, parce qu'effectivement intégrer un groupe dans lequel on ne ressent pas d'intérêt
143 particulier ou pour lequel on ne se sent pas concernés, cela demande une concentration, cela leur
144 demande une empathie vis-à-vis dans sujet qui ne les touche pas. Cela nous permet de créer du lien dans
145 le groupe, un sentiment de groupe et une dynamique de groupe. Inévitablement, il y a une solidarité qui
146 se déclenche par rapport à l'arrêt. Parce que quand il y a des personnes, comme Jennifer, qui décide
147 d'arrêter ben le groupe vient l'aider. Et même si eux ne sont pas concernés, c'est avec « n'oublie pas F. ».
148 Parce qu'au quotidien, il est là F.. Parce que si c'est pas la personne qui le fait vivre par son projet d'arrêt,
149 ce sont les autres qui lui disent « aller encore un jour et puis F. est là ». Donc il y a vraiment aussi au
150 niveau de la solidarité, au niveau de l'entraide dans le groupe, ce genre de séance, cela les développe,
151 cela donne vraiment conscience qu'il y a une unité et ce n'est pas chacun qui arrive et qui est séparé.
152 Tout le groupe fini par porter le projet des autres et je trouve que cela c'est un avantage important de
153 ces séances de groupe parce que finalement quand la personne se sent démoralisée et qu'elle a
154 l'impression qu'elle ne va pas y arriver, le groupe est là, il est porteur. Et pour moi, ça c'est vraiment un
155 objectif important : que le groupe puisse se mobiliser pour chacun.

156 H : Ils restent ensemble tout au long de la formation ?

157 P : Oui, pendant 3mois et demi le groupe est au complet. Il y a deux personnes qui ne sont pas là
158 aujourd'hui mais ce sont des non-fumeurs. Il y a aussi cet objectif que cela crée une conscience collective
159 qu'ils n'ont pas quand ils arrivent ici parce qu'ils sont isolés, ils ont peu de réseau. C'est nouveau pour
160 eux. Et cela, ça leur permet aussi de faciliter l'intégration plus tard dans une équipe de travail.

161 H : Quand on parlait justement, que l'objectif s'était un peu de se dire que F. arrivait à la séance
162 prochaine. Il y avait cette idée d'on est fière d'aller dire qu'on a su diminuer ou arrêter ou faire ce défi.
163 Donc ma question est : au bout des 5 séances, est-ce qu'il y a un suivi en interne ou les séances sont
164 terminées et on est conscient que cela ne dure pas toute la formation et qu'il n'y a pas de suivi en
165 interne parce que le module tabac est terminé et qu'il y a d'autres thématiques à aborder.

166 P : Une fois que le module tabac est terminé, il y a d'autres thématiques qui arrivent donc c'est vrai qu'il
167 n'y a pas de suivi au sens concret du terme. Maintenant le groupe continu a porté les projets de chacun
168 et nous en tant qu'animateur, on est aussi disponible si la personne veut discuter, si la personne a envie
169 de continuer. Maintenant F. se montre assez disponible et si la personne veut vraiment un suivi elles
170 savent qu'elles peuvent prendre contact avec F.. C'est vrai que nous on ne leur propose plus rien en lien
171 avec cela mais de manière générale, quand F. est passé, sa présence elle se diffuse pendant les trois mois
172 parce que la connexion est vraiment bien encrée et c'est devenu la personne de référence par rapport à
173 la réflexion sur le tabac. Voilà, le groupe continue à en parler pendant tout le module. Il y a pas de suivi
174 mais la présence est bien là et si les personnes ont des difficultés par rapport à un défi d'arrêt ou s'il
175 diminue. Il n'y a pas d'arrêt mais on se rend bien compte qu'il y a une consommation en conscience du
176 coup elle est différente de « je fume juste comme cela pour passer le temps » Il n'y a pas de suivi mais il
177 y a une trace qui reste et qui continue. Et souvent F. même après le module « Activons-nous » quand on
178 reçoit des gens en individuel, parce qu'à la fin du module on ne les lâche pas. Il y a un suivi qui est
179 maintenu. Il est toujours là malgré tout. L'impact on se rend compte qu'il dure.

180 H : Et comment sont fixées les modalités de participation ? Toutes les activités sont obligatoires ?

181 P : Oui toutes les activités sont obligatoires.

182 H : Dans les autres groupes que je suis, le module tabac dure 1h30 et ici il dure 3h.

183 P : C'est 3h parce qu'on s'est rendu compte que 1h30 c'était trop court. Pourquoi, cela je ne sais pas,
184 faut demander à F.. On s'est rendu compte que cela était trop court car chacun veut parler, prendre la
185 parole. Souvent on arrive trop juste au niveau du timing. Maintenant pourquoi au CPAS de Chatelet et
186 pas ailleurs, ça par contre je ne sais pas.

187 H : C'est une demande de votre part ?

188 P : C'est une demande conjointe en fait. Parce qu'il y a une prise de conscience qu'une heure et demie
189 c'était beaucoup trop court. Est-ce parce que le groupe est plus grand,... Ca je dois t'avouer que je pense
190 que c'est vraiment F. qui pourrait te répondre et faire cette comparaison entre nous et d'autres
191 structures. Nous de manière générale, toutes les séances que cela soit avec F. ou d'autres intervenants,
192 elles sont des 3h. Parce que pour nous, c'est déjà une matinée, ils sont là pour 3h. Et pour nous c'est
193 juste bien pour aborder tout ce qu'on veut aborder avec eux.

194 H : Cela fait plus ou moins combien de fois, combien d'année que vous collaborer avec SEPT.

195 P : Cela doit faire 4/5 ans.

196 H : Est-ce que vous adaptez, parce que par exemple, à la première séance, il n'y a pas eu les publicités.

197 P : Cela généralement, F. l'a fait à chaque module de 5 séances, discute avec le groupe, leur demande
198 leur avis et par rapport au remarque que le groupe a pu faire à F., ou par rapport à des choses que le
199 groupe nous a renvoyé à nous. Objectivement, souvent ce que le groupe nous disait c'était : « Super F.,
200 on a adoré les 4 séances de discussion par contre la première séance c'était fort monotone » Et je pense
201 qu'ils ont besoin d'être en lien avec l'animateur et la première séance elle est fort rigide et elle ne leur
202 permet pas de rentrer en lien et de dire toutes les choses qu'ils auraient déjà envie de dire et cela les
203 frustre beaucoup. C'est pour cela que maintenant, F. rentre directement dans la discussion, l'échange, le
204 contact. C'est pas lié à la qualité des diapos mais je pense que c'est vraiment un besoin pour le groupe
205 de se sentir en lien, de pouvoir parler et exprimer des choses. Donc F. a pris cette décision-là.
206 Maintenant, si cela tombe le groupe suivant... Il s'adapte beaucoup au groupe, à leur demande. Ce n'est
207 jamais vraiment figé et pour ça c'est vrai qu'il y a une souplesse et pour nous c'est important. La
208 souplesse est importante parce qu'on a des groupes tellement particulier d'une fois à l'autre avec des
209 personnalités tellement différentes et des besoins tellement différents. C'est tellement une richesse de
210 pouvoir travailler avec des partenaires qui sont sensibles à cela et qui vont s'adapter parce que cela crée
211 justement cet échange/cette complicité.

212 H : Quelles sont vos attentes par rapport au SEPT ou au groupe tabac?

213 P : Mes attentes c'est que cela continue à amener de la réflexion dans le groupe, que F. continue
214 d'aborder chacun dans sa spécificité, dans sa sensibilité et qui continue justement à débloquent les choses
215 pas uniquement des choses au niveau du tabac mais aussi au niveau émotionnel parce que souvent la
216 consommation de tabac elle est liée à leur manière de gérer les émotions. Jennifer l'a exprimé fort bien
217 la dernière fois en suivant leur émotion. Ils ne sont pas dans des contextes de vie où les besoins
218 émotionnels ont leur priorité. Ils sont vraiment dans des contextes de vie où on en est aux besoins
219 primaires. Se nourrir, vivre et parfois c'est survivre. Et le tabac c'est fiché moi la paix avec ça parce que le
220 tabac c'est mon seul plaisir. Moi mes attentes avec le SEPT, c'est vraiment leur faire prendre une
221 responsabilité par rapport à eux-même. D'avoir cette attente qu'eux puissent continuer à envisager leur
222 consommation de manière plus intériorisée et d'arriver petit à petit à faire de la place à autre chose que
223 juste les besoins primaires et à aussi s'ouvrir au niveau émotionnel. C'est vraiment une attente et un
224 développement personnel. Et l'approche de F. elle vise, « je développe mes compétences à arrêter, à
225 réfléchir à ma consommation » mais si je développe aussi mon écoute en moi-même. Je pense qu'on ne
226 peut pas envisager l'accompagnement tabagique si on a pas cette ouverture à laisser l'autre découvrir
227 qui il est et quelle place la cigarette vient combler dans sa vie. C'est vrai quand on travaille avec des
228 publics plus aisés peut-être que cette place, cet enjeu-là est moins important car l'environnement de vie
229 a laissé la place à cette réflexion déjà à la base et que finalement la consommation de tabac, elle a
230 d'autres enjeux, elle vient combler d'autres choses. Il faut vraiment avoir conscience que chez nous, dans
231 notre public à nous, la consommation de tabac elle est vraiment étroitement liée à l'identité et à la
232 manière de se sentir vivre.

233 H : Vos attentes elles sont remplies ?

234 P : Oui. Et on a déjà mis fin à d'autres collaborations parce qu'on ne rencontrait pas ces attentes-là. Mais
235 avec F., elles sont, je ne dis pas cela parce que c'est F., mais elles sont remplies que cela soit avec ces

236 stagiaires, F. ou d'autres personnes de son équipe. C'est vrai que pour nous c'est notre attente c'est que
237 les partenaires avec lesquels on travaille puisse vraiment amener une réflexion par rapport au point de la
238 santé dans lequel ils sont spécialisés mais aussi puissent remplir ces attentes d'écoutes et d'ouverture
239 des participants à eux-mêmes.

240 H : Qu'est-ce qui vous a convaincu dans le programme ? Où vous vous êtes, cela va accrocher avec ce
241 qu'on attend, avec le public ?

242 P : Ce qui nous a convaincu ce que ce n'est déjà pas une séance qui arrive plic ploc et puis voilà. Il y a une
243 réflexion, il y a vraiment une attention portée aux différents aspects de la consommation. On est pas du
244 tout dans une approche de jugement mais de compréhension et cela pour nous c'est vraiment
245 important. Puis c'est le contact que les gens ont pu avoir avec F. qui est généralement, très positif. Et le
246 fait que nous, on puisse collaborer. On est vraiment dans la collaboration et pas juste dans le on vient
247 donner des infos puis on s'en va. Donc ça c'est qui m'a convaincu. Et oui, il y a l'aspect théorique mais il y
248 a aussi la collaboration, l'échange, une réflexion par rapport aux séances. C'est on s'est où il veut aller et
249 on sait où il va amener le participant. Et c'est vraiment important.

250 H : Donc ça s'est un peu le point d'accroche et puis vous suivez depuis plusieurs années le module avec
251 eux. Qu'est-ce que vous avez apprécié dans les séances et a contrario qu'est-ce que vous avez moins
252 apprécié ?

253 P : Alors, ce que j'apprécie le moins dans les séances, c'est une bonne question, je vais commencer par
254 ce que j'apprécie. F.. Ce qu'on apprécie et je pense que mes collègues aussi. Il y a pas de tabou, on peut
255 parler de tout. Il y a de l'information, ils ont de la théorie sans que cela soit lourd donc c'est de
256 l'information juste. Il y a de la réflexion de leur part, F. les amène à réfléchir. Ce n'est pas un intervenant
257 qui donne tout sur un plateau. Ils développent vraiment l'esprit critique et l'esprit de groupe.
258 Maintenant ce que j'apprécie le moins, il n'y a pas vraiment de choses que je n'apprécie pas. Je dirais
259 peut-être que je suis d'accord avec lui quand il rentre directement dans le vif du sujet parce
260 qu'effectivement cette approche via des diapositives d'emblée c'était un peu surprenant. On est face à
261 un public qui n'est pas scolaire du tout qui a généralement, un très mauvais rapport à l'école. Mauvais
262 rapport, pas forcément intellectuel mais qui n'a pas gardé de bons souvenirs des professeurs, de cette
263 manière ex cathedra de donner la chose. Et c'est vrai que quand la première séance était constituée de
264 cela, ce côté fort cours. Ça cela pouvait être un point plus négatif pas en terme d'intérêt mais en terme
265 d'approche du groupe. Maintenant on a bien discuté avec F., il a pu proposer une manière différente de
266 travailler. A l'heure actuelle, je ne dirais plus rien.

267 H : Si on vous donner la possibilité d'intégrer l'équipe qu'est-ce que vous amélioreriez ou mettez en
268 place par rapport à ce qui a déjà dans les séances ?

269 P : Là comme cela je ne vois pas. Mais peut-être plus de support, plus d'outil pédagogique peut-être. Plus
270 de choses qu'eux peuvent manipuler. Souvent ils aiment bien manipuler. Il y a beaucoup de groupe de
271 travail et ça c'est chouette. Plus d'outils pédagogique, de choses à manipuler mais quoi concrètement...

272 H : Que cela soit plus didactique ?

273 P : Peut-être, Oui. Maintenant, honnêtement, le besoin ne se fait pas forcément ressentir dans les
274 groupes. Cela fonctionne bien comme cela. Peut-être, aussi, mais là c'est notre spécificité à nous en
275 même temps, on est peut-être devant une demande personnelle mais essayer de faire prendre

276 conscience qu'il n'y a pas que la consommation de tabac et qu'on peut être addict à un tas d'autres
277 choses. Peut-être essayer de mettre un outil concret qui pourrait aider les participants qui ne
278 consomment pas de tabac, mais qui sont addicts à d'autres choses, à prendre conscience de cela pour
279 pouvoir faciliter les échanges.

280 H : Oui, parce qu'il y a peut-être plus de réticences des non-fumeurs.

281 P : Oui et peut-être aussi lorsqu'on intègre un groupe, on vous dit « on va réfléchir au tabac » on fait le
282 lien directement avec ce qui nous pose problème. Mais quand on nous demande à quoi vous êtes
283 addicts, moi-même quand je me pose la question comme cela et que je ne fouille pas un peu plus
284 longtemps dans mon esprit c'est difficile. Déjà dans un premier temps, le tabac est identifié comme
285 problématique mais peut-être que pour une personne le chocolat c'est pas problématique. Je parle du
286 chocolat parce que souvent je les fais marcher avec le chocolat. Le chocolat peut-être ce n'est pas
287 problématique mais peut-être on peut aider ses personnes là à prendre conscience. Parce que
288 finalement, ce n'est pas le tabac, cela n'a pas le même impact au niveau de la santé mais socialement et
289 intérieurement cela peut venir combler les mêmes manques.

290 H : Parce qu'on a remarqué la semaine passée, qu'ils avaient quand même du mal à exprimer, les non-
291 fumeurs, un défi.

292 P : Oui. Alors, nous qui les connaissons, j'aurais pu dire, Jean, toi peut-être que... A.... On ne le fait pas
293 parce que ce n'est pas à nous d'amener des choses de ce genre. Ou en tout cas on peut peut-être le faire
294 pendant un entretien individuel ou dans une réflexion avec la personne mais certainement pas en
295 groupe. Et ça s'est important de respecter cela et d'observer qu'il y a une difficulté chez eux. Donc peut-
296 être des outils qui pourraient aider ces participants qui n'ont pas forcément de lien avec le tabac mais à
297 prendre conscience qu'il y a peut-être d'autres choses qui les titillent. Même si c'est parfois des trucs
298 très originaux comme Disney. En même temps c'est chouette de la part de ces personnes de pouvoir
299 dire.

300 H : Ben c'est qu'elles ne se sentent pas jugées et qu'elles se sentent bien dans le groupe.

301 P : Oui, et cela je pense que F. il le cultive beaucoup. Si on avait un intervenant qui arrivait en disant cela
302 c'est mal, vous êtes nul, faut arrêter, je pense qu'on aurait fait une demi séance et on aurait mis fin à la
303 séance. C'est peut-être mon côté psy qui fait que j'ai des attentes un peu différentes. Vous devriez peut-
304 être demandé à mon collègue éduc qui vous aurait dit peut-être tout autre chose. En tout cas, nous, le
305 trio de formateurs, on se fixe des objectifs qui sont beaucoup dans le développement de soi. Parce qu'il y
306 a tout le côté orientation mais réfléchir professionnel c'est d'abord réfléchir à un projet personnel et le
307 tabac en fait partie.

308 H : Est-ce que dans les autres activités que vous mettez en place, il y a parfois une demande exprimée
309 par les stagiaires ?

310 P : Oui parce que, un peu comme F. travaille, à la fin de chaque module, on fait un bilan final, dites-nous
311 un peu est-ce qu'il y a des choses qui vous ont manqué. Est-ce qu'il y a des choses que vous avez aimées.
312 On a déjà mis fin à des collaborations parce que les gens nous disaient, il faut arrêter et parce qu'on s'en
313 rendait compte. Le groupe il évolue mais il évolue aussi en fonction des groupes précédents, des
314 remarques, des choses qui nous ont été amenées. Par exemple, cette année-ci on a ajouté les stages qui
315 n'existaient pas les autres années. Parce que les gens nous ont dit on aimerait tester des trucs, on

316 voudrait pouvoir,... Au fur et à mesure, on a créé des séances sur l'alimentation qui n'existaient pas les
317 autres années parce que on a une intervenant extérieure qui venait et avec qui cela se passait pas bien
318 et on s'est dit on arrête et on crée cela nous même. Donc on a ajouté 4 séances. A mon avis cela va
319 même être 5. Parce qu'on l'a pas encore testé mais on se rend compte qu'il n'y en aura pas
320 suffisamment et ils sont super preneurs et on essaie de le faire. En même temps, on connaît nos groupes
321 et quels outils pédagogiques vont les accrocher. Mais on est toujours dans cette idée de réfléchir à du
322 nouveau. Maintenant, si tous les groupes nous avaient dit « non le SEPT quelle horreur c'est pas
323 possible » on aurait pris le temps de se poser et d'y réfléchir. Si F. est toujours là c'est qu'il est avalisé par
324 les autres groupes.

325 H : Donc il n'y a pas de demande directe des stagiaires présents de parler de tabac ?

326 P : Non, mais c'est toujours en fonction des groupes précédents et ce qu'ils nous disent lors du bilan final
327 et du coup des possibilités, des moyens qu'on peut mettre ou pas. Il faut savoir qu'avant « Activons-
328 nous » c'était trois à quatre fois sur l'année, c'était des modules de deux mois. Là maintenant, c'est des
329 modules de presque 4 mois et deux fois par an parce que cela a évolué et parce qu'il y a d'autres choses
330 qui se sont rajoutées.

FOCUS GROUP : Groupe 1 (F1)

Durée totale : 37' 47 (15h-15h40)

Lieu : Locaux des bénéficiaires de l'ASBL

Nombre de participants : 5 (4 F et 1 N-F)

- 1 P1 : c'est un peu un débat ?
- 2 H : Oui c'est un peu ça sur les 5 séances du SEPT
- 3 H : vous avez tous suivi les 5 séances ?
- 4 P3 : 4
- 5 P5 : Moi deux
- 6 P1 : pareil, 4
- 7 P2 : 5
- 8 P4 : 5 aussi
- 9 H : si j'ai bien compris pendant la séance du SEPT, il n'y a que vous qui n'êtes pas fumeur ?
- 10 *(en m'adressant au P2)*
- 11 P2 : Oui
- 12 H : Juste encore une petite information par rapport à l'organisation ... Au niveau des
- 13 modalités de participation, est- ce que c'était obligatoire d'y participer ?
- 14 P3 : Oui on était obligé de venir
- 15 P5 : oui c'est obligatoire de venir ici
- 16 P1 : Oui c'est obligatoire, ça fait partie de la formation
- 17 H : D'accord et vous étiez combien au départ +/- ?
- 18 P3 : Ici je dirai qu'il en manque déjà 4, donc je dirai que normalement on était 9
- 19 P1 : Non hein, il y avait qui qui était là aussi... comment encore ... M. qui est venu et puis qui
- 20 n'est plus venu ...
- 21 P3 : Ah oui il y a M. *(haussement de la voix)*
- 22 P5 : Oui il y a M.
- 23 P3 : Et il y a aussi un autre là ... donc ça fait 11

24 H : D'accord, merci pour toutes ces précisions ... On va pouvoir commencer la discussion
25 avec la première question mais juste avant si ça vous dérange pas de refaire un tour rapidos
26 des prénoms pour que ça soit plus convivial (moi pour rappel, c'est Hélène)

27 H : G., S. M., M. et A. c'est bien ça ? (*Je reliste les prénoms déjà mémorisés lors de mon*
28 *observation à la 5^{ème} séance*)

29 H : Donc dans un premier temps, Qu'êtes-vous **venu chercher** à la formation ?

30 P1,2,3,4,5 : Blanc

31 H : Vous êtes venus juste parce que c'était obligatoire ou vous aviez vraiment des attentes par
32 rapport aux 5 séances sur le tabac ?

33 P3 : Enh, la formation qu'on parle, c'est sur le tabac ? (*Surpris*)

34 H : Oui Oui, c'est par rapport aux 5 séances que vous aviez suivies sur le tabac

35 P3 : Bah au départ, moi, je me suis dit que ça allait me souler !

36 H : Oui ...

37 P3 : Mais après, en parlant vraiment avec elles (*en parlant des deux animatrices*
38 *tabacologues*) et tout ça, on apprend quand même des trucs pour arrêter et tout (il y a quand
39 même plein de choses pour arrêter de fumer ...) donc voilà c'est pas trop mal

40 P1 : pendant les premières séances déjà, elles ont montré ... (ah mais tu n'étais pas là P3).

41 P3 : Ah non j'étais pas là

42 P1 : Donc ils ont montré des affichettes pour montrer comment ils ont fait pour attirer les gens
43 et tout ça, tu vois, surtout Marlboro, c'était quoi comme image et ainsi de suite .. Tu vois par
44 exemple Marlboro, c'était plutôt Western tandis que d'autres c'était autre chose ... et après
45 bah elles approfondissent sur la consommation du tabac

46 H : Donc si je comprends bien, pour vous (P3), vous vous êtes dit « au départ, c'est
47 obligatoire et ça ne m'intéresse pas ... » (*coupée par P3*)

48 P3 : Ouais voilà, au début, je me suis dit, ouais allez le tabac, ça va me souler parce que j'ai
49 pas envie d'arrêter et tout ça mais voilà après on apprend quand même des choses ...

50 P1 et P5 : Ouais voilà

51 H : Donc c'est plus de l'information que vous êtes venu chercher ?

52 P3 : Ouais voilà mais ça m'a quand même un peu aidé parce que j'ai quand même un peu
53 diminué

54 H : D'accord merci, est-ce qu'il y en a d'autres qui sont d'accord ?

55 P1, P4 et P5 : Ouais (en chœur)

56 P1 : Je pense qu'on prend quand même conscience aussi de notre consommation (*coupée par*
57 *P5*)

58 P5 : Moi quand je suis arrivé ici je me suis dit aussi que ça allait me souler et tout le bazar
59 mais pour finir j'écoutais quand même ce qu'elles disaient quoi ...

60 *Blanc*

61 P1 : quand tu apprends que les cigarettiers mettent du cacao dans le tabac ... , qu'il y a 4000
62 composantes dans une cigarette (*surprise et « en colère »*). Moi je comprends pas ... Moi je
63 pensais que c'était que du tabac !

64 P5 : Bah non hein ...

65 P1 : je savais qu'il y avait des trucs goudron et compagnie mais même de l'ammoniac, je me
66 suis dit hein ?, On fume quoi ? ! ça fait qu'on doit payer cher les cigarettes et ils nous
67 empoisonnent tu vois et en plus l'Etat prend, je ne sais pas moi, les $\frac{3}{4}$ des bénéfices quoi ...

68 P5 : Quand tu vends des cigarettes, tu gagnes rien ... Tu gagnes 2 ou 3 cents par cigarette

69 P1 : Ouais mais bon ça veut dire qu'on met de l'argent dans la poche de l'Etat

70 P3 : Les cigarettes ils les revendent au prix qu'ils les achètent, ils peuvent pas les revendre
71 plus cher

72 H : Et pour vous (P2) qui êtes non-fumeur, quand on vous a dit que vous alliez devoir suivre
73 une formation sur le tabac ... ?

74 P2 : Bah je me suis dit que ça allait me souler parce que je fume pas, je me suis dit « Je vais
75 servir à quoi ? » Mais du coup, après ça m'a quand même été utile parce que j'ai arrêté les
76 boissons énergisantes

77 H : D'accord, merci, ça va me permettre d'aborder la deuxième question puisque c'est un peu
78 en lien avec ce que P2 vient de nous dire ; Du coup, Qu'est-ce que ça vous a apporté de vous
79 réunir une fois par semaine pour parler de votre consommation de tabac ?

80 P1 : Bah moi, comme je les vois pas, pour moi, on a plus de, enfin ... de contacts, on parle
81 d'autre chose que du travail

82 H : Vous voyez plus ça comme un groupe de parole ?

83 P1 : Oui c'est ça !

84 P3 : Oui voilà, on peut plus d'exprimer ici que quand on est sur le chantier, sur le chantier on
85 a pas le temps

86 H : Même si ça ne parle pas que de tabac, c'est une façon pour vous de vous réunir et de
87 discuter entre vous c'est ça ?

88 P1, 2,3,4,5 : Ouais c'est ça !

89 P1 : On peut aussi dire ce qu'on pense sur le tabac, sur le redbull ou je sais pas ... sur les jeux
90 vidéos aussi

91 H : Vous êtes tous d'accord ?

92 P3,5,2 : *adhèrent en hochant la tête*

93 P1 : On apprend à se connaître aussi

94 P4 : C'est une prise de conscience à l'addiction c'est tout que ça soit le tabac, les jeux vidéos
95 ou quoi que ce soit ...

96 P1, 5 : Ouais voilà c'est ça !

97 P4 : Puis il y a la façon de voir les choses..., moi j'ai été étonné, parce que j'avais déjà essayé
98 d'arrêter de fumer avec des patchs il y a des années, euh... bon, ici j'ai encore réessayé et ça
99 ne marche pas ... Fin, ça ne « marche pas », avant je connaissais pas les nicorettes, ça
100 n'existait pas à ce temps là et il y a la façon de les utiliser aussi parce que ça c'est pas
101 expliqué, je savais pas qu'on pouvait en prendre autant et tout ça ... alors qu'ici, c'est bien
102 expliqué

103 H : c'est concret ?

104 P4 : Oui voilà

105 P1 : Oui, tu savais pas si tu pouvais fumer ou pas ... ouais voilà c'est ça hein, on est pas euh
106 ...

107 P3 : Bah déjà moi on m'avait dit que j'avais pas le droit de fumer si je mettais un patch

108 P1 : Bah oui, c'est ce que j'avais déjà entendu dire aussi

109 P3 : c'est pour ça que j'ai jamais essayé de ma vie, parce que je me suis dit, si je peux pas
110 fumer laisse tomber !

111 P5 : rire

112 P3 : Mais en fait, si on peut fumer avec

113 H : Donc, si je comprends bien, ça vous a donné des informations pratiques ?

114 P3 : Oui voilà c'est ça

115 P4 : Pratiques et concrètes hein ... parce que quand on voit des publicités à la TV, Oui
116 d'accord c'est une publicité pour le produit mais comment s'en servir c'est ça surtout !

117 P1 : Comment les utiliser, c'est vraiment ça ... et puis bon, j'ai été étonnée avec l'espèce
118 d'appareil là ..., oula c'est quoi ça ! (rire)

119 P2,3,4,5 : rire

120 P1 : Non mais sérieusement ça fait réfléchir !

121 P4 : Ouais !

122 H : ça vous permet d'objectiver ?

123 P1 : Disons que moi je fume, mon copain fume et mes enfants ne fument pas, faut pas
124 demander ce que eux (*elle insiste sur eux*) respirent hein parce que nous on fume dans la
125 maison, on sort pas, fin je veux dire purée on empoisonne nos enfants hein !

126 P4 : Ouais ouais

127 P1 : j'ai fumé quand j'étais enceinte pour les 3 et voilà, je me dis, depuis leur naissance, beh
128 ... voilà ils respirent ça et je remercie le Bon Dieu qu'il n'ont pas été asthmatiques ou qu'ils
129 ne soient pas malades et qu'ils ne soient pas sujets à fumer. Mes enfants ils sont adultes et ils
130 disent non nous on fume pas parce qu'on voit comment on est arrangé (on vieillit mal, et si et
131 là et puis c'est cher fin voilà quoi ...)

132 H : ça relie un peu ce que P4 disait, c'est une prise de conscience ?

133 P1 : Oui et surtout si on a des enfants, on réfléchit pas, on fume machin et puis j'ai soufflé
134 dans l'appareil et je me suis dit si moi déjà en fumant j'ai autant, faut pas demander celui qui
135 ne fume pas ce qu'il respire

136 P4 : En fait, on est pas conscientisé, quand on fume, on sait plus au moins ce qui pourrait nous
137 arriver, mais sans plus parce qu'on pas de douleur

138 H : c'est sur du long terme, c'est trop loin ?

139 P4 : Oui voilà c'est ça !

140 P3 : Ah Ouais hein !

141 P4 : l'appareil dans lequel on nous a fait souffler, là ça fait prendre conscience quand même

142 H : Donc avant de suivre les séances sur le tabac, vous vous posiez jamais de question sur
143 votre consommation ?

144 P1, P4 : Non

145 P3 : Non, je savais que je fumais beaucoup mais je me disais jamais « ouais je vais arrêter ou
146 diminuer tandis qu'ici, j'ai quand même diminué hein (*sentiment de fierté*)

147 P4 : En fait, on sait qu'on fume beaucoup, c'est par rapport aux finances quoi, moi je fumais
148 plus d'un paquet par jour mais à 10 euros le paquet, c'est là qu'on voit notre consommation,
149 hein ? (*cherche l'approbation des autres participants qui hochent la tête ; On voit notre*
150 consommation réelle financièrement

151 H : Donc si j'ai bien compris, ça vous a apporté de l'information, des infos
152 concrètes/pratiques, un outil vous permettant de vous questionner et objectiver votre
153 consommation

154 P5, P3 : *approuvent*

155 P1 : oui, sur le plan financier et sur le plan santé, santé aussi, voilà c'est ça

156 P3 : Oui !

157 *Blanc*

158 H : Au départ vous étiez 10-12 si j'ai bien compris, mais dans tous les cas c'était toujours en
159 groupe alors comment vous avez vécu ces séances **en groupe** ?

160 P3 : Bah moi franchement je préfère en groupe, au moins on peut débattre et tout

161 P1 : Oui voilà

162 P4 : ouais moi aussi,

163 P2 : pareil

164 P5 : moi je suis d'accord aussi

165 H : Vous semblez avoir vécu positivement les séances en groupe, quels sont du coup pour
166 vous les avantages de suivre des séances en groupe ?

167 P4 : d'entendre l'expérience des autres en fait par rapport à soi

168 P3 : Ouais voilà, de voir comment l'autre il le vit, pour voir si nous on vit la même chose, si
169 pas on peut peut-être demander à la personne comment elle, elle, fait

170 P4 : Il y en a qui ont des trucs que d'autres non pas et qui vont peut-être adopter ces trucs là et
171 ça ça aide aussi d'un côté ou de l'autre

172 H : et par exemple, vous qui êtes non fumeur (P2), comment vous avez vécu ces séances en
173 groupe sur le tabac ?

174 P2 : ça été positif ... *Blanc (timide et peu bavard)*

175 H : Vous pouviez parfois donner des « trucs » de non - fumeur à quelqu'un de fumeur en
176 disant « si je m'ennuie par exemple, moi je fais ça ... »

177 P2 : bah je fume pas quand je m'ennuie (*ne comprend pas bien la question et reste très bref*)

178 P5 : Non je pense surtout que pour lui, s'il avait une petite idée dans sa tête d'essayer de
179 commencer à fumer, je pense qu'avec tout ça, elle va être vite partie

180 H : Donc si je comprends bien, ça été surtout l'expérience de chacun qui a été bénéfique ?

181 P1 : Oui c'est ça

182 H : D'autres avantages pour d'autres ?

183 P1,2,3,4,5 : Blanc

184 H : quels sont alors les inconvénients des séances en groupe ?

185 P1 : les inconvénients ? ... (*réfléchit*)

186 P3 : Les inconvénients, c'est qu'il y en a, je sais pas, parfois il y en a qui ne sont pas très
187 concentrés

188 P1 : voilà, il y en a qui disaient n'importe quoi

189 P3 : ouais ou alors ils s'en foutent et ...

190 P1 : Ouais c'est ça, ils s'en foutent, ils sont en mode « moi j'en ai rien à foutre ... »

191 P3 : après pour ceux qui voulaient vraiment participer je pense que ça été très bien

192 H : Vous êtes d'accord là-dessus ?

193 P5 : Ouais et puis bah comme c'est quelque chose qui est obligé pour la formation, bah il y en
194 a qui venait juste parce que c'était obligé donc pendant que les dames parlaient bah ils
195 foutaient le bordel parce qu'ils s'en foutaient quoi ...

196 Vous pensez que ça a eu un impact sur la formation le fait qu'il y ait eu des « turbulences » ?

197 P3 : Non, c'était pas à ce point là quand même

198 P1 : elles savaient quand même les remettre à sa place de toute façon

199 P3 : La fois passée, elle (tabacologue) a quand même dû en mettre un à sa place parce qu'il
200 avait dépassé ...

201 P4 : les bornes

202 P3 : bah si non ça été

203 H : Comment vous avez vécu le fait que ça soit obligatoire ?

204 P1 : Si ça avait été non obligatoire, je pense pas qu'on serait venu

205 P5 : non

206 P1 : ça je pense pas

207 P3 : ouais franchement si on avait eu le choix, je pense qu'au départ on serait pas venu

208 H : c'est quoi ici, vos motivations à participer aux séances ?

209 P5 : bah c'est l'obligation

210 P3 : Au départ c'est vraiment parce qu'on avait pas le choix

211 H : Il n'y a pas de motivation personnelle ?

212 P1,3,4,5 : non

213 Personne ne s'est dit « je suis curieux ou j'ai envie d'avoir des informations ou encore j'ai
214 envie d'arrêter de fumer, ça m'intéresserait d'y participer ? »

215 P,1,3,4,5 : Non

216 H : vous êtes tous venu parce que c'était obligatoire ?

217 P5 : la première fois oui ! si non je pense qu'il y aurait eu personne

218 P1 : Si on nous avait dit, voilà il y a une animation tabac, je pense qu'il y aurait eu 1 ou 2
219 personnes et encore

220 H : Quels ont été vos freins/réticences à participer à la base alors ?

221 P5 : bah c'est soulant

222 P3 : Ouais, on pense (*il insiste sur pense*) que c'est soulant

223 P5 : On pensait que ça allait être fatigant et être assis sur une chaise autour d'une table pour
224 parler de tabac, euh ...

225 P4 : ouais on s'est dit qu'on allait venir se faire chier pendant 3h à parler de tabac

226 P3 : nous dans notre tête on pensait qu'on allait nous dire d'arrêter ou même de diminuer à ce
227 moment là mais une fois qu'on a parlé la première fois avec elles, directement ça a bien
228 accroché !

229 P4 : ouais je suis d'accord

230 P3 : Après c'est peut-être parce qu'on s'entendait bien avec elle, voilà ça je sais pas ... peut
231 être que si le courant passait pas, bah peut-être ...

232 P4 : que ça n'aurait pas accroché autant

233 P3 : ouais et moi j'aurais peut-être pas diminué de fumer, P4, il a encore fait mieux que moi,
234 fin voilà quoi ... on se serait dit on en a rien à foutre et on vient parce qu'on a pas le choix
235 mais c'est pas le cas pour finir. J'aurais même pas fait d'effort si c'était pas bien passé

236 H : Du coup, qu'est-ce qui vous a motivé à venir aux séances suivantes ?

237 P3 : Bah la première était bien, on avait déjà appris des choses donc on voulait encore en
238 savoir plus

239 P1 : Voilà, et le défi aussi !

240 P1,3,4 : Ouais le défi ! (*en même temps*)

241 P3 : on a essayé de le réussir donc ça c'était bien

242 P4 : c'est pas mal basé sur le défi et ça ça motive hein !

243 P5 : oui ça motive

244 H : et cette motivation elle est ressentie dans le groupe, chacun motive un peu l'autre ?

245 P3 : Ouais hein ! on en a parlé 2-3 fois sur le chantier, parce qu'on est tous les deux sur le
246 même chantier (avec P4) et je lui ai demandé plusieurs fois comment lui ça allait de son côté
247 et voilà ;

248 P4 : *hoche la tête*

249 P3 : Avec P1 on se voit jamais

250 P1 : bah non ...

251 P3 : et avec les autres, c'est pas toujours facile d'avoir une discussion parce qu'on est tous
252 ensemble

253 P1 : et alors ce qui était bien aussi, c'est qu'elles nous ont pas obligé à faire le défi, elles ont
254 proposé

255 P4, P3 : ouais non c'est vrai !

256 P1 : elles ont juste proposé et elles disent « nous, on est pas là pour que vous
257 arrêtez d'office » elles sont là pour nous conseiller mais c'est notre choix , on arrête on arrête,
258 on continue, on continue ça c'est notre choix personnel, ça aussi c'était bien ! et alors aussi,
259 elles nous jugeaient pas non plus

260 P3 : Ouais c'est ça aussi, le fait de ne pas être jugé, c'est bien

261 P1 : Voilà, voilà !

262 P3 : moi quand je suis arrivé, je leur ai dit, moi je fume comme un malade, mais pour finir
263 dans les 2 premières semaines, c'est moi qui avait le moins dans le taux dans l'appareil de
264 carbone, je comprenais pas d'ailleurs mais bon pour moi, j'étais un gros fumeur donc je me
265 suis dit que j'allais faire péter l'appareil

266 P1 : rire

267 P3 : Ouais j'avais moins que certains

268 H : et le fait que ça soit obligatoire, il y a des moments dans les 5 séances où vous vous êtes
269 dit que vous ne vouliez pas participer ?

270 P3, 4 : non

271 P1 : bah on ne savait pas vraiment leur programme ; donc la première fois je me souviens
272 qu'elles avaient parlé des publicités, puis la deuxième je sais plus trop ...

273 P3 : bah pour moi, la première a accroché directement depuis bah je viens

274 H : vous ne vous posez pas la question « est-ce que je vais ou je ne vais pas ? »

275 P3 : non voilà, je viens ; et j'étais même venu une fois alors que j'étais sous certificat, je suis
276 pas venu le restant de la semaine mais pour ça je suis venu

277 P1 : et c'est à partir de la 3^{ème} séance qu'elles nous ont fait faire le défi et voilà, et même ça
278 c'était même libre choix. Et on a eu aussi notre petit cadeau (*rire*) (en parlant des
279 magnets/pins personnalisés)

280 H : ceux qui ne sont pas là alors que c'est obligatoire, vous avez une idée des raisons ?

281 P5 : bah c'est comme pour moi en fait, moi franchement, j'avais pas envie de venir pour rester
282 toute une journée dans des locaux

283 P3 : en fait, au matin, on a aussi des cours

284 P5 : Parce qu'avant vous, on a eu cours de français et franchement moi au matin quand je suis
285 arrivé, je me suis dit que j'avais arrêté l'école c'était pas pour rester assis pendant 8h

286 P1 : bah c'est ce que j'ai fait aujourd'hui t'sais gamin !

287 P5 : Bah ouais mais tu vois nous on a arrêté l'école c'est pour travailler pas pour avoir des
288 cours de français et des trucs ainsi, fin tu vois !

289 P3 : Le contrat on l'a signé dès le départ, et elle l'a dit, il y a des cours théoriques et on le sait
290 ...

291 P1 : bah voilà

292 P5 : ouais mais à la base, les cours théoriques c'est soit l'après - midi, soit une matinée et là
293 c'était toute la journée ; Moi franchement, cette fois ci, je voulais pas venir parce que c'était
294 toute la journée

295 P1 : c'était un frein pour toi de rester renfermé pendant 8h ?

296 P5 : ouais voilà ; Après je dis pas que les cours sont pas utiles mais au moins on travaille, on
297 est sur chantier, on est pas assis

298 P3 : c'est vrai que les heures passent moins vite parce qu'on ne travaille pas mais... voilà moi
299 je trouve que ça passe

300 P1 : mais oui !

301 H : Voilà chacun son avis, et c'est intéressant d'écouter toutes les opinions

302 P3 : ouais, moi quand je dois aller travailler je suis content, quand je dois venir ici je suis
303 content fin voilà, je m'en fous

304 H : Quelles ont été vos expériences positives pendant ces 5 séances ?

305 P1 : Personnellement ?

306 H : Oui Oui vous pouvez nous faire partager chacun votre expérience à vous !

307 P4 : Moi par exemple, ça été de diminuer ma consommation de tabac de moitié, et en fait ça
308 été vite hein, parce que dès la 3^{ème} semaine quand le défi a été lancé, je l'ai fait et sur une
309 semaine diminuer de moitié c'est énorme pour moi !

310 H : Oui bien sûr ! Bravo ! ; et qu'est ce qui a été plus négatif pour vous ?

311 P4 : Je pense que pour moi le négatif c'est pour l'avenir quoi ... parce qu'on ne les aura plus à
312 nos côtés donc si on a besoin d'aide, il faudra qu'on aille voir ailleurs

313 H : Il vous manque un suivi ?

314 P4 : Oui peut-être, on connaît maintenant les deux filles ici, ça aurait peut-être été plus facile
315 qu'elles reviennent 2-3 fois pour avoir un meilleur suivi, si on a des questions à leur poser et
316 tout ça que de reprendre encore quelqu'un d'étranger

317 P1 : ouais, faire la démarche encore d'aller voir quelqu'un d'autre, repartir à zéro, ouais ouais
318 je comprends

319 P3 : bah moi je pense que j'irai pas voir ailleurs clairement

320 H : Pour rebondir, sur ce que P3 vient de dire, et après on reviendra chez chacun sur ce qu'il a
321 vécu comme étant positif et négatif, qu'est -ce que vous avez pensé du fait que le tabacologue
322 vienne ici ?

323 P3 : C'est bien !

324 P5 : Oui franchement c'est pas mal

325 P1 : c'est bien parce que franchement, nous on l'aurait pas fait hein ?

326 P3,4,5 : Non (en même temps)

327 P1 : parce que Appeler Tabac-Stop ou aller chez son médecin si on est à l'agonie et qu'il nous
328 demande ce qu'il se passe et dire qu'il faut arrêter de fumer ... on aurait peut-être pris un peu
329 conscience, enfin peut-être (*en insistant sur le peut-être*)

330 P4 : faire la démarche d'aller voir un tabacologue de soi-même ... c'est difficile

331 P1 : Ouais c'est difficile, ici ça nous a un peu boosté et ...

332 P3 : Ouais parce que moi mon médecin il m'a déjà dit qu'il fallait que j'arrête de fumer ou au
333 moins diminuer et j'ai jamais diminué mais ici avec elle, j'ai diminué, j'ai pas diminué de
334 moitié mais j'ai diminué

335 H : et vous (P5), vous disiez aussi que c'était pas mal ?

336 P5 : Ouais c'est bien qu'ils fassent ça quand même, parce qu'ils vont eux vers les gens, et ça
337 aide quand même, parce que comme on est ici, au départ on y aurait jamais été, et au final ça a

338 quand même aidé P4 à diminuer de moitié, ça a quand même aidé P3 à diminuer un petit peu,
339 c'est bien je trouve, fin c'est gentil de leur part (*ne parle pas en JE*)

340 P1 : Même si sur les paquets de cigarette, il y a le numéro de téléphone anti tabac ...

341 P3,4,5 : bah on appelle pas (*provoque des réactions*)

342 P1 : bah voilà c'est ça

343 P5 : Pourtant c'est un numéro gratuit mais ...

344 H : Si ça vous va, on va repartir sur ce qui a été positif et négatif pour vous, comme P3 l'a
345 fait ?

346 P1 : C'est vrai que c'est dommage qu'il n'y ait pas un suivi ... peut-être pas toutes les
347 semaines mais ...

348 P4 : peut-être pas toutes les semaines mais une fois par mois

349 P3 et P5 : ouais une fois par mois ça serait bien !

350 P5 : même pas toute la matinée mais au moins une heure quoi ... même chacun son tour pour
351 dire un peu comment ça se passe

352 H : plus sur quelque chose d'individuel ?

353 P3 : non pas forcément, même en groupe

354 P5 : bah même pas, mais si même après c'était individuel ça permettrait de voir comment ça
355 se passe

356 P4 : pour voir l'évolution quoi ...

357 P3 : Bah ouais parce qu'une fois qu'elles viendront plus, bon beh ...

358 P4 : Bah ouais, après de toute façon, le défi on se le met dans la tête ou on se le met pas, on le
359 respecte ou on le respecte pas aussi ...

360 P1 : ça c'est libre à chacun, c'est ce qu'elles ont dit aussi « vous faites ce que vous voulez,
361 soit vous continuez, soit vous arrêtez »

362 H : est ce que vous avez eu un numéro de téléphone, un contact pour l'après ?

363 P4 : bah euh ... le truc tabac-stop là

364 P1 : ah oui voilà

365 H : pas directement avec le SEPT ?

366 P3 : Non, ça on a rien eu

367 H : et ça vous auriez été demandeur ?

368 P3,4,1,5 : Ouais ! (tous d'accord)

369 P1 : ouais parce qu'on les connaît en fait

370 P4 : ouais c'est vraiment ça !

371 H : il y a eu une relation de confiance qui s'est créée ?

372 P 1,2,3,4,5 : oui

373 *Blanc*

374 H : et pour vous P3, qu'est ce qui a été positif ?

375 P3 : c'est que j'ai diminué de fumer, et c'est déjà pas mal, parce que j'aurai vraiment pas
376 diminué tout seul ; Par contre, en négatif, je vois pas, je vois rien de négatif hein ! Dans tout
377 ce qu'on a fait, je vois pas de négatif !

378 H : et pour vous P5 ?

379 P5 : pour moi je sais pas trop dire parce que c'était que ma deuxième séance mais j'ai pas
380 envie d'arrêter de fumer donc ça a un peu servi à rien on va dire. J'écoutais ouais, ça m'a fait
381 plaisir que ça les a aidé eux mais moi personnellement ça m'a pas ...

382 P1 : même pas un petit chouia ?

383 P5 : bah ça m'a fait un peu ouvrir les yeux, mais si on arrête de fumer, on aura quand même la
384 même vie quoi tu vois ? Si on se fait chier maintenant, on allume une cigarette mais si on
385 arrête on peut se faire chier sans fumer tu vois ce que je veux dire ? le fait d'avoir réalisé ça,
386 c'est un peu positif mais à part ça ... Et ce que je trouve négatif c'est que c'est triste pour eux
387 parce qu'ils ont commencé des trucs avec eux et ils les verront plus quoi !

388 Et pour vous ? (P2)

389 P2 : bah ... je dors mieux les nuits, je suis mieux dans ma peau ...

390 P2 : grâce aux animations que vous avez faites ?

391 P2 : oui

392 P3 : ouais parce que grâce à ça il a arrêté ses boissons énergisantes donc il était toute la nuit
393 sur ses jeux hein ! puis il venait travailler comme ça (*P3 parle au nom de P2*)

394 P1 : comme un zombie ...

395 H : vous vous étiez lancé pour défi d'arrêter les boissons énergisantes alors c'est bien ça ?
396 (P2)

397 P2 : Oui c'est ça et je l'ai respecté ; J'ai arrêté carrément ma consommation de boissons
398 énergisantes

399 H : Vous disiez que vous étiez mieux dans votre peau, c'était dans le sens où vous dormiez
400 mieux ... du à l'absence de boissons énergisantes ou c'est aussi votre confiance en soi qui a
401 été augmentée ? (P2)

402 P3 : Il dort mieux déjà

403 P2 : Ouais

404 P1 : il est timide/calme hein aussi, pour ceux qui sont comme lui, ils ont l'occasion aussi de
405 s'exprimer dans ces débats, réunions formations

406 H : vous êtes d'accord avec ça ? (P2)

407 P2 : oui oui je suis d'accord

408 P1 : rire

409 P3 : ce qui est bien c'est qu'elles se sont pas dit « il fume pas donc on va le laisser là » ! non,
410 elles ont fait un autre défi avec lui et voilà, c'est ça qui est bien aussi parce qu'elles auraient
411 pu dire « tu fumes pas, on peut rien faire pour toi ». Comme avec un autre participant, ils l'ont
412 fait c'est bien, parce qu'il est non-fumeur aussi

413 P1 : il y avait aussi un autre non-fumeur non ? (*réfléchit à son nom*)

414 *Discussion sur les prénoms avec P3, P4 et P5 (20 secondes)*

415 H : pour revenir sur le tabac, comment vos motivations à arrêter de fumer ont évolué ?

416 P3 : pour arrêter non

417 P1 : diminuer ouais

418 P3 : diminuer ouais pourquoi pas faire un peu attention mais arrêter non

419 P1 : ouais pour pas finir comme Johnny (rire)

420 P3 : c'est impossible pour moi de vous dire aujourd'hui que je vais arrêter de fumer ! je fais
421 déjà trop de concessions avec la bouffe ...

422 P4 : pour moi c'est programmé, déjà le fait que j'ai diminué de moitié, quelque part c'est
423 arrêter aussi de moitié, je vais me relancer un nouveau défi, donc ma motivation est
424 grandissante !

425 H : donc ces séances, ont un eu un très bel effet sur votre motivation ?

426 P4 : Oui (*sourire*)

427 Un téléphone vibre (distraction)

428 P1 : c'est la même chose, c'est ma diminution et la prise de conscience que la cigarette c'est
429 beh, pas bien, c'est cher et point de vue santé, après un certain âge, on est essoufflé que si que
430 là, qu'on sent plus trop les goûts en mangeant ... voilà quoi

431 Pour vous, la motivation n'a pas évolué si j'ai bien compris (P5) ?

432 P5 : bah moi j'ai pas envie d'arrêter de fumer donc voilà

433 P1 : il est pas à ça

434 P5 : non du tout !

435 Pour vous (P3), par rapport au tout début, ça a évolué ?

436 P3 : ah ouais ça c'est sûr, parce qu'à la première séance, moi je voulais rien savoir, je voulais
437 même pas entendre « arrêter de fumer voir même diminuer ». Mais dès la première séance,
438 elles ont pu me mettre en confiance et ça c'était bien

439 P1 : c'est des psy hein c'est normal (rire)

440 Et vous qui n'êtes pas fumeur, votre motivation à continuer à arrêter les boissons énergisantes
441 elle est comment ? (P2)

442 P2 : je reste motivé

443 H : Quelles seraient pour vous les améliorations à apporter à ce module de 5 séances ?

444 P3 : des choses qu'elles devraient améliorer ?

445 H : Oui voilà

446 P5 : qu'ils appellent plus ça Tabac Stop, parce qu'apparemment, ils sont là pour autre chose
447 aussi, fin je sais pas si vous m'avez compris ou pas ?

448 H : donc pour vous, c'est pas juste un module destiné aux fumeurs et sur le tabac ?

449 P5 : ouais voilà, ils ne font pas que le tabac spécialement comme avec P2 par exemple, ils
450 font pas que ça

451 P3 : je pense que une addiction c'est une addiction. Que ça soit le tabac, le coca, les jeux
452 vidéos, des trucs comme ça, je pense que c'est toutes les mêmes en fait sauf qu'il n'y a pas de
453 pastilles et tout pour le redbull ou des machins comme ça

454 H : donc ici, ça serait plus une amélioration par rapport à leur titre si je comprends bien ; et
455 par rapport aux 5 séances en elles mêmes ?

456 Blanc

457 H : des choses qui vous ont moins plu ? des sujets non abordés ? je sais pas ?

458 P5 : bah moi je sais pas trop vous dire parce que j'étais pas là pendant les premières séances

459 P3 : pour moi, les 4 que j'ai faites c'était nickel

460 P2 : pour moi aussi

461 P3 : ça ne manquait de rien

462 H : et pour vous (P4) ?

463 P4 : non il n'y a rien à dire, que voulez-vous dire de négatif ?

464 P1 : il y a quand même un suivi de la première à la 5 séance donc c'est bien ; elles ont
465 commencé par les publicités, puis la deuxième je ne sais plus trop ...

466 P5 : ouais parce qu'apparemment elles prenaient quand même bien des notes et tout

467 P1 : non la deuxième je ne sais plus ?

468 H : à mon avis, c'était la balance « pourquoi je fume et pourquoi j'arrêtera » nn ?

469 P1 : ah oui c'était ça avec les 4 dimensions là (le physique...)

470 P4 : les avantages et les inconvénients de la cigarette

471 P1 : et puis il y a eu le défi puis si on a suivi le défi et puis bah aujourd'hui donc voilà ; les
472 séances, elles se suivent bien quoi, on aurait pas pu commencer par celle-ci par exemple

473 H : il y a un sens c'est ça ?

474 P1 : oui voilà

475 P5 : ça aussi pour moi c'est un point négatif, c'est que par exemple, moi je suis arrivé en plein
476 milieu et on m'a mis avec les autres et je trouve qu'ils devraient pas faire ça, je trouve qu'ils
477 devraient rester avec les gens avec qui ils ont commencé

478 P4 : ouais que d'arriver comme un cheveu dans la soupe ...

479 P5 : ouais voilà ; Moi le défi, j'ai jamais eu, je suis arrivé en plein milieu parce que j'ai
480 commencé la formation par après, j'ai commencé ma formation à partir d'une certaine date et
481 je suis arrivé à cette date là, moi je comprenais rien quoi ! les trucs publicités j'ai rien vu de
482 tout ça par exemple

483 P3 : moi j'ai pas vu non plus les publicités non plus mais j'ai suivi les 4 autres donc ça va
484 c'est quand même au début mais c'est vrai que pour lui, qui arrive ainsi c'est pas évident

485 H : vous êtes ici vraiment parce que c'est obligatoire ? (P5)

486 P5 : ah ouais, moi je suis ici parce que c'est obligatoire après voilà, j'ai écouté ce qu'ils
487 disaient et que P4 ait diminué et tout je trouve ça bien mais moi à la base je comptais pas
488 venir, il restait plus que 2 séances donc ça servait plus à rien

489 P3 : moi je pensais qu'il en restait encore en fait

490 H : ça rejoint un peu ce que vous disiez tantôt avec le suivi , ça s'arrête un peu « net » après
491 les 5 séances ?

492 P3 : moi je pensais que c'était jusqu'à la fin de la formation, qu'elles revenaient tous les
493 vendredis

494 P4 : bah pas spécialement tous les vendredis, mais une fois par mois

495 P3 : non mais moi la toute première fois que je suis venu, je pensais que c'était toutes les
496 semaines obligatoire sur le tabac, je savais pas que ça se finissait maintenant

497 H : donc un suivi une fois par moi ça vous intéresserait ?

498 P3 : ah ouais ça ça serait bien

499 P4 : ça serait intéressant

500 Pour terminer, ma petite dernière question, si c'était à refaire ?

501 P1 : bah oui

502 P3 : les yeux fermés

503 P4,2 : oui oui

504 H : c'était vraiment vos aprioris qui vont ont freinés au début et le fait que ça soit obligatoire?

505 P1, 3 : ouais

506 P1 : après comme je l'ai dit tantôt, si ça avait pas été obligatoire, il y aurait eu personne

507 P5 : personne serait venu la première fois, mais comme c'est obligatoire bah on vient et puis
508 bah ça donne envie de revenir, c'est pas mal en fait que ça soit obligatoire

509 P4 :exactement

510 P1 : c'est eux qui sont venus vers nous, nous on aurait pas été vers un spécialiste

511 P3 : et c'est vraiment pas plus mal parce qu'on aurait jamais fait le pas

512 P4 : le tout c'est de s'intéresser au sujet aussi, celui qui s'intéresse pas, il en a rien à foutre
513 d'être là ou pas

514 H : pour vous, la présence obligatoire elle a des avantages et des inconvénients ?

515 P4 : oui bien sûr

516 *(certains font déjà leur sac – impatients de partir)*

517 P3 : pour ceux qui ont envie ça a des avantages et pour ceux qui n'ont pas envie...

518 P4 : celui qui ne s'intéresse pas au sujet, qui ne prend pas part aux discussions et tout ça ...

519 P3 : même moi, même si au départ j'avais pas envie d'arrêter de fumer ou de diminuer bah
520 j'ai quand même écouté et tout ça

521 P1 : oui mais au moins tu respectais

522 P3 : ouais et à un moment donné, je me suis dit pourquoi pas ? ça me coûte rien d'essayer et
523 pour finir je m'y suis pris au jeu

524 P1 : voilà ! il y en a ils en ont rien à faire

525 H : ces séances sur le tabac, c'est un peu du même ordre que vous cours de français et tout
526 ça ? ça fait partie de la formation ?

527 P4 : oui ça fait partie de la formation

528 H : vous avez d'autres modules « santé » ?

529 P2 : français et math

530 P3 et P4 : non, si non, non

531 P3 : on a aussi le permis pour ceux qui ne l'ont pas

532 H : je vous remercie d'avoir partagé avec moi vos expériences sur le sujet ; si vous avez ds
533 questions ou quoi que ce soit, j'ai laissé mon adresse mail sur les feuilles d'information que je
534 vous ai distribuées. Très rapidement, qu'est ce que vous avez pensé de cette discussion ?

535 P3 : c'était cool

536 P1 : on a pu dire ce qu'on pensait

537 H : oui, l'objectif c'est qu'il puisse améliorer par la suite les autres séances avec d'autres
538 groupes

539 P3 : et vraiment ce que je voulais encore dire c'est que si on a bien accroché c'est parce qu'on
540 a pas été jugé

541 P1 : oui voilà

542 P3 : parfois on a des gens qui nous jugent vite

543 H : merci beaucoup

544 P3 : pas de soucis

545 P1 : bonne merde pour le mémoire !

FOCUS GROUP : GROUPE 2 (F2)

Description

Durée totale : 32'24 min (11h35-12h10)

Lieu : Locaux de l'institution

Contexte !! : Limites organisationnelles (12h = pause de midi et se sont tous levés pour manger et pas de négociation possible (P11 s'est levée et les autres ont suivi (effet de groupe) ; Seuls 4 participants ont accordé 10 min supplémentaire mais à moitié debout, dans le bruit ... ! Ils étaient pressés et on sentait qu'ils voulaient quitter la salle) ; Après en avoir discuté avec la tabacologue => le groupe était à leur sens un peu trop grand (dynamique de groupe difficile), déjà ressenti lors des séances mais impossible pour cause d'organisation et le temps imparti (1h30 par séance) de diviser le groupe en 2 !

Nombre de participants : 13 participants (tous fumeurs)

1 H : Rebonjour à tous, merci de participer à ce travail. Juste pour vous rappeler un peu ce
2 qu'on va faire ... on va discuter tous ensemble (ça s'appelle un focus group) de la formation
3 sur tabac que vous avez suivie. Je vais lancer +/- 6 questions et l'objectif est qu'il y ait des
4 interactions entre vous donc si quelqu'un dit quelque chose l'autre peut réagir (par exemple,
5 dire « moi, je suis complètement d'accord ou au contraire pas trop et donner les raisons
6 etc...). Je voulais aussi ajouter que ça se faisait dans le non jugement, il n'y a pas de bonne ou
7 de mauvaise réponse, c'est vraiment votre expérience qui compte qui m'intéresse et ça restera
8 anonyme comme je vous l'ai déjà expliqué au tout début de la séance. On va s'écouter le plus
9 possible pour que ça ne parte pas dans tous les sens et pour respecter tout le monde et voilà
10 ...et pour rappel je ne travaille pas pour eux et aucun professionnel n'est présent pour que
11 vous puissiez justement vous exprimer librement ! Je ne sais pas si vous avez des questions ?
12 Après vous avez pause de midi toute suite si j'ai bien compris jusque 12h30 ... Comme on a
13 plus que 25 minutes jusque midi, est-ce que ça serait possible pour vous de déborder un peu
14 sur votre pause ? Si vous avez déjà vos tartines, vous pouvez bien entendu manger pendant la
15 discussion. Est-ce que ça dérange certains ?

16 P2, P4, P13 : Bah ... non ... (hésitant)

17 P11 : Bah moi j'aimerais quand même prendre ma demi-heure quoi !

18 H : ceux qui veulent partir à 12h, pas de problème, et ceux qui veulent bien rester 10'
19 supplémentaire pour avoir une discussion complète merci !

20 P11 : bah moi je suis pas une grosse fumeuse, donc voilà ... et j'irai manger si ça vous
21 dérange pas parce que j'ai pas préparé mon lunch et voilà

22 P4 : bah voilà, au moins on fera que manger et on ne fumera pas si on a moins de temps !

23 H : Est-ce que ça vous dérange si j'enregistre pour retranscrire après ce qui s'est dit ?

24 Tout le monde approuve avec la tête

25 H : La première chose que je peux peut-être vous demander c'est, qu'est-ce que vous êtes
26 venu chercher ici ?

27 P12 : bah déjà, je suis venu ici déjà pour essayer d'arrêter de fumer

28 P2, P4, P6, P8 : Ouais !

29 P11 : ça nous conforte, ça nous conforte dans cette idée

30 H : pour arrêter ?

31 P2 : Pour arrêter je sais pas mais au moins diminuer, vraiment diminuer (il insiste)

32 P11 : oui au moins diminuer, on sait que c'est pas bon et ça nous conforte dans l'idée que
33 c'est mauvais pour nous ! Et alors, avoir les points de vue des autres aussi ça c'est intéressant

34 P6 : Et alors aussi, juste le fait de faire des activités par exemple pour pas être tenté à fumer

35 H : vous êtes venu ici pour diminuer voir arrêter de fumer, c'est ça ? C'est le cas de tout le
36 monde ?

37 Personne ne désapprouve

38 H : Avant de participer à cette formation tabac, est ce que vous y pensiez déjà ?

39 P5, P11,P4,P6,P9,P8 : Non non non non non !

40 P2 : Non pas spécialement

41 P5 : ils nous ont beaucoup aidé pour ça !

42 P11 : Dans ma section cuisine par exemple, il y a une fille qui veut pas du tout arrêter de
43 fumer, bah elle est pas venue, elle le dit clairement, c'est pas le moment et voilà ! Donc je
44 pense que les gens qui viennent quand même ils sont sensibilisés à ça

45 H : D'accord, et qu'est-ce qui vous a motivé à participer à l'ensemble des séances ?

46 P4 : bah rien que le fait de dialoguer un petit peu, de parler

47 P2,P12,P8 : ouais c'est ça !

48 P4 : et puis de faire connaissance avec d'autres gens, d'autres sections et puis bah le fait de
49 vouloir diminuer la cigarette aussi !

50 H : Est- ce qu'il y en a d'autres qui sont d'accord avec ça ? Si je comprends bien, c'est en
51 autre ressenti comme un groupe de parole

52 Tous en chœur : Oui ! oui, franchement c'est vraiment ça

53 H : Vous parliez de faire connaissance l'un l'autre (de sections différentes ...), même si c'est
54 pour ne pas parler forcément toujours du tabac, c'est une occasion de parler en vous que vous
55 n'avez pas en dehors de ces animations ?

56 P11 : Non, moi je pense plus que ce qui m'intéresse c'est de savoir si des gens fument plus
57 que d'autres, moins que moi, comment on se situe par rapport à ça ? et comment ça se passe
58 chez les autres pour diminuer, ect ... c'est ça aussi pour moi ...

59 H : C'est plutôt le partage d'expérience alors pour vous ? , corrigez-moi si je me trompe ?

60 P11 : Oui oui, voilà c'est vraiment ça !

61 H : Est- ce qu'il y en a d'autres qui rejoignent P11 ?

62 P9 : Bah moi, c'est surtout pour l'expérience et aussi de s'intéresser aux émotions de chacun
63 par rapport au fait de fumer, ça ça m'intéresse

64 P11 : pour quelles raisons ?

65 Bah il y en a il fume pour combler une absence, d'autres c'est par énervement, ... et on a tous
66 des émotions différentes

67 H : Oui d'accord, merci et votre motivation à vous d'être présent aujourd'hui ?

68 P9 : Bah moi de toute façon, je ne compte pas arrêter de fumer, je ne me l'interdis pas. Avant
69 quand j'exagérais, je voyais ça comme une mauvaise chose et maintenant je vois ça comme si
70 je prenais un verre de vin ou quand on prend du sucre ; Quand j'arrive à saturation avec le
71 tabac (et avec le sucre j'ai la même chose), je vois des ours blancs ...

72 H : vous n'avez pas tous participé à l'ensemble des séances, la majorité oui mais pour ceux
73 qui n'ont pas été présents à l'ensemble des séances, quelles ont été vos réticences à
74 participer ?

75 P1 : Bah moi j'étais pas venu, mais suite à un décès

76 H : Les autres ?

77 Blanc

78 P2 : il y a pas eu de réticences pour moi, je suis venu aux 5 séances

79 P4 : Bah moi, disons que la première fois, quand F. avait fait le tour des sections, et bon
80 j'étais pas trop chaud

81 P8 : non moi non plus

82 P4 : et puis bah F. elle a encouragé P8, puis bah j'ai dit à P8, bah si tu y vas, je viens avec toi
83 aussi, on va aller à deux ! et voilà donc j'ai bien aimé de venir aux séances

84 H : donc c'est un peu l'effet de groupe, vous vous motiviez l'un l'autre ?

85 P4 : oui c'est ça ! (P8 approuve)

86 P2 : Voilà

87 H : Comment vous avez vécu les séances en groupe ?

88 P5 : Bah c'est bien je trouve, au moins on est à plusieurs, il y a plusieurs sections

89 P6,2,12,4,8 : C'est une bonne idée

90 P8 : puis bah on donne aussi chacun une opinion

91 P11 : il y a pas de classe en fait ! il y a pas de classes sociales ici, il y a pas de différence

92 P6 : et on est plusieurs à s'encourager aussi

93 P2 , P4 : bah ouais !

94 H : C'est quoi pour vous les avantages du groupe ?

95 P8 : bah moi j'étais parti pour arrêter puisque je l'ai déjà fait (*n'a pas répondu à la question*)

96 H : et le fait d'être en groupe ça vous aide pour ça ?

97 P8 : oui parce que j'écoute ce que les gens disent, ce que les gens font

98 Blanc

99 H : Quels sont alors les inconvénients de réaliser des séances en groupe ?

100 P4 : bah y en a pas !

101 P2, P11, P12, P8, P6 : non

102 P4 : On se sent bien ici

103 P8 : moi par exemple sur le temps de midi, je suis avec deux personnes qui ne fument pas, je
104 suis à leur table et on discute donc je fume pas et c'est comme à 10h15, j'ai pas été fumer ma
105 cigarette parce qu'on parle ensemble et ça m'ait pas venu à l'idée de fumer

106 H : Vous parlez plus ensemble de la cigarette qu'avant la formation ?

107 P2 : non pas spécialement

108 P12 : Après moi je trouve qu'on voit qu'il y a un ralentissement depuis qu'on a commencé les
109 séances, on voit qu'il y a moins de tabac pendant les pauses

110 P9 : Après en discuter comme ça tous ensemble, je trouve que c'est peut-être une plus grande
111 prise de conscience pour certains pour savoir si on est dans l'excès ou pas donc si il est dans
112 l'excès qu'il a plutôt intérêt à diminuer ou arrêter à un moment

113 H : ça été pour certains d'entre vous une prise de conscience ?

114 P4, P2 : ouais

115 P9 : moi j'en ai conscience depuis très longtemps parce que j'ai été malade de l'excès (j'ai
116 arrêté pendant 29 ans)

117 P11 : ah ouais ? !

118 P9 : pour moi quelqu'un qui fume pas trop et qui trouve un équilibre ça sera pas quelqu'un
119 qui sera malade ... parce qu'il y a aussi cette histoire d'attachement, quand on affectionne
120 trop la cigarette, comme beaucoup d'autres choses comme par exemple le sucre, c'est pas bon

121 P11 : oui c'est vraiment une addiction

122 H : D'autres ont des avantages et/ou inconvénients à ajouter ?

123 P13 : bah dans les avantages c'est qu'on se sent moins seul donc on a pas l'impression d'être
124 tout seul avec notre problème et d'avancer tout seul et après le seul problème d'un groupe
125 c'est que chaque problème c'est vraiment par personne et on a pas tous le même problème
126 donc c'est bien on avance mais après pour être poussé il faut que ce soit individuel

127 P4 et P11 : Hoche la tête

128 P11 : c'est peut-être pour ça que quand on se revoit après on en reparlera ? (*elle parle de la*
129 *visite du tabacologue le 19/03 pour la remise des questionnaires et des badges*) Après bah
130 une fois qu'on est sorti du groupe, on va pas reparler de ça, c'est aussi individuel et propre à
131 chacun ; Moi par exemple, ce qui m'aide ici, c'est monsieur (elle montre P13), qui est arrivé 3
132 cigarettes au lieu de 6, donc je me dis, si lui il peut le faire alors je peux le faire ! c'est ça
133 simplement (*apprentissage par les pairs*)

134 H : c'est un peu la force dans le groupe ce partage d'expérience et en même temps j'entends
135 qu'il manque un peu de personnalisation c'est ça ?

136 P11 : non, par exemple moi j'ai arrêté la journée aussi et je peux vous dire que j'ai plus jamais
137 repris la journée, c'est terminé

138 P13 : oui j'espère aussi, et on se sent mieux déjà la journée

139 H : Est-ce certains d'entre vous aurez souhaité quelque chose de plus personnalisé ?

140 P2, P4 : non pas spécialement

141 H : Qu'est ce que vous pensez du fait qu'il y ait 5 séances ?

142 P11 : moi je trouve que c'est suffisant, après ça devient n'importe quoi je trouve , ça
143 deviendrait récurrent, il y a pas plus à dire

144 P12 : après c'est aussi à nous de jouer quoi ! ... si on a pas la volonté voilà quoi ... (*idée de*
145 *responsabilité individuelle*)

146 P11, P2,P4 : approuve

147 P11 : après bah le reste ça nous concerne quoi !

148 P12 : c'est notre corps et voilà quoi

149 P6 : c'est aussi à nous de se prendre en main (P12 et P2 hoche la tête)

150 H : et vous avez eu l'impression d'avoir eu tous les outils et informations nécessaires pour
151 être autonomes ?

152 P11,P2,P4,P8, P12 : oui

153 P4 : en plus, on a pu tester des choses aussi donc (nicorette par exemple) donc voilà

154 P11 : et je pense même que quelqu'un qui serait en échec, pourrait à un moment donné dans
155 sa vie, participer à quelque chose comme ça, il restera toujours quelque chose

156 P12 : et puis bah moi ça me donne quelques idées

157 P11 : à mon avis il faut pas plus

158 H : P5 vous êtes de cet avis aussi ?

159 P5 : moi ça me va aussi ; moi ça m'a beaucoup aidé, ça m'a beaucoup déstressé

160 Et vous P3 ?

161 P3 (*ne répond pas à la question*) moi je veux arrêter c'est fini ! trop cher et mauvais pour la
162 santé

163 P4 : et pour arrêter, tu veux l'aide de ces séances ou sans l'aide des séances ?

164 Je veux arrêter c'est fini

165 Et vous P7 ? Comment vous avez vécu les séances en groupe ?

166 P7 : Bien (blanc) (*s'exprime très peu ; pareil lors des 5 séances*)

167 H : Qu'est ce que avez pensé du fait que les tabacologues viennent ici, vers vous ?

168 P12 : franchement ça nous a fait du bien, ça nous a plus éclairé et on a fixé des petits défis, on
169 nous a mis sur les bonnes voies et on nous a donné des idées

170 P4 : on a vu des gens de l'extérieur aussi ici

171 P9 : c'est une bonne démarche (approuvé par P12, P4)

172 P2 : moi je trouve que ça devrait encore être suivi un petit peu après par exemple dans un
173 mois ou deux, bon, revenir pour voir où ça en est (lui a arrêté, lui non ...)

174 P4 : ah ouais ! (surpris positivement)

175 P6, 9,8, approuvent

176 P4 : oui c'est vrai, pour voir si on tient toujours notre défi, ça serait vraiment pas une
177 mauvaise idée, même dans un mois

178 P2 : ouais voilà !

179 H : donc un petit suivi dans un mois ça vous intéresserait ?

180 P6, 2,8,4 : Oui

181 P11 : oui, s'il y a une distance ...

182 H : parce qu'ici les séances se déroulaient toutes les semaines, donc si je comprends bien vous
183 ne voyez pas l'intérêt d'en replacer une 6^{ème} directement après mais après 4-5 semaines, ça
184 vous intéresserait qu'elles reviennent pour connaître la suite du mini défi c'est ça ?

185 P2,6,4,8 : ouais

186 P5 : on va encore avoir nos badges aussi (séance du 19 mars)

187 H : oui c'est vrai qu'ici elles vont revenir prochainement mais normalement elles donnent ça à
188 cette séance ci (5^{ème}) mais étant donné que je prends un peu de leur temps

189 P11 : elles reviennent quand ?

190 H : elles avaient l'air de dire 1 à 2 semaines mais je ne saurai pas vous dire

191 P11 : elles vont sûrement prendre 2-3 min pour voir comment ça se passe

192 H : Cette séance de suivi vous la verrez comment ?

193 P4 : Bah moi je serai plus pour la faire dans un mois ensemble

194 P2 et P11 : ouais

195 H : Vous auriez fait la démarche d'aller voir un tabacologue spontanément ?

196 Unanimité : Franchement non

197 P2 : pas du tout, je me suis dit que j'allais peut-être essayer d'arrêter mais comme c'est
198 compliqué

199 P12 : déjà de ralentir c'est bien

200 P11 : on attend d'être malade en fait pour aller chercher des infos je pense !, d'être vraiment
201 malade (toux, maux de gorge ...) on attend quelque chose du médecin

202 H : D'autres sont de l'avis de P11 ?

203 P4 : non je n'aurais pas fait la démarche

204 P11 : même malade ?

205 P2 : j'ai été une fois chez mon pharmacien pour savoir un peu mais le pharmacien avait dit
206 que les patchs c'était pas exceptionnel

207 H : quelles ont été vos expériences positives sur les 5 séances ?

208 P11 : moi ce que j'ai trouvé le plus positif c'est la volonté, la volonté de chacun de vouloir
209 arrêter, ça ça m'étonne

210 La majorité se lève (il reste P2, P13, P4, P8, P12) sans dire un mot parce qu'il est 12h00 →
211 perturbation totale dans le focus

212 H : est ce qu'il y a une séance en particulier que vous avez le plus aimé ? pour quelles
213 raisons ?

214 P4 : moi j'ai aimé toutes les séances, je trouvais que c'était bien animé

215 P2 : moi aussi

216 Perturbation ++ tout le monde se lève, bouge les chaises, parle

217 Qu'est-ce que vous proposeriez comme améliorations dans les séances ?

218 P4 : on n'a manqué de rien, je trouve que c'était bien animé, les gens sont bienveillants ça
219 fait plaisir à voir

220 P2, 8 approuvent

221 P2 : peut-être question télévision ou quelque chose ainsi ?

222 H : vous voulez dire quelque chose de plus interactif ?

223 P2 : ouais voilà

224 P4 : ah ouais, ou un diapo ou quelque chose ainsi ?

225 P2 : ou voir des gens « malades » ? , quelque chose de plus dur ? (cancers de la gorge ...)

226 H : ou des témoignages de personnes qui ont arrêté, comment

227 P4, P12, P2 : ouais ouais

228 Ils sont impatients ++ de partir => ressenti ++

229 H : et si c'était à refaire ?

230 P12 : Avec plaisir, moi j'ai trouvé ça vraiment chouette , magnifique, parce que dans la vie
231 que nous on mène dans les usines et tout ça on parle pas tout ça, il y a vraiment que dans les
232 formations qu'on parle de tout ça, si non c'est vrai sur chantier tout ça on entend pas toutes
233 ces explications, on voit des fumeurs, on voit des ouvriers qui fument alors qu'ici c'est bien
234 encadré il y a de l'informations et tout le bazar et ça nous aide beaucoup

235 H : Vous êtes de l'avis de P12?

236 P4 : ouais ouais et je referai aussi avec plaisir

237 Les autres approuvent

238 H : comment votre motivation à arrêter de fumer à évoluer ?

239 P12 : déjà avoir diminué c'est déjà magnifique ! comme par exemple comme dit P8, il a pas
240 fumé à midi, c'est beau, c'est bien !

241 P13 : bah moi avant, je voulais arrêter de fumer mais j'avais pas forcément les armes et les
242 conseils nécessaires mais ici après les séances j'ai appris qu'il fallait juste remplacer par
243 quelque chose d'autre, penser autrement donc au moins même si j'arrête pas de fumer toute
244 suite après, j'ai au moins pris connaissance des armes et comment faire pour arrêter de fumer

245 H : Vous n'avez rien à ajouter ?

246 Blanc

247 H : je vais vous laisser aller manger alors parce que vous êtes déjà restés plus longtemps !
248 merci beaucoup

FOCUS GROUP – GROUPE 3 (F3-P)

Durée : 1h10' - (10h45 à 12h00)

Lieu : locaux CPAS (en 4^{ème} séance !)

Nombre de participants : 10 (6 fumeurs et 4 non-fumeurs)

- 1 H : Qu'est-ce que vous êtes venu chercher ici ? (reformulation : Pourquoi êtes-vous ici
- 2 aujourd'hui ?)
- 3 P8 : bah parce qu'on est obligé (*tout bas*) (*rire*)
- 4 P5 : bah oui c'est vrai, on est obligé mais euh ... ce n'est pas nous qui choisissons le plan de
- 5 la formation hein ! ... voilà tous les mercredis voilà c'est le tabac
- 6 P3 : oui c'est sur la santé
- 7 P5 : donc voilà, on est venu ... parce qu'on vient tous les jours
- 8 P2 : bah ici on dit qu'on vient parce que c'est dans le programme, donc on suit le programme
- 9 mais moi sincèrement c'est surtout parce que j'aime bien ... si j'aimais pas ce cours ci, je
- 10 viendrais pas le mercredi ...
- 11 H : Ok et vous êtes obligés de participer, si vous venez pas vous devez rendre un justificatif
- 12 c'est ça ?
- 13 Tous : oui c'est ça !
- 14 P8 : bah si j'avais pu faire un mot, je l'aurais fait quoi !
- 15 H : qu'est ce que vous vous êtes dit quand on vous a dit que vous allez devoir participer à la
- 16 formation tabac ?
- 17 P8 : bah on est obligé de venir, c'est un truc obligatoire
- 18 P5 : bah oui parce qu'il y a des gens qui ne fument pas ici ...
- 19 H : il n'y a pas eu de **motivations personnelles** à venir ici ?
- 20 Tout le monde répond : **non**
- 21 H : et puis, comment ça a évolué ? (est ce que vous venez encore avec ce sentiment
- 22 d'obligation ou pas ?)
- 23 H : je m'adresse à P7 : est-ce que tu te sens encore « obligé » de venir ?
- 24 P7 : **moi oui**
- 25 P5 : moi je suis venue **pour utiliser l'appareil** (CO) et voir la **différence** d'une séance à
- 26 l'autre
- 27 H : donc pour vous (P5) il y a plus eu vraiment ce sentiment d'obligation mais parce que
- 28 c'était intéressant pour vous ?
- 29 P5 : bah oui ! pour faire le test par exemple
- 30 P4 : On a quand même **appris beaucoup** de choses hein, donc c'est quand même intéressant
- 31 P6 : bah moi je me **sens obligée** dans le sens où je ne fume pas ... Par moment je trouve que
- 32 c'est très intéressant parce que ça aide les personnes justement qui fument mais c'est vrai que
- 33 moi en tant que non-fumeuse, le cours me semble quand même assez lourd et c'est vrai qu'à
- 34 un moment (même avec les filles- en parlant des autres non fumeuses) **je me suis dit que ça**
- 35 **me donnait même plus envie de venir** parce que ... poufffff (souffle) ... **je me sens pas**
- 36 **concernée...** Et après en fait en réfléchissant ... je me suis dit que c'était pas bien vis-à-vis
- 37 des autres, c'est même **un peu égoïste** de pas venir au cours alors que il y a des personnes qui

38 voudraient bien arrêter et tout le bazar, fin ... même ceux qui veulent pas arrêter et je me suis
39 dit ... **par respect des autres ... je viens au cours !!**
40 P 10 : c'est super sympa !
41 H : donc ça c'est ce qui vous a motivé à venir aux autres séances ? c'est par respect pour les
42 autres ?
43 P6 : oui à part l'obligation parce que comme on l'a dit si on vient pas si non on doit rendre un
44 certificat mais je fais l'effort de venir justement pour les autres ...
45 **Tout le monde dit bravo, merci et applaudit !**
46 H : Vous vous êtes pas sentie concerné personnellement ?
47 P6 : Non .. ; fin ... il y a des choses qui sont intéressantes ... même si c'est pas pour moi,
48 c'est pour les autres, même pour aider les autres, des personnes qui aimeraient arrêter de
49 fumer, d'aider les personnes, ça il y a pas de problèmes ... mais il y a des choses... je veux
50 dire ... ça me semble très lourd ! mais bon ...
51 H : est ce qu'il y a qui sont plutôt d'avis (obligation => intérêt ou obligation => obligation) ?
52 P1 : moi je suis venue plus que parce que **c'est obligatoire, clairement moi je veux pas**
53 **arrêter de fumer donc ça me pompe un peu l'air** ... mais bon je viens parce qu'on peut pas
54 faire tout ce qu'on veut ...
55 P4 : mais bon, on a quand même appris certaines choses ...
56 P 10 (en parlant à P1) : en plus toi, tu l'avais déjà faite (la formation tabac)
57 P1 : oui, moi je **l'avais déjà faite dans une autre formation**
58 P4 : mais c'est vrai qu'à certains moments c'est **un peu long**
59 P1 : oui c'est long
60 P10 : oui c'est long mais aujourd'hui j'ai trouvé ça plus ... (positif)
61 P1 : c'est **mieux parce qu'on a plus participé** parce que quand il y a que F. qui parle c'est
62 vrai que c'est un peu ...
63 P10 : voilà c'est ça ! ; Les 3 premières séances franchement ça été lourd parce qu'il dit des
64 choses intéressantes mais je trouvais que sur les 3 h surtout la 1^{ère} h30, nous mettre tous, ici
65 3h, assis, parce qu'on vient tous d'un parcours, assez ... voilà, 3h assis, de 9h à 12h, euh ... !
66 entendre parler pendant 1h30 , fin je trouvais que ce qu'il nous a dit en 3h, il pouvait nous
67 le dire en 1h30 ...
68 H : donc c'était trop long
69 P10 : oui ! trop long mais aujourd'hui on a plus parlé comme elle a dit V. et on a plus
70 participé ; Je trouve que déjà une personne n'a pas forcément envie d'arrêter ou alors elle a
71 plus envie ou alors plutôt comme moi (je diminue), **fin ça fait réfléchir, ça nous donne de la**
72 **confiance donc ça sert à quelque chose**
73 H : **donc si on résume, pour certains vous êtes venus par intérêt et pour d'autres le**
74 **sentiment d'obligation s'est maintenu (~~motivations personnelles~~)**
75 P3 : **oui moi je ne suis pas concerné par la fumée mais c'est vrai que 4000 substances**
76 **dans la cigarette c'est impressionnant et 6 millions de tués par an dans le monde ! moi**
77 **j'ai été surpris**
78 P4 : ça c'est clair qu'on a appris sur la chose ! Malgré qu'on ne soit pas fumeur, on a appris
79 un peu
80 P10 : non franchement c'est intéressant !

81 P4 : Après on sait tous que la cigarette ça nique Ça c'est d'office, ça détruit mais **bon ça**
82 **fait un plus pour tout le monde**

83 P2 : moi j'ai commencé les cours, je ne voulais pas hein (le groupe approuve), je ne
84 voulais pas du tout en entendre parler, je voulais pas entendre que j'étais fumeuse et que
85 je devais arrêter de fumer, je voulais pas entendre parler de ça, je m'étais jamais dit que
86 j'allais arrêter de fumer et d'ailleurs je l'avais dit aux filles (j'ai jamais dit que j'allais
87 arrêter de fumer) et le premier cours ça été une grande prise de conscience pour moi,
88 dès le premier, ça été, ... waouh !, le déclic mais vraiment !

89 P10 : le déclic vraiment !

90 P2 : et le deuxième quand j'ai soufflé dans la machine c'était pire et pour moi ça
91 m'apporte énormément surtout parce que j'ai arrêté de fumer donc pour moi venir ici
92 c'est comme si j'allais à une réunion, à une thérapie anti-tabac voilà ...

93 P10 : moi aujourd'hui, je me suis sentie aussi comme ça, ça m'a fait aussi vraiment
94 plaisir ... que les autres fois c'était un peu ... si je pouvais lui dire ... mais bon voilà ...
95 maintenant mon avis c'est pas que ... (H : bah si c'est important) , c'est très lourd 3h
96 d'affilée ... il nous fait pas assez interagir

97 H : il n'y a pas assez d'interactions ?

98 Tout le monde est d'accord

99 P10 : aujourd'hui il y en a eu, ça m'a apporté, ça m'a donné beaucoup mais c'est trop lourd ...
100 3h d'affilée c'est long ! et le fait qu'il nous fait pas interagir ... oui il nous pose des questions
101 mais pas euh ...

102 P6 : je trouve que, il est très gentil hein !, il suffit qu'on pose une question, avant qu'il nous
103 réponde à la question, il y a une grande histoire, c'est bien, mais je trouve que parfois on a
104 juste envie d'arriver au but quoi ! et pas toujours avoir les détails sur le comment, pourquoi,
105 c'est pas méchamment hein ! ...

106 P1 : c'est ce que j'allais dire !

107 P4, P3 : oui voilà c'est ça

108 P6 : c'est ça qui est un peu long en fait ! On aimerait bien, juste comme ici maintenant par
109 exemple juste le fait qu'on parle tous ensemble et qu'on participe tous on est tous emballé !

110 P10 : oui voilà

111 Tous d'accord : oui c'est vrai !

112 P6 : oui, parce que le temps il passe et puis oui ... là on est actif, on est mieux et moi le fait
113 d'être restée assise ainsi ça me gonfle

114 P10 : 3h qu'on te demande à écouter, te taire ... c'est lourd

115 H : et vous P8 et P7 vous en pensez quoi ?

116 P7 : bah moi au départ, je ne savais même pas qu'on allait avoir ça déjà ! et aujourd'hui je
117 suis venu au dernier cours et je ne savais même pas qu'on avait ça ... j'ai oublié en fait !

118 P4 : en fait, il ne sait même pas qu'il est sur terre quoi (rire)

119 H : vous êtes venus tous les deux parce que c'était obligatoire ?

120 P2 et P4 : c'est pas le dernier cours hein (en parlant à P7) il y en a encore une de séance !

121 P7 pose une question : quelle est la substance qui nous rend dépendant au cannabis ?

122 P1 : THC (débat)

123 P2 : ouais mais c'est ça qui te rend dépendant ;

124 P8 : c'est pas la nicotine

125 P2 : non c'est pas la nicotine parce qu'il y a des gens qui fument sans tabac donc ...
126
127 P4 : tu as jamais regardé le film « les 3 frères » quand ils veulent arrêter de fumer ? (en parlant
128 à P8) ; regarde le franchement !
129 H : Qu'est ce que ça vous a apporté ?
130 P4 : d'apprendre, de nouvelles connaissances
131 P2 : pour moi bah l'arrêt complet
132 P1 : des connaissances aussi, malgré que comme je l'ai dit personnellement je veux pas
133 arrêter ça m'a appris certaines choses
134 P4 : que tu es condamnée quoi ? (rire)
135 P1 : non mais comme la cigarette light je savais pas que c'était plus mauvais qu'une cigarette
136 normale par exemple (P10 dit qu'elle non plus)
137 P10 : ça m'a permis de prendre conscience, pas de prendre conscience que c'est mauvais
138 parce que ça on le sait déjà mais **une prise de conscience que les non-fumeurs ont participé**
139 **et c'est beaucoup et je les remercie** parce que franchement c'était parfois lourd pour moi qui
140 suis fumeuse alors pour eux ... **et surtout j'ai pris conscience que je peux le faire, que je**
141 **pourrai, que je peux le faire ! ça me donne de la confiance, je me dis que je peux ! Si je**
142 **décide, je sais que je peux le faire ! En les regardant (P2 et P5 qui ont arrêté), parce que**
143 **c'est des exemples, je les connais très nerveuses, jamais de la vie j'aurai cru qu'elles**
144 **allaient arrêter de fumer, et quand elles l'ont dit elles l'ont fait et c'est incroyable ce**
145 **qu'elles ont fait et avec tous les situations de vie qu'elles vivent c'est pas facile mais elles**
146 **réussissent à le faire et elles me donnent le courage de me dire « moi aussi si je veux, je**
147 **peux » et merci à elles pour ça !**
148 H : D'autres ? (P9 ?)
149 P9 : bah c'était chouette d'entendre les témoignages de gens et de voir les motivations qu'ils
150 ont eu pour arrêter de fumer voilà
151 H : Vous êtes venue aussi parce que c'était obligatoire (P9 ?) ou vous y avez trouvé un intérêt
152 personnel ?
153 P9 : Non parce que c'était obligatoire ... (gênée)
154 P10 : en fait, ils nous ont pas posé la question, c'est pas un programme qu'on fait ensemble
155 avec les personnes ... c'est pas très mignon de le dire mais c'est imposé ! c'est la vérité !
156 P5 : même si c'est obligatoire, moi j'ai quand même arrêté de fumer hein !
157 P4 : on est quand même tous émus (rire)
158 P10 : mais franchement, ce qui est beau dans cette expérience, je ne suis pas bien moralement
159 ni rien, je me suis dit 3h assis et tout (pfff) et puis je pense quand même que les non-fumeurs
160 vont y aller
161 P1 : c'est ça en fait !
162 P10 : et ce qui a c'est qui a beaucoup de respect et ça c'est appréciable ! **il y a beaucoup de**
163 **respect et d'humanité dans le groupe**, bien plus que ce que je ne pensais parce que les non-
164 fumeurs pourraient se dire que comme ils ne fument pas ça ne les intéressent pas, c'est chiant
165 de rester 3h assis à les écouter mais ils le font ! **c'est vraiment un partage qu'on a eu tous**
166 **ensemble ! et qu'on fait pas forcément sur ce qu'on veut mais on le fait**
167 **P4 et P3 : ouais c'est un partage !**
168 **P9 : c'est comme au travail, tu fais pas toujours ce que tu veux mais tu le fais !**

169 P10 : exactement ! donc ça m'a personnellement apporté ça aussi
170 H : J'ai l'impression que pour vous, le faites que ça se soit passé en groupe ça se soit bien
171 vécu ? Comment vous avez vécu les séances en groupe ?
172 P10 : oui !
173 P4 : bien hein !
174 P2 : **moi je trouve qu'ils m'ont tous soutenue en fait parce que tous les jours ils me**
175 **disaient « alors, tu tiens le coup ? », alors ça va ? tu n'en as pas fumé une ? ebin enfait ils**
176 **m'ont tous soutenue et P10 elle s'excuse souvent d'avoir fumé à côté de moi par**
177 **exemple ; des fois c'est moi qui vais à côté d'elle jute pour sentir l'odeur de la clope mais**
178 **elles ont fait attention à moi fin je veux dire que moi franchement ça m'a beaucoup aidé**
179 **à arrêter de fumer le groupe**
180 **P3 : moi je trouve que ça a permis de faire arrêter 2 personnes et c'est vraiment bien**
181 **P1 : puis on est un bon groupe, on s'entend hyper bien, il y a une bonne entente, une**
182 **bonne ambiance**
183 P2 : oui ça ça joue beaucoup !
184 H : vous avez aimé partager vos expériences si je comprends bien ?
185 Tout le monde répond oui !
186 P6 : A certains moments, c'était même émouvant je trouve, on était parfois ému, avec le papa
187 de P4, c'est vrai que chacun à partager des moments personnels
188 P10 : oui des moments émotions !
189 H : quels sont pour vous les avantages de vos séances en groupe ?
190 P2 : **pour moi c'est vraiment le soutien mutuel**
191 **P4 : oui, s'entraider en fait, se donner des conseils les uns aux autres**
192 **P1 : on a aussi appris des choses sur les autres**
193 **P10 : oui et ça aide vraiment le groupe je trouve**
194 **H : est-ce que ça dépasse la formation tabac ?**
195 **P1,P10,P2 : oui hein ! oui ça crée des liens !**
196 **P6 : Oui, une fois par exemple, j'avais le petit malade, j'ai dû rester à la maison, voilà**
197 **j'étais avec mon petit mais il y a tellement une bonne ambiance, c'est ça aussi qui nous**
198 **envie de venir, tout le monde s'entend très bien, il y a personne qui se moque de**
199 **personne, il y a du respect, tout le monde est franc, si il y a quelque chose qui ne va pas**
200 **on se le dit... (tout le monde approuve)**
201 H : P7 et P8 vous êtes d'accord avec ça ?
202 P7 et P8 : tout à fait
203 H : quels sont les inconvénients du fait d'avoir fait ça en groupe ?
204 P7 : il y a pas d'inconvénient
205 P10 : le seul inconvénient que je dis c'est qu'on a pas parlé beaucoup alors que ça ferait du
206 bien
207 P1 et P9 : oui c'est ça
208 P4 : le seul inconvénient c'est que c'est long (n'a pas compris la question spécifique au
209 groupe)
210 P10 : après F. est une personne très agréable, très bienveillante et gentille hein !
211 P1 : on aurait peut-être plus appris si on avait plus parlé en fait !

212 H : le fait d'avoir fait ça en groupe ça a eu un impact négatif sur le fait que tout le monde n'a
213 pas pu s'exprimer ou pas ?
214 NON par tout le monde
215 P2 : non parce que seul avec F. pendant 4h, je ne sais pas ce qu'on va se dire quoi !
216 P10 : moi je grimpe sur les murs là !
217 H : donc si je comprends bien le groupe ça vous a permis de partager sur le tabac mais aussi
218 de vous resouder ?
219 **P4 : oui et ça nous a permis de se comprendre aussi**
220 P10 : et à la base de tout ça il y avait le respect
221 H : vous finissez la formation ensemble et vous le terminez ensemble c'est ça ?
222 Oui c'est ça qui est chouette
223 P8 : malheureusement ; Dans le sens où on ne se verra plus après
224 H : par rapport à vos motivations à participer, comment elles ont évolué ?
225 P9 : c'est un peu comme P6, par respect pour les autres, si les autres viennent, je viens aussi
226 quoi ... et puis on apprend des choses sur les gens qu'on pensait pas
227 H : H : Vous aviez aussi partagé « addiction » avec le monde de Disney ?
228 P9 : oui parce que clairement, il n'y a pas que la cigarette qui est une addiction, il y a
229 plusieurs formes d'addiction ... voilà ...
230 P10 : là aussi, ça nous a permis à la connaître un peu plus parce que elle est assez renfermée et
231 là elle s'est ouverte à ce sujet là et ça nous a aidé à la comprendre
232 P4 : et même si on ne fume pas tous, on a tous une dépendance, même si le sujet n'est pas le
233 même, regarde moi par exemple c'est le redbull hein !
234 P3 : moi aussi, c'est comme toi, le redbull ...
235 P4 : on a quand même tous quelque chose avec lequel on est dans l'excès !
236 H : et vous savez faire échos avec ce que dit F. ?
237 P4 : bah ouais, ça revient au même au fond ... parce qu'on a tous un truc ... le redbull, le
238 coca, disney, le chocolat ...
239 P2 : dès qu'on exagère dans ce qu'on fait en fait
240 P4 : on a tous quand même quelque chose ...
241 P1 : bah ça a pas évolué, je suis venue parce que c'était obligatoire et voilà
242 P2 : moi je suis pas venue dans l'intention d'arrêter du tout comme j'ai dit tantôt mais après
243 ça m'a motivé à continuer à arrêter et vraiment le premier cours ça été une prise de conscience
244 et après ça me motivait vraiment à continuer à arrêter, je me disais je vais voir F., je vais
245 resouffler dans la machine, je vais recevoir des patches... donc je vais pas fumer quoi !
246 P3 : moi je suis non fumeur donc j'étais pas directement concerné mais j'ai appris certaines
247 choses mais je trouve qu'il a fait arrêter 2 fumeuses et ça c'est bien !
248 H : et qu'est ce qui vous a motivé à venir aux séances suivantes ?
249 P3 : bah j'étais obligé mais l'ambiance était bonne aussi ! et comme on s'entend bien
250 P2 et P1 : c'est quand même très important que l'ambiance soit bonne
251 P6 : ce qui me motivais aussi à venir ... par exemple je vais prendre l'exemple de J. parce que
252 ça été plus vite, bah juste le fait qu'on savait qu'elle était en train d'arrêter, bah moi
253 personnellement j'étais pressée, même si j'aimais pas trop le cours, j'avais envie de savoir, et
254 en plus elle avait eu des moments pas faciles qu'elle nous a expliqué (et elle a vraiment été

255 courageuse, je sais pas comment elle a fait), je trouve que plus les cours ils avancent et plus tu
256 as envie de savoir aussi la suite !

257 P2 : bah merci P6, parce que en tant que non-fumeuse, tu peux peut-être pas comprendre ce
258 qu'une fumeuse peut ressentir comme moment de frustration et franchement merci de
259 comprendre parce qu'il y a peu de gens non fumeurs qui comprennent la frustration qu'on
260 peut ressentir à un moment de faiblesse et donc merci !

261 P10 : oui c'est vrai !

262 H : qu'est ce qui vous a freiné à participer ?

263 P4 : Bah nous a freiné rien parce que on est là ...

264 H : qu'est ce qui vous a rendu réticent alors ?

265 P10 : le fait que c'était long, rester assis comme ça pendant 3h malgré les 10' de pauses
266 (tout le monde approuve) ; Attendre tout le temps parler la même personne et ne pas
267 pouvoir/savoir intervenir ça c'était long

268 P4 : mais on a appris quand même beaucoup de choses

269 P10 : oui oui !

270 H : Est-ce que par exemple aujourd'hui (qui est la 4^{ème} séance), si on vous avait dit que c' était
271 pas obligatoire, est ce qui en a qui serait pas venu ?

272 P3 (NF) dit moi parce que je me sens pas concerné

273 P6 (NF) moi comme j'ai dit tantôt, l'envie, non j'avais pas envie c'est juste par respect

274 P8 (F) moi je serai pas venue parce que je suis fatiguée et il nous endort quoi ! ... (blasée)

275 H : et si ça n'avait pas été à cette séance-ci mais si vous aviez eu le choix à la séance
276 précédente où vous étiez moins fatiguée ?

277 P8 : je sais pas ...

278 P7 : bah moi déjà à partir du moment où quelque chose est pas obligatoire bah je viens pas
279 donc voilà ... c'est clair que moi je serai pas venu ! ni à la première ni à la deuxième

280 P4 : même pas pour essayer de comprendre ou quoi ? (en s'adressant à P7 ?)

281 P7 : bah je comprends tout à fait ... mais j'ai pas envie !

282 2 autres personnes ont levé la main pour dire qu'elles seraient pas venues (P1 et P9)

283 P4 : oui chacun son opinion

284 P2 : moi sincèrement à la première séance si on m'avait dit que c'était pas obligatoire je serai
285 pas venue mais après oui je serais venue parce que moi j'aime bien ! Par exemple tantôt on
286 m'a dit que je devais aller chercher les colis alimentaires bah donc je raté un peu du cours sur
287 le tabac et ça m'embête parce que moi j'aime bien venir ici

288 P6 : moi je pense vraiment que si on avait par exemple eu que 1h de cours, que ça soit plus
289 réduit, je pense qu'on l'aurait plus apprécié ...

290 P10 : 1h peut être pas ... 1h30 en interagissant, parler plus, travailler plus avec le groupe,
291 prendre plus la parole (P1 est d'accord) parce que franchement aujourd'hui ça été nickel,
292 vraiment ça été mais les autres fois ...

293 P1 : oui parce que c'était plus court et on a plus parlé

294 P4 : moi je serai venu juste par curiosité à la première séance

295 P1 : Moi je serai plus venue après si j'avais eu le choix parce que ce qui me fait venir c'est
296 pas pour le cours c'est pour le groupe et pour sortir de chez moi si non le cours ... ça me
297 pompe quoi ... c'est parce que c'est long en fait ... c'est troooooooooo long !!! A l'école à la
298 limite on écrit encore, mais ici non rien

299 H : vous êtes trop passif ?
300 P1 : oui c'est ça ! et moi ça ça m'endort
301 P7 : moi sérieusement ça m'emmerde d'être ici assis !
302 P1 : non mais c'est vrai !
303 P7 : quand on doit venir en plus de 9 à 12h et si après jusque 16h c'est pire ... ça me casse les
304 C*****
305 H : qu'est ce que vous avez pensé du fait que le tabacologue vienne ici ?
306 P8 : moi franchement, je ne vois ce que ça vient faire dans la formation parce qu'on est ici
307 pour trouver une formation, une orientation donc je vois pas trop ce que ça vient faire là de
308 dans ...
309 P6 : c'est l'équivalent du cours sur l'alimentation
310 P4 : c'est un plus pour nous en fait !
311 P2 : moi je trouve que c'est très intéressant parce que justement on va nous mettre au travail
312 alors autant nous mettre au travail sainement et écoute si on peut aller travailler et ne pas
313 dépenser 80-100-160 euros par mois dans le tabac je trouve que c'est bien !
314 P4 : voilà
315 P8 : bah alors tu peux convoquer tous les gens du CPAS parce que le tabac coûte à tout le
316 monde et pas seulement à nous et tous ceux qui touchent du CPAS participent à la formation
317 sur le tabac alors
318 P10 : ils le font je pense ...
319 P2 : ah oui ça je suis d'accord avec toi
320 P8 : ils devraient faire ça à tout le monde alors si ça peut aider des gens à arrêter
321 P2 : mais moi je pense vraiment que ça à sa place dans notre formation parce que justement,
322 chacun à sa petite vie, mais on a tous eu un moment de STOP ou un moment où on était pas
323 bien ébin on sort de ce moment là et qu'on est venu me prendre la main et qu'on m'a dit que
324 c'était ici que ça se passait et je prends la chose en me disant qu'on va me remettre au travail
325 mais mieux
326 P8 : mais bien sûr moi comme je dis à tout le monde je ne suis plus gênée de le dire que le
327 CPAS nous aide pas comme le FOREM ici on a une formation avec une possibilité d'avoir un
328 article 60 et de nous remettre dans le bain
329 P2 : et puis ça coûte cher d'arrêter de fumer et on a la chance de pouvoir avoir ce cours et
330 d'avoir des patchs offerts et tout donc oui ça à sa place ici ! on a la chance de pouvoir le
331 suivre
332 P5 : oui exactement, on a pu essayer au moins !
333 P8 : ouais ... (pas l'air convaincue)
334 P4 : c'est un plus pour nous
335 P9 : c'est vrai que quand il a dit le nombre de substances dans la cigarette je suis restée ...
336 P2 : après P8 tu as raison que tout le monde devrait venir à ce cours parce qu'il y a pas que nous
337 qui sommes au CPAS mais il y a que nous ici qu'on a pris en charge et il y a que nous qui
338 faisons cette formation et il y a que nous qui allons avoir un article 60 après ...
339 P10 : moi je suis d'accord avec P2
340 P7 : bah ouais P2 elle peut avoir raison mais si on pense comme P8 bah on a raison aussi
341 parce que arrêter de fumer n'est pas une nécessité pour avoir un travail mais après c'est sur
342 que avoir un travail et avoir une nouvelle vie c'est bien ;

343 P8 : tu peux fumer dehors au travail à ta pause
344 P2 oui oui ça c'est sur
345 P1 : ça dépend dans quelle opinion on se trouve hein !
346 H : est ce que vous auriez fait la démarche d'aller voir un tabacologue ?
347 Non pour tout le monde !
348 P10 : personnellement non !
349 P3 : bah moi je fume pas donc d'office non
350 P5 : gratuitement oui pourquoi pas, si on veut arrêter de fumer ...
351 P2 : parce que le problème hein c'est que c'est tout le temps payant en fait !
352 P5 : oui tout est toujours payant façon ...
353 P2 : moi j'aurai jamais été le voir parce que justement c'est couteux et parce que les patchs
354 sont couteux parce que tout a un coût en fait ! donc j'aurai jamais été voir une personne qui
355 allait m'aider à arrêter de fumer
356 P4 : oui c'est toujours une question d'argent hein !
357 P10 : regarde dans ce sens-là que c'est bien aussi cette formation pour toi parce que tu aurais
358 continué à fumer
359 P2 : Oui parce qu'ils m'ont donné la possibilité de le faire gratuitement et j'aurai jamais eu le
360 dé clic si F. était jamais venu parce que moi à la base je voulais pas arrêter de fumer
361 P10 : et puis la petite machine là (en parlant du testeur CO) ça fait beaucoup hein !
362 P2 : c'est vrai ça m'a fait un dé clic ça !
363 P1 : ouais je d'accord
364 P5 : oui pour moi aussi !
365 P10 : parce que s'il y n'y avait pas eu la machine franchement, t'aurais pas su que tu étais à
366 40 (en parlant à P2), j'aurais pas su que j'étais à 24, t'aurais pas su que tu avais 3 ...
367 P5 : Oui ça c'est vrai !!
368 P2 : Oui d'ailleurs la nuit qui a suivi j'ai fait un genre de malaise hein, j'ai manqué d'air dans
369 mon sommeil parce que je pensais au chiffre 40 et ça m'a motivé
370 P5 : oui moi ça me motive à venir, moi j'aimais bien venir pour voir la différence qu'il y a
371 quand je souffle
372 P10 : en tout cas il a fait un bon achat avec cette machine parce que ça aide beaucoup les gens
373 H : ça vous aide vraiment à prendre conscience ?
374 P10 : oui, moi j'avais vraiment peur de le faire, j'avais peur par exemple d'être à 60 et pour
375 finir je suis à 24... toi tu l'as fait (en parlant à P2) tu t'es dit ouf je suis à 40 ..
376 P5, 2,1 : oui
377 H : quelles ont été pour vous les expériences les plus positives ? (en plus de tester le CO)
378 P10 : avoir connu F., c'est vrai c'est un très gentil monsieur et c'est une bonne personne et
379 même au niveau humain il y a rien à dire (P4 et les autres approuvent), je vais pas l'oublier
380 facilement, c'est vraiment quelqu'un d'humain et le côté humain c'est vraiment la première
381 chose, puis il y a aussi le groupe, le fait qu'ils nous ont aidé même ceux qui ne fument pas et
382 le respect qui a eu, fin le côté humain quoi ! et puis bien sur le fait que P2 et P5 qui ont arrêté
383 de fumer
384 P2 : et puis je trouve ça super qu'il a pu nous offrir des patchs, de la documentation et tout ça
385 c'est gratuit quoi !
386 P1 : oui c'est vrai (P4, P10, P5 approuvent)

387 P10 : ça nous a donné la possibilité de voir qu'on pouvait arrêter ... parce que aller chercher à
388 la pharmacie des patchs ça coûte 54 euros

389 P5 : voilà parce que après ça coûte et puis tu n'arrêtes pas forcément ... et ça traîne là à la
390 maison ...

391 P10 : oui il nous a donné la possibilité !

392 P4 : moi le positif ça été d'apprendre, on a vraiment appris beaucoup et il a apporté beaucoup
393 de choses ! Pour nous c'est vraiment l'union fait la force !

394 H : quelles ont été vos expériences les plus négatives ?

395 P10,P4,P1 : à part les choses qu'on a déjà dit ... que c'était long et qu'on avait pas beaucoup
396 interagit et que si on parlait entre nous (même de ce que F. disait) c'était toute de suite chut !
397 et voilà c'est dur de nous tenir 3h sans rien dire et juste écouter ! à part ça il y a pas eu de
398 négatif !

399 P10 : moi maintenant mes potes ici elles ont gagné 10 ans de vie donc voilà !

400 P2 : moi-même l'entendre parler ça me dérangeait pas parce que j'aimais bien venir ici ; il y a
401 rien qui m'a dérangé en fait

402 P3 : moi je vois pas ce que je pourrai dire de négatif mais c'est vrai que j'avais rien à faire ici
403 normalement mais c'est vrai que l'entente était bonne

404 P4 : tu as appris un peu ?

405 P3 : oui voilà j'ai appris quand même (4000 substances)

406 P7 : moi j'en ai pas assez entendu que pour dire quelque chose ... la première séance on a rien
407 fait, j'ai complété des papiers là ... et puis aujourd'hui j'ai écouté tout le monde ; ça m'a rien
408 apporté j'ai rien à dire de négatif ni de positif voilà ! La première séance je m'en rappelle
409 même pas

410 P8 : y a rien de négatif, il parlait de trop, on s'endort quoi ! mais bon voilà on a appris des
411 choses (blasée ...)

412 P2 : tu as l'air complètement endormie ?

413 P8 : oui !

414 H : Comment a évolué votre expérience ?

415 P7 : bah tout le monde s'est bien rapproché

416 P6 : bah l'évolution elle est positive puisque il y a quand même eu 2 personnes qui ont arrêté

417 P4 : oui il y a plein de choses positives : apprendre, comprendre et savoir la chose

418 P10 : oui de séance en séances c'était positif

419 H : Qu'est ce que vous pensez du fait qu'il y a 5 séances ?

420 P6 : trop long

421 P1 : oui trop

422 P10 : bah c'est pas le fait que 5 c'est trop mais c'est juste que c'est 3h à chaque fois et
423 franchement les 2 premières ont été lourdes et on a à peine commencé la formation au CPAS
424 qu'on nous a déjà demandé de nous taire et de rester assis pendant 3h

425 P2 : mais la première on a quand même fait des groupes, on était ici, les garçons étaient par
426 là...

427 P10 : oui mais ça n'a pas duré longtemps et ça n'a pas duré longtemps et c'était la seule fois,
428 les 2 autres séances c'était pas comme ça alors qu'aujourd'hui c'était mieux

429 P2 : oui c'est vrai on a plus participé et F. nous a plus écouté et il avait l'air plus détendu et
430 plus réceptif

431 P4 : on voit que c'est son métier et qu'il aime bien son métier
432 P10 : oui et il a surement autant d'information à nous livrer mais voilà de négatif il a rien et
433 aujourd'hui ça m'a plu plus que d'habitude et si ça tombe la prochaine fois ça va encore plus
434 me plaire et il y a un an d'ici à ce genre de formation j'ai dû m'inscrire parce que c'était
435 obligatoire mais j'ai été près de la personne qui faisait les ateliers et je l'ai « supplié » et je lui
436 ai dit que je ne pourrais pas rester assise 3h pendant 5x et tout et voilà on m'a dit ça va n'y va
437 pas ... et ici je suis contente de l'avoir fait, je suis contente qu'on me l'ai imposé parce que si
438 non j'aurai pas vu mes amis qui ont arrêté, j'aurai pas cru que moi aussi je pourrai arrêter un
439 jour si je veux donc
440 P5 : et tu sais que tu peux maintenant tu vois ? !
441 P10 : oui je sais que je peux et ça a fait beaucoup l'exemple de P2 et P5
442 H : Qu'est ce que ça vous fait de savoir qu'il n'y a que 5 séances ?
443 P2 : moi ça me stresse, sincèrement, ça me stresse, parce que moi ça me motive de savoir que
444 je le vois tous les mercredis donc je me dis tiens le coup !
445 P10 : oui mais ça on se voit toute la semaine hein ! du lundi au vendredi
446 P2 : oui mais pas F. ! et ça me poussait mais voilà ... maintenant ça va faire 5 semaines et je
447 pense que 5 semaines sans cigarette ça va aller mais on m'a dit que il fallait quand même 12
448 semaines avant que carrément ça parte l'envie mais bon ..
449 P4 : ça va te stresser en fait ?
450 P2 : ouais ...
451 P5 : on n'est plus accro à la cigarette mais on va devenir accro à F. (rire)
452 P4 : si ça te stresse tu peux lui demander ses coordonnées, facebook ou je sais pas moi, si un
453 jour ça va pas ...tac tac tac
454 P10 : je pense qu'il est là pour ça aussi et il y a aussi un numéro de téléphone sur les paquets
455 Tabacstop
456 P8 : ouais mais c'est quelqu'un qu'elle ne connaît pas !
457 P2 : j'avais regardé sur l'application que j'ai pour arrêter de fumer on peut aussi se parler
458 entre ex fumeurs (j'ai pas tenu ...) donc le soir moi je parle avec des gens là-dessus et ça ça
459 m'aide beaucoup aussi ... mais bon voilà c'est F. qui m'a donné les ailes et maintenant il faut
460 pas que je me les coupe parce qu'il part quoi...
461 H : est ce qu'un suivi ça vous auriez aimé ?
462 P10 : je pense que ça aurait été positif, c'est quelqu'un qui apaise et qui nous donne confiance
463 en moi, quelqu'un d'humain
464 P2 : moi j'aurai aimé avoir un suivi par la suite
465 P5 : moi aussi
466 P1 : oui et c'est quelqu'un qui donne des pistes mais si tu penses pas à arrêter maintenant ...
467 P10 : oui et on dirait qu'il te donne la confiance qu'il te manque en fait
468 P4 : tu veux recommencer les séances toute seule (en s'adressant à P5) (rire) ?
469 P5 : ébin pourquoi pas ?
470 H : c'est intéressant ça ... vous aurez été intéressé par des séances individuelles ?
471 Non (par tous)
472 P2 : bah je sais pas ce que j'aurai dit à F. pendant 3h quoi ..
473 P5 : bah j'aurai parlé avec lui pendant 3h mais pas lui tout seul

474 P10 : bah ça pourrait être cool par exemple maintenant qu'il y a 2 personnes qui ont arrêté de
475 suivre individuellement ces personnes après 1 mois, après 2 mois fin voilà ... qu'il ait même
476 une demi heure -1h de son temps pour parler avec chaque personne
477 P2 : oui parce moi ça me motiverait de savoir que dans 1 mois je le revois bah dans un mois je
478 le revois donc tiens le coup !
479 P10 : oui parce que c'est quelqu'un de positif
480 P5 : bah oui quand même !
481 P4 : et puis on voit qu'il aime bien
482 P2 : oui il est attachant
483 P10 : oui parce que par exemple tantôt j'ai demandé à F. comment il avait pris le fait que 2
484 personnes avaient arrêté de fumer et il m'a dit que pour lui c'était un rêve quoi !
485 P3 : oui il l'avait dit ... mon but c'est vraiment qu'à la 4^{ème} séance les gens prennent
486 conscience ou je sais plus trop ce qu'il avait dit ...
487 P10 : oui et il m'a encouragé et ça ça fait du bien quoi ! malgré que j'ai pas arrêté mais je fais
488 des efforts par exemple je sors sans cigarette et ça ça fait beaucoup ...
489 H : Vous allez continuer à parler du tabac quand les séances seront terminées ?
490 P10 et P1 : ça reviendra peut-être
491 P2 : bah ça revient déjà tous les jours parce que on en parle et on me demande tout le temps si
492 ça va, si j'ai pas fumé ...
493 P1 : oui c'est vrai qu'on en parle régulièrement
494 P8 : bah moi je vais demander à P2 par exemple si ça va, si elle tient le coup et voilà donc en
495 reparlera ... après on est pas psy et puis même quand je fume je fais attention que la cigarette
496 n'aille pas près d'elle ; J'ai aussi une amie qui a arrêté de fumer, ça va faire 15 ans mais
497 encore maintenant je fais attention par exemple si je suis en voiture avec, je ne fume pas
498 H : donc si je comprends bien vous allez continuer à vous soutenir ?
499 Tout le monde répond oui !
500 P2 : oui et en plus la dynamique qu'on a dans le groupe on a l'a dans tous les cours, on se
501 soutient toujours
502 P10 : moi après ces 3 mois de formation CPAS je ne sais pas comment je vais faire ...
503 H : Comment a évolué votre motivation à arrêter de fumer ?
504 P7 : elle n'a pas évolué (je ne veux toujours pas arrêter de fumer)
505 P8 : Ouais peut être que dans un futur assez lointain peut-être que j'arrêterai... je sais que je
506 dois mais voilà pour le moment j'ai pas envie et c'est pas ma priorité
507 P2 : moi ma motivation c'est vraiment mon amie
508 P1 : j'ai pas envie d'arrêter maintenant mais il m'a donné quelque pistes pour que dans
509 l'avenir si je veux arrêter bah on a les outils ... quand on sera prêt
510 P10 : moi j'ai pas arrêté mais j'ai diminué ; au fur et à mesure des séances j'y réfléchis plus...
511 avant j'y pensais pas du tout ... ça ne me venait pas à l'esprit de me dire « oh j'ai fumé 4
512 cigarettes ... » avant je m'en foutais, je fumais tant que j'avais envie et maintenant non ... je
513 vais plus fumer pendant 2h, je vais faire autre chose, j'essaye de faire autre chose, je me dis
514 que c'est toujours quelque chose de gagné malgré que c'est pas ...
515 P1 : moi quand je fume maintenant, ça m'arrivait pas avant, je me pense à toutes les
516 substances par exemple ... mais je fume quand même mais j'y pense
517 P10 : oui mais tu y penses ... alors qu'avant non !

518 P2 : moi ce qui m'a choqué c'est que dans un joint il y a 6 cigarettes !
519 P1, P3 : moi aussi !
520 P7 : le goût est meilleur hein !
521 P2 : ouais mais tu fumes 6 clopes !
522 H : vous avez la possibilité d'intégrer l'équipe de F. et vous laissez la parole et vous pouvez
523 modifiez le programme des séances comme vous voulez, qu'est ce que vous mettez vous en
524 place, qu'est ce que vous donnez comme améliorations dans les séances que vous avez
525 suivies ?
526 Raccourcir le temps ça on l'a déjà dit
527 P10 : faire interagir les gens (P1,P4,P5 d'accord)
528 P2 : moi je mettrais une petite vidéo (P4,P6,P10)
529 P8 : mettre des images trash
530 H : quelque chose de plus didactique ?
531 Ouh là voilà, quelque chose de plus actif, participatif !
532 P10 : c'est normal qu'il y ait des choses à dire et qu'on doive écouter mais voilà ...
533 P1 : par exemple montrer aussi les organes
534 P5 : avec les yeux c'est parfois plus efficace qu'avec les oreilles !!
535 P10 : ouais mais regarde les images sur les paquets de tabac on les regarde pas ...
536 H : juste pour un peu animer ?
537 P10 : oui voilà juste ça parce que franchement le reste c'était bien !
538 P1 : ça percuterait peut-être plus ... c'est comme la machine en fait .. quand il nous le dit on
539 s'en fout mais quand on le fait là on s'en rend compte ...
540 P2 : une vidéo avec des témoignages de personnes
541 P10 : faire un petit test par exemple, fin je sais pas, quelque chose pour faire interagir les
542 gens ?
543 P5 : c'est comme au musée des sciences, j'ai vu le vrai poumon d'un fumeur et ça m'a choqué
544 quand même ! le fait de le voir devant toi !
545 P10 : allez dans un hôpital ... les gens qui ont fumé 30 avant nous ils regrettent sûrement et
546 c'est vrai que des gens comme ça ça peut beaucoup nous apporter
547 H : si c'était à refaire ?
548 P10 : je le referai même si c'était long
549 P2 : je le referai et merci F.
550 P4 : je le referai !
551 Les autres : mitigé !
552 H : Qu'est ce que vous avez pensé qu'on vous laisse la parole ?
553 Tous satisfaits ça nous donne l'occasion de dire ce qui va et ce qui va pas et c'est constructif !

Entretien avec un participant fumeur absent au focus group (E6)

Durée : 31'06

Lieu : locaux de asbl

- 1 H : Etes- vous d'accord que j'enregistre notre entretien pour pouvoir retranscrire par la suite ?
- 2 S : pas de problème
- 3 H : Avez-vous rempli les questionnaires ?
- 4 S : non
- 5 H : on regardera ensemble pour le remplir alors si ça vous dérange pas ! donc ici, je vous ai
- 6 demandé cet entretien pour vous poser quelques questions par rapport aux séances que vous
- 7 avez suivies sur le tabac ; donc pour vous rappeler, parce que ça date quand même de fin
- 8 décembre, la première séance elle était plutôt consacrée aux publicités sur le tabac, la
- 9 deuxième vous avez fait réalisé la balance décisionnelle c'est-à-dire les raisons pour
- 10 lesquelles vous fumez et celles pour lesquelles vous pourriez arrêter, la troisième vous avez
- 11 choisi votre mini-défi, et à la 4^{ème} vous vous exprimez sur la réalisation de ce défi pour enfin
- 12 faire un bilan avec la distribution des badges motivationnels
- 13 H : La présence était obligatoire ...
- 14 S : oui, c'était un peu obligatoire, ça fait partie de nos cours du vendredi à la place d'aller
- 15 travailler on vient faire des activités, moi je trouvais ça bien
- 16 H : vous vous êtes senti concernés par la thématique du tabac ?
- 17 S : **oui, pour un fumeur** oui, je me suis senti concerné parce qu'il y a beaucoup d'arnaques
- 18 dans les cigarettes, **ça nous appris à gérer notre consommation de cigarettes, de deux à**
- 19 **voir les produits qu'il y avait de dans et de trois et voir les arnaques aussi dans les**
- 20 **publicités (présence d'enfants ...), toute cette publicité mensongère (apport)**
- 21 H : quand on vous a dit qu'il y avait une formation sur le tabac, qu'est ce que vous êtes dit ?
- 22 S : bah moi j'ai trouvé ça bien, **ils ne sont pas là pour nous faire arrêter de fumer**
- 23 **(accroche)**, mais pour nous prévenir des risques qu'on a avec la cigarette (produits toxiques
- 24 ...); Moi j'aime bien ce genre de choses, **j'aime bien être renseigné sur les trucs que je**
- 25 **fais** ; Moi je **fais beaucoup de prévention** hein Madame ! je faisais les préventions anti-
- 26 drogue dans les milieux festifs pour carolo rue à Charleroi, on allait dans des soirées et on
- 27 prévenait les gens des risques liés à la drogue, à l'alcool, cigarette
- 28 H : Oui donc vous êtes déjà sensibilisé par cette démarche ?
- 29 S : oui, j'aime pas qu'on me dise « faut faire ça ou pas faire ça » mais j'aime bien prévenir les
- 30 gens des risques qu'ils encourent (en connaissance de cause)
- 31 H : Quel était votre opinion par rapport aux 2 animatrices ?

32 S : J'ai trouvé que c'était une **bonne initiative** de faire ça dans des lieux comme ici, dans des
33 formations parce que comment vous dire, on est **beaucoup des gros fumeurs**, quand on est
34 sur chantier, on fume beaucoup, on pense même plus à notre santé, on fait pas de sport... ça a
35 fait **réfléchir** beaucoup de personnes du groupe hein ! par exemple, M. il fumait combien, je
36 sais pas moi, plus ou moins 40 cigarettes par jour et là il en fume combien, 20, et il prend les
37 nicorettes qu'ils ont donné, donc ça a quand même servi à quelque chose ! Je trouve ça bien
38 qu'ils viennent dans les formations ainsi, ils sont là pour **nous prévenir et pas pour nous**
39 **forcer à arrêter de fumer** ; Parce qu'il y en a certains qui disaient « ouais, moi je vais pas
40 aller parce que c'est pour nous obliger à arrêter de fumer » mais non c'est pas le but

41 H : Du coup, qu'est ce que vous avez pensé du fait que le tabacologue vienne vers vous ?

42 S : Bah pour moi, ça c'est un plus, sincèrement **moi ça m'a fait réfléchir**, déjà moi je fume
43 pas plus de 15 cigarettes par jour parce que si je dépasse les 15 c'est vraiment que je déconne
44 et que je fume juste pour le plaisir parce que j'essaye de diminuer et ça m'a fait réfléchir que
45 même mes 15 cigarettes ça faisait beaucoup, parce que **quand j'ai soufflé dans l'appareil**,
46 croyez moi quand j'ai vu comment il sonnait je suis **resté choqué**, c'est vrai que quand on y
47 pense, on fume on fume on fume et on réfléchit pas au nombre de cigarettes qu'on fume mais
48 quand on respire dans l'appareil et qu'on voit le nombre de cigarettes qu'on a fumé dans les
49 24h ça fait vraiment réfléchir ! (**connaissances = 24h + prise de conscience**).

50 H : c'est une prise de conscience ?

51 S : ouais, une grosse prise de conscience !

52 H : A quelles conditions vous auriez fait appel à un tabacologue (de vous-même) ?

53 S : de moi-même, j'aurais jamais été chez un tabacologue, jamais ! **Je voyais même pas**
54 **l'utilité de téléphoner à un tabacologue pour arrêter de fumer parce que je pensais que**
55 **je pouvais arrêter moi-même mais c'est impossible** ! j'ai essayé le patch hein mais j'étais
56 allergique à la colle donc j'ai attrapé des plaques et je me sentais pas bien mais j'ai quand
57 même voulu essayer les nicorettes, ça marche mais il faut vraiment les garder à long terme
58 parce que si on fait ça un jour ou deux et qu'après on le fait plus, ça sert à rien mais si on les
59 prend à long terme il y a moyen d'arrêter de fumer quoi !

60 H : C'est votre **objectif d'arrêter** ?

61 S : mon objectif maintenant, oui et non, parce que comment je vais vous expliquer ... j'ai eu
62 beaucoup de tracas dans ma vie et c'est pour ça que **j'ai commencé à fumer parce que ça**
63 **décompresse on va dire et maintenant que je vais commencer à m'en sortir**, mes papiers
64 ça avance, j'ai trouvé un travail du coup bah je suis moins tenté à être énervé et donc moins
65 tenté à prendre une cigarette (**bénéfices collatéraux de insertion socio prof ?**), **c'est le sort de**
66 **la vie, tous les problèmes, vous savez on ne fume pas pour le plaisir**, si on fume, c'est pour
67 une raison, moi je suis déjà hyperactif alors fumer ça me calme, ça me fait du bien mais je
68 n'abuse pas non plus, comme il y a des gens qui prennent des paquets de cigarettes tous les
69 jours, moi déjà je les fais à la main donc ça me coûte moins cher et j'en fais pas plus de 15
70 cigarettes, c'est un défi que je me suis lancé moi-même, parce que si je dépasse les 15 c'est

71 que je fume pour le plaisir parce que bêtement quand on monte dans sa voiture, vous faites
72 quoi, bah on allume une cigarette c'est un tic, si on est sur chantier et qu'on va boire un café,
73 on va en allumer une, tous des trucs ainsi, c'est notre cerveau qui nous rappelle d'aller fumer
74 une cigarette ; Si on avait pas tous ces tics, on fumerait même pas

75 H : Avant de participer à la formation tabac, vous vous limitiez déjà aux 15 cigarettes ?

76 S : ah ça oui, mais j'avais **jamais fait avant l'allusion d'arrêter de fumer** et quand ils sont
77 venus et qu'ils ont parlé des **produits qu'ils mettaient dans la cigarette** et j'ai vu il y a pas
78 longtemps, j'ai vu une vidéo sur internet, on disait qu'on mettait beaucoup d'enfants sur les
79 publicités, ebin c'est la vérité hein, j'ai vu une ancienne **pub**, ils sont dans une école et c'est
80 un professeur qui donne des cigarettes à ses élèves, ebin franchement ça fait vraiment
81 réfléchir et c'est vrai que quand on commence à fumer, c'est où ? **bah c'est à l'école, donc**
82 **c'est par là qu'il faut commencer la prévention !**

83 H : Qu'est-ce que vous avez pensé du fait que les séances se déroulaient en groupe ?

84 S : bah c'est bien parce que tout le monde pouvait **donner son opinion**, ça c'était bien et tout
85 le monde s'est un peu lâché, tout le monde a dit sa façon de penser, et quand **on regarde on**
86 **était tous les mêmes en fait**, l'autre avait peut-être ses propres problèmes mais c'est
87 quasiment toujours la même chose, on fume à cause du stress, ... c'est une **mise en commun**,
88 c'est bien que ça soit en groupe parce qu'on a tous la même chose, **c'est la cigarette** qu'on
89 essaye d'arrêter, c'est à cause des nerfs qu'on fume, donc on a tous un peu la même
90 chose(**sentiment d'appartenance + pair**) ; ouais d'autres voulaient pas arrêter de fumer parce
91 qu'ils fument pour le plaisir après voilà celui qui veut pas prendre de risque bah c'est qu'il
92 veut pas s'en sortir dans la vie, ceux qui veulent continuer ainsi bah voilà et ceux qui prennent
93 des risques bah c'est qu'ils veulent s'en sortir

94 H : Donc pour vous les avantages, ça été surtout la mise en commun ?

95 S : Bah je vais vous dire avant qu'ils viennent je ne pensais pas du tout à arrêter de fumer et je
96 ne pensais même pas aux risques que je prenais en fumant mais depuis qu'ils sont venus bah
97 j'essaye de me limiter en cigarettes, **je fais toujours mes 15 cigarettes mais si maintenant**
98 **je vois que je suis pas énervé et que j'ai pas envie de fumer bah je vais pas fumer, par**
99 **exemple, ici ça va être la pause, bah si je vois que j'ai pas envie de fumer bah je vais pas**
100 **fumer, maintenant qu'il fait froid dehors je vais pas aller dehors pour fumer (apports)**
101 alors qu'avant je m'en foutais quoi, ou alors des fois aussi en groupe, on a plus tendance à
102 aller fumer en groupe que tout seul, parfois, on a pas envie d'aller fumer tout seul alors on
103 attend une heure et quand il y aura quelqu'un j'irai fumer alors qu'ici dans la formation on est
104 toujours en groupe donc dès que quelqu'un parle de cigarette on va le suivre et on va fumer
105 une cigarette aussi, c'est des tics

106 H : et le fait d'avoir fait la formation en groupe, vous fumez ensemble et est-ce que vous
107 motivez l'un l'autre pour diminuer ?

108 S : Bah disons qu'avec les gens qui en veulent quoi ! avec les gens qui en veulent pas, ça sert
109 à rien dès le départ, bah maintenant regardez avec M., **moi ça me fait du bien de parler avec**

110 **lui parce qu'il m'explique ses résultats tous les jours et j'essaye de faire le même on va**
111 **dire (apprentissage par les pairs)** par exemple lui il compte ses cigarettes, chaque cigarette
112 qu'il fume il la note sur un papier et moi je trouve ça bien au moins il voit le nombre exact de
113 **cigarette à l'heure exacte et quand on regarde sur son papier c'est toujours aux mêmes**
114 **heures qu'il fume comme si il devait fumer et avant de faire la formation tabac il faisait**
115 **pas tout ça (apports bénéfiques)**

116 Vous savez quand on est jeune, on veut faire comme tout le monde, on veut faire comme les
117 grands, wah c'est bien, et c'est vrai comme dans les publicités, il y a toujours des enfants
118 alors si il y a un enfant qui fume pourquoi je pourrai pas faire le même ? mais pour le moment
119 il y avait un problème là avec les cigarettes, avec les trous dans les filtres, c'est passé à la tv, il
120 y a une marque qui a une sale amende à cause de ça parce qu'ils trafiquaient les résultats,
121 ouais je l'ai vu (**intérêt**).

122 **H :** Pour revenir au groupe, quels étaient pour vous les inconvénients ?

123 **S :** bah y avaient certains **trucs qu'on pouvait pas dire parce que on est quand même au**
124 **travail, on est à côté de notre formatrice** donc il y a des trucs qu'on peut pas dire quoi !
125 maintenant si ça avait été individuel y aurait peut-être des gens qui diraient un peu plus qu'en
126 groupe parce qu'on est quand même au travail ici, c'est pas qu'on est à l'école où on s'en fout
127 de dire **qu'on fume le joint, je fume tchic, tchac, quand on est en groupe on va pas dire**
128 **tout ça, ça le fait pas après face à un employeur**, après quand c'est individuel et qu'on sait
129 que la personne ne va nous juger, on se lâche on s'en fout mais en groupe parfois y a des trucs
130 qu'on peut pas dire quoi ... Moi après personnellement, pour dire la vérité, moi je m'en fous
131 mais voilà

132 **H :** Quelles ont été vos motivations à participer à 5 séances sur 6 ?

133 **S :** Bah moi j'aimais bien parce que **j'aime bien parler**, moi j'aime bien tout ça donc ça me
134 dérange pas de venir et même c'est **pour ma santé** et puis ils sont pas là pour le plaisir quoi,
135 ils sont là pour nous aider, pour nous avertir des risques qu'on prend quand on fume ; Façon
136 dans dix ans qu'est ce qui va se passer si je continue à fumer ainsi, si ça tombe je serai même
137 plus de ce monde, c'est vrai faut être logique, j'ai déjà beaucoup de problèmes de respiration
138 (amphisème), alors si je continue je suis où dans 10 ans ? dans un cercueil, c'est malheureux à
139 dire et puis même **ça coute cher, ça nous ruine la vie**, personnellement je pars plus en
140 vacances à cause de mes cigarettes on va dire, l'argent que je mets dans cigarettes c'est de
141 l'argent que je mets pas dans mes vacances, c'est malheureux... Moi je dis, les cigarettes ça
142 devrait comme l'alcool, interdiction, drogues dures pourquoi ils légalisent ça alors qu'ils
143 savent que ça tue des millions de personnes, pourquoi bah parce que ça fait de l'argent
144 madame, c'est juste pour ça ! parce que maintenant s'ils gagnaient pas d'argent, c'est la
145 faillite pour les cigarettiers, et l'Etat en profite et gagne de l'argent, ils tuent des gens mais ils
146 s'en foutent hein ! parce qu'on dit que les fabricants fraudent mais l'Etat ils sont au courant
147 non ? parce que normalement, il y a des tests, à chaque paquet de cigarettes, il y des analyses
148 me dites pas qu'ils savaient pas tout ça, ils sont mêlés dans tout ça, à part augmenter le prix ds
149 cigarettes c'est tout ce qu'ils savent faire ! **Donc ouais, franchement arrêter de fumer ça**
150 **serait bien** ; Regardez bêtement, je disais à mon formateur que j'avais pris mes 15 cigarettes

151 de la journée et il était 16h et je lui ai montré ma boîte et il m'en restait 12 pourquoi parce
152 qu'on **était en train de travailler, on était tous les deux et il y avait personne pour me**
153 **dire « viens on va fumer »** ebin j'ai fumé 3 cigarettes sur ma journée, je suis même resté
154 étonné

155 H : Vous essayez de comprendre pourquoi ?

156 S : bah moi je me dis, fumer ça tue, regardez maintenant j'ai du mal à respirer le matin, j'ai
157 déjà eu des pneumonies, des bronchites chroniques à cause de la cigarette, si c'est pour ruiner
158 ma vie à cause d'une cigarette alors vaut mieux arrêter mais **j'aurai jamais pris l'initiative**
159 **de téléphoner à Tabac Stop** ou un truc ainsi alors que là ils sont venus et ça m'a fait réfléchir

160 H : Oui, est ce que vous mettez des choses en place de ce que vous avez appris à la
161 formation ?

162 S : Ah oui beaucoup de chose, quand je suis rentré chez moi, ma maman elle fume, bah je lui
163 ai dit tout ce qu'ils avaient dit, je lui ai répété ebin maintenant elle fait ses cigarettes pour la
164 journée et elle compte ses cigarettes, parce qu'elle fume beaucoup, (**en parler à entourage –**
165 **partager**) et elle va essayer de pas dépasser ce qu'elle s'était fixée et tous les mois elle
166 diminue d'une cigarette, et elle descendra ainsi progressivement ; Il y a beaucoup de choses
167 en fait quand ils sont venus ça a fait tilt, qu'on pensait pas ; Parce qu'il y a certaines
168 personnes, vous avez bien vu quand vous êtes venue, qu'ils fument ou qu'ils fument pas ils
169 s'en foutent et ils pensent pas à leur santé mais là ils ont 18 ans mais on verra dans 10
170 comment ça se passera et dans 10 ans ils diront qu'ils ont eu raison de venir

171 H : Quelles ont été vos réticences à venir ?

172 S : Pas eu du tout, parce que comme je vous dis, moi les préventions comme ça moi j'aime
173 bien, justement ça **nous aide, ça nous dit la vérité, et nous dire ce que nous on sait pas**
174 donc moi je trouve ça bien

175 H : Quelles ont été vos expériences positives que vous ressortez des séances ?

176 S : bah déjà que j'ai **diminué ma consommation**, j'ai pris **consciencés des risques** (même
177 avec les pubs et enfants) que je me suis dit que je **devais arrêter de fumer, pas arrêter de**
178 **fumer d'un coup mais diminuer progressivement** ; Moi je préfère voir quelqu'un qui vient
179 en face pour me dire les risques et tout que de sonner à tabac stop avec un téléphone (**contact**
180 **physique et direct = liens sociaux**) et qui va nous expliquer la vie ! Là, ils étaient en face de
181 nous, on était en groupe, on parlait tous, moi je trouve ça très bien ! Vous savez s'ils font
182 quelque chose dans les écoles ?

183 H : oui je pense

184 S : ça c'est bien, parce que les écoles c'est les plus touchées parce que c'est là qu'on
185 commence, personnellement j'ai commencé à l'école, c'est sur les bancs qu'on apprend à
186 fumer, si quelqu'un à 12 ans commence à fumer à l'école on va faire la même chose que lui,
187 moi j'ai commencé ainsi ; Moi j'ai commencé j'avais 17 ans mais en 10 ans ça m'a ruiné la

188 vie, et tout l'argent, parce qu'on y pense pas mais le tabac, les filtres, l'appareil, le briquet,
189 tout ça tous les jours, bah on travaille pour l'Etat, déjà on gagne pas grand-chose, alors en
190 plus avec les cigarettes, regardez ça à encore augmenté, dans 10 ans ça sera combien ? on
191 payera combien un paquet de cigarettes ? faut pas exagérer

192 H : Est-ce qu'il y a eu des expériences plus négatives dans les 5 séances ?

193 S : Euh ... bah ce que j'ai préféré ça été les publicités, avec les producteurs, moi j'ai des
194 enfants, je vois mal mes enfants fumer et quand j'ai vu que les marques pouvaient utiliser les
195 enfants pour faire leur pub ça choque ! et les gens ils regardent ça ils trouvent ça normal ? et
196 **chaque séance avait son truc en fait, avait sa fonction**, une fois on vu les publicités, une fois
197 on a plus parlé de nous, une fois on a fait les badges, et je l'ai encore en plus, **voilà c'était**
198 **varié, on nous répétait pas toujours la même chose, chaque séance c'était un truc**
199 **différent, c'était une suite logique**. On avait aussi fait un budget avec les cigarettes, combien
200 ça nous coûterait par mois ... et ça j'ai trouvé ça bien !

201 H : quel était votre défi ?

202 S : bah essayer de diminuer avec le patch, je devais le mettre mercredi et rester toute la
203 journée de jeudi avec mais j'ai eu une allergie avec donc j'ai pas su le garder et avec les
204 pastilles ça allait et j'ai fumé moins ; mais une fois que j'ai dépassé ma boîte de 15 bah je ne
205 fume plus de ma journée même s'il est 20h, même si ça me tente bah alors je vais me coucher

206 H : quelles seraient pour vous les **améliorations** à apporter dans les séances ?

207 S : mettre plus d'images choquantes, la vraie vie avec une cigarette, pas des bonhommes tout
208 roses qui dansent avec leur cigarette ; on est tous majeurs, on est plus des enfants et on doit
209 connaître la vraie vie avec une cigarette et que ça nous détruit, montrer des poumons dans un
210 sales états, comme sur les paquets de cigarette, ça fait réfléchir ; plus ça sera agressif, plus les
211 gens se diront que c'est déconner de fumer

212 H : Qu'est ce que vous avez pensé du fait qu'il y ait 5 séances ?

213 S : bah **parce qu'on avait pas beaucoup de temps**, mais des trucs ainsi il faut quand même
214 du temps, une journée complète ou un truc ainsi, comme je vous ai expliqué ce qui était bien
215 c'est qu'on ne parlait pas toujours de la même chose et moi personnellement j'ai pas eu de
216 regrets de venir franchement !

217 H : Vous auriez voulu des séances supplémentaires ?

218 S : bah c'est ce qu'on avait dit à la dernière séance, s'ils savent revenir ils reviendront (6^{ème})
219 parce que c'est bien, **ça nous fait réfléchir c'est justement maintenant qu'on doit réfléchir**
220 **de notre avenir** et c'est pas en fumant et on claquant notre argent tout le temps dans les
221 cigarettes que ça ira pour nous, il y a des gens qui sont au CPAS ou au chômage et ils
222 claquent tout leur argent dans les cigarettes et c'est impossible de vivre ; Maintenant ce qui
223 fait mal dans la vie c'est quoi ? la cigarette, argent et le travail ; **maintenant si vous avez pas**

224 **la cigarette, vous avez pas d'argent et vous avez pas de travail vous êtes rien du tout**
225 **donc justement faudrait jouer sur des trucs ainsi ;**

226 **H** : Qu'est ce qui vous a manqué dans les séances ?

227 Bah moi des préventions j'en ai fait beaucoup, et sur la cigarette j'en ai déjà fait aussi, mais il
228 y a toujours un **truc nouveau à apprendre, il y a toujours trucs qu'on ne sait pas, il y a**
229 **toujours des nouveautés et comme je dis, il faut toujours s'informer ;** Le nombre de
230 préventions que je fais, c'est impressionnant

231 H : Quel était le motif de votre absence à la 5^{ème} séance (involontaire à la formation ?)

232 S : Parce que j'étais malade et j'ai rendu un certificat

233 H : Si vous deviez choisir un mot pour qualifier votre formation :

234 S : GENIAL, ça m'a fait beaucoup réfléchir et ça peut aider beaucoup de personnes et il y a
235 certaines personnes qui peuvent être mal dans leur peau à cause de la cigarette et qui ose pas
236 en parler et justement faire des groupes ainsi ça leur permet de se lâcher un peu (+ **du**
237 **groupe**), moi je trouve ça bien et en fait il y a pas de points négatifs il y a que des points
238 positifs dans des trucs ainsi c'est ça qu'est bien ; on en apprend tous les jours, regardez avec
239 les trous dans les filtres, j'avais appris ça ici, après je l'ai vu à la télé mais à la base...

240 H : Qu'est ce que vous avez pensé du **photolangage à la dernière séance** ?

241 S : bah j'ai trouvé ça bien parce que ça résumait notre vie, on a du s'exprimer à partir des
242 photos et j'ai trouvé ça bien dire ce qu'on pensait de la cigarette, de nous avec la cigarette.
243 Moi je vais pas vous mentir, j'ai fait des conneries pour fumer, pour nourrir mes enfants et
244 tout et ça m'a fait faire un détour en prison, à cause de tout ça parce que j'étais réservé sur
245 moi-même et tout et ça m'a un peu niqué ma vie et **quand je pense que maintenant je fais**
246 **des préventions ainsi, vous voyez parler de soi-même, ça fait réfléchir beaucoup de**
247 **personnes (apprentissage par les pairs)**

248 H : le fait de parler chacun de votre expérience, ça vous a plus alors ?

249 S : certains ils étaient au courant parce que c'est mes collègues mais d'autres savaient pas et
250 quand je raconte ça, ah ouais, si on continue comme ça on va finir ainsi et ça donne une prise
251 de conscience ! dans les truc comme ça il y a que des points positifs, faut continuer !

252 H : Si c'était à refaire ?

253 S : je referai directement ! il y a pas de problème ça m'aiderait encore plus, si dans 4-5 mois
254 qu'ils reviennent et nous on est obligé de faire des activités ainsi et je trouve que pour nous
255 instruire ça nous fait du bien

256 H : qu'est ce que ça vous apporterait de plus qu'elles reviennent plus tard ?

257 **S : pour certaines personnes qui prenaient pas encore conscience des risques quand elles**
258 **sont venues pourraient prendre conscience maintenant et puis pour voir le résultat des**

259 **gens aussi, vous voyez le défi qu'on a fait ? Même si elles viennent plus, on les fait**
260 **toujours !**

Entretien avec un participant absent au focus group (E7)

Durée : 24'14 (10h30-11h00) (doit retourner à sa formation !)

Lieu : locaux de l'institution

- 1 V : bon je vous écoute
- 2 H : c'est juste pour reparler des 5 séances que vous avez suivies ... Comment vous avez été
3 concernée par la problématique du tabagisme ?
- 4 **V : Bah au départ, euh ... ça m'a interpellé parce que ça faisait quelques temps que je**
5 **voulais arrêter !** Moi je ne fume que le soir, je ne fume pas la journée et je trouve ça un peu
6 ridicule si je ne fume pas la journée, pourquoi le soir ? **C'est un peu un rituel que j'aimerais**
7 **casser** ça fait des années que ça dure ... alors pourquoi ? pendant tout un moment ça m'a fait
8 du bien dans le sens où moi je fume, je me détends, je pense à rien en fait ... c'est avant
9 d'aller dormir ou avant d'aller devant la télé vous voyez ? je bois un bon petit verre, je fume
10 2-3 à 6-7 cigarettes ... mais maintenant ... voilà ce que je fais tout le temps (bruit dans la
11 gorge comme si quelque chose l'embêtait, la grattait), j'ai tout le temps des sécrétions dans la
12 gorge et je pense que j'ai déjà essayé de diminuer voir même une journée quand j'étais
13 malade arrêté et je ne fais plus ce bruit donc je pense quand même que ça touche ma santé !!
14 **alors voilà, c'est rien que pour ça que je veux arrêter, parce que ça touche ma santé !** on
15 a beau dire que même si c'est que quelques cigarettes, moi je les fume d'affilée, forcément il
16 y a une certaine odeur dans ma cuisine, même si j'aère, je fais aller ma hotte ... ça se propage
17 dans l'appartement ... vous voyez j'ai toujours ces sécrétions, je pense aussi que je fais des
18 allergies, de toute façon je souffre d'allergies respiratoires, cutanées, donc ça peut être une
19 réaction cutanée, alimentaire ou respiratoire donc ici j'avais rien et là si ! donc c'est
20 désagréable, ça me fatigue. ! **Donc voilà quand on m'a parlé de cette formation sur le**
21 **tabac, je suis tiens ... ça vient un peu conforter ce que j'ai un peu en tête, ça va être un**
22 **déclat**, donc je me suis inscrite volontairement
- 23 H : Quelles étaient vos motivations à participer à l'ensemble des séances ?
- 24 V : je me suis toujours dit que je reviendrai à la séance suivante ... et j'ai bien vu que dans
25 l'entourage ça avait aussi un effet sur les autres ! **moi ce qui m'intéressait de savoir c'est le**
26 **point de vue des autres, déjà je ne suis pas toute seule à fumer que le soir, il y a aussi un**
27 **monsieur qui a arrêté la journée et qui fume que le soir donc maintenant on est au**
28 **même niveau ... donc lui il a pu entendre que j'étais passé à 3, mais enfin pas pour le**
29 **moment, je recommence ...**
- 30 H : comment a évolué votre motivation à arrêter de fumer ?
- 31 V : euh ... quand j'y arrive pas , ça me gêne d'avoir participé et de ne pas avoir tenu
32 mes promesses quoi !, c'est gênant quand même hein ... on vient s'exprimer devant les
33 autres, on entend les points de vue des autres, c'est encourageant quand les autres font

34 **des efforts, et ... c'est un échec quand même ..** alors après on zappe, on veut pas trop ... ,
35 on va pas se punir, je veux dire je suis une adulte ! **Mais voilà c'est quelque chose qui va**
36 **rester moi jusqu'à ce que j'y arrive, ça c'est clair !**

37 H : oui ?

38 V : Ah oui !! (*enthousiasme*)

39 H : qu'est ce qui vous a marqué le plus ?

40 V : **les gens !**, les stagiaires, **le partage d'expérience parce qu'on se dit qu'on est pas tout**
41 **seul ! pour différentes raisons hein ! l'un ou l'autre fume de différente façon mais il y a**
42 **quand même des gens qui font des efforts** et puis de toute façon, moi c'est aussi l'argent
43 aussi dites ! 6, 90 euros le paquet !! mais dans un premier temps c'est surtout pour ma santé ;
44 quand je suis au téléphone, quand on m'entend tousser tout le temps je suis sûr que si j'arrête
45 une semaine j'ai plus ça, et ce qui fait que quand je suis fragile de santé, qu'il y ait une
46 promiscuité et que je vienne faire ce stage ebin je suis tout le temps malade et ça aussi ça va
47 pas aider

48 H : qu'est-ce qui vous manque aujourd'hui pour arrêter de fumer ?

49 V : blanc (*réflexion ...*) vous savez moi en fin de journée je suis très fatiguée ... (*blanc*) euh
50 ... même à savoir il y a un fond dépressif chez moi (*émue*) don euh ... **quand je fume ... je**
51 **ne souffre plus** quoi ! je fume pendant 3 minutes, 5 min, 10 min, 15, pendant une demi heure,
52 j'ai tout zappé avant d'aller dormir, TOUT ! je regarde le ciel, j'essaye de repositiviser aussi
53 pour pas tomber à chaque fois qu'il y a des problèmes parce que dans la vie, des problèmes ça
54 fuient tout le temps ! **la vie c'est une succession de problèmes à résoudre** il faut bien se dire
55 ça ! il y a toujours des problèmes et moi ça me permet de ... mes parents sont très malades qui
56 sont en voie de disparition, j'ai un fils qui est un peu difficile ... il y a plein de choses, .. j'ai
57 aussi les problèmes avec l'ONEM peut-être que je prendrai ma pension à 62 ans peut-être plus
58 tôt mais en attendant on me convoque, on me convoque, c'est pas gai ... ici, je suis tranquille,
59 si je fais 6 mois, on me laisse tranquille pendant 1 an mais mon objectif c'est pas d'apprendre
60 à cuisiner pour ne rien faire après j'aimerais bien trouver un mi-temps après (j'ai quand même
61 une incapacité qui a été reconnue à 33% donc il faut quand même trouver) ; je vis toujours
62 dans ... **il y a pas dans ma vie quelque chose de sûr ...**

63 H : vous êtes toujours dans l'incertitude ?

64 V : oui, **ma vie c'est de l'incertitude complète** alors que les $\frac{3}{4}$ des gens ils sont quand même
65 une structure tandis que moi pas ... **j'avance comme ça tout le temps ... c'est désagréable !**
66 **on me dirait on vous engage à la I.F.I, vous venez cuisiner je le ferai ! un mi-temps ou**
67 **un $\frac{3}{4}$ temps !** C'est trop facile de dire les gens ils veulent pas, ... moi j'aimerais pouvoir
68 m'organiser en fonction de ... C'est pas bon tout le temps à la maison et c'est pas bon tout le
69 temps au travail non plus, **il y a un équilibre que je n'ai pas !**

70 H : Qu'est ce que ça vous a apporté de participer aux séances ?

71 V : euh .. c'est un plus ... moi l'envie elle était là, ça conforte ... je veux dire c'est comme
72 si il y avait une balance en fait ! les 5 séances ça va rester ! j'ai ... cette envie que j'avais
73 au départ + les 5 séances ! et les autres, je pense qu'ils ont ressenti aussi ça aussi ! ça ça
74 va rester un moment quoi ! C'est pour ça qu'il faut pas plus que 5 séances je pense
75 qu'on a compris le message. Moi dans la balance : j'ai envie d'arrêter parce que ça ne
76 me fait pas du bien (parce que je suis malade) ; si non l'envie bah oui j'aime bien parce
77 que ça m'aide à m'extrapoler et puis voilà on monte d'un cran ! Alors voilà quand
78 j'arrive à 3, bah je pense à eux (*rire*) et quand j'arrive à 6 pff ... on se dit merde, j'y
79 arriverai jamais ! mais moi je ne sais pas quoi faire pendant ce temps là, j'ai besoin de
80 faire une pause avant d'aller dormir et j'ai besoin de m'arrêter et voilà

81 H : Quel à été votre opinion au sujet des tabacologues/animatrices ?

82 V : Je les ai trouvées sympathiques euh .. **très ouvertes** donc voilà .. beaucoup d'infos ! non
83 franchement elles étaient bien ... *Blanc* il y a **peut être juste la psychologue** là ... bon beh la
84 psychologue elle ne parle pas ... **elle écoute**, elle se sait, c'est un peu son job, en général ils
85 interviennent très peu les psychologues dans une conversation, voilà elle était là, elle prenait
86 des notes ... voilà quoi ...

87 H : ça vous a gêné ?

88 V : Nan !

89 V : Non franchement c'était sympathique, **on est de milieux sociaux différents, de classes**
90 **sociales différentes, d'âges différents, un bon petit groupe mais des gens que j'ai pas**
91 **forcément envie de voir à l'extérieur du groupe ... c'est juste dans le groupe**, en dehors
92 j'ai pas envie de voir ces gens là

93 H : vous vous êtes reconnues dans ce groupe ?

94 V : **En tant que fumeur, oui ! il y a pas de rang, il y a pas de classe sociale, les symptômes**
95 **ils sont les mêmes pour tout le monde !! pour tout le monde ! c'est là qu'on se rend**
96 **compte qu'on est tous des êtres humains !, on est tous égaux !**

97 V : c'est vrai hein ?

98 H : bien sûr

99 H : comment vous avez vécu ces séances en groupe ?

100 V : bien, c'était sympa mais suffisant, trop ça aurait été récurrent, 5 séances c'est vraiment
101 bien, parfait ! moi il y en a une que j'ai loupé, on a fait un peu le point avant que j'arrive donc
102 ça allait !

103 H : qu'est ce qui a été + dans le groupe ?

104 V : **le partage d'expérience, oui et aussi la motivation ! j'ai été contente de celui qui a**
105 **aussi arrêté la journée comme moi ; moi j'y suis arrivée aussi et tiens il lui reste encore**
106 **le soir comme moi, puis tiens il y en a qui fumait plus que 3 cigarettes, tiens moi j'ai su le**

107 **faire une fois et il avait le même âge que moi ce monsieur, il fait la route à pied aussi le**
108 **matin, on habite le même quartier ... vous voyez ...**

109 H : vous apprenez à connaître les autres aussi ?

110 V : Oui comme ça oui !

111 H : vous vous motivez l'un l'autre ?

112 **V : non pas du tout, il y a quand même de temps en temps un ou l'autre qui me demande**
113 **alors tu as arrêté ? tu as diminué ? 2-3 fois c'est arrivé**

114 H : quels sont les inconvénients de faire ce genre de pratique en groupe ?

115 V : les inconvénients ... *blanc*, **ça peut être un inconvénient pour quelqu'un qui a peur de**
116 **s'exprimer en groupe, ce qui n'est pas mon cas, j'ai fait un travail suffisamment long sur**
117 **moi pour vaincre ma timidité, j'ai quand même 57 ans donc je pense que ça aurait été**
118 **beaucoup plus difficile si j'avais eu 25-30 ans de m'exprimer comme ça ... moi j'étais**
119 **complètement à l'aise mais ça doit être difficile pour quelqu'un qui n'a pas cette facilité**
120 **de s'exprimer, voilà !**

121 H : Quels ont été vos expériences positives ?

122 V : *Blanc* ; **ce qui m'a plu c'est la dernière séance**, l'effet que ça avait eu sur certains ;
123 Quand même, dans la prise de conscience, mais vraiment pour certains ! parce que moi la
124 prise de conscience je l'avais déjà, on va pas encore revenir sur mon âge et mon expérience
125 mais je veux dire la prise de conscience pour certains et la motivation quand même, à la base,
126 je pense que tous n'ont pas envie de fumer, attention là on avait des gros fumeurs, et ça coûte
127 cher hein ! on est dans une société difficile et tous les gens qui étaient présents n'ont pas de
128 gros salaires hein ! c'est des stagiaires, c'est quoi, chômage, CPAS, quand il faut gratter 6,90
129 euros vous vous rendez compte ? ça joue tout le temps tout le temps, ne serait ce que allez un
130 petit fumeur, 3 paquets par semaine, ça fait quand même 20 euros, 80 euros à la fin du mois
131 quand vous avez pas grand-chose, vous vous dites on peut s'offrir des choses auxquelles on
132 n'a pas toujours droit comme un beau parfum pour une femme par exemple ou un homme de
133 l'outillage, voyages avec ses petits enfants ... c'est important, c'est un beau budget ! le temps
134 de les rouler aussi ..., l'odeur aussi ... L'ODEUR, je repeins ma cuisine tous les 5 ans, c'est
135 ma jaune hein, j'aère et tout mais je le fais quand même parce que je trouve que la peinture
136 elle change, elle est passée

137 H : donc votre expérience positive ça été vraiment le bilan pour chacun ?

138 V : oui ; et alors on voit maintenant que les gens fument dehors donc ils sont *moins (répond*
139 *pas à la question)* incommodés par l'odeur, moi ça je saurai pas pourtant j'ai deux balcons
140 mais je vais pas me les geler encore en plus ...

141 H : Quels ont été alors vos expériences un peu plus négatives ?

142 V : Blanc ... **euh, a moi ce qui m'a un peu gonflé c'est le passage où on présente les**
143 **publicités, les marques ...** on sait bien que la publicité, ils nous envoient des messages, c'est
144 du marketing et même à la télé, il paraît que même dans les films ou quoi ils le mettent que
145 ça peut avoir des effets et que ça fait que quand on se promène dans les magasins, on s'arrête
146 sur des produits ... donc voilà ça un peu moins ... **ça m'a intéressé mais c'était trop long,**
147 **ça on peut raccourcir ! A la première séance, j'ai vu que tout le monde sortait, il y en a**
148 **qui s'endormait, il y en a qui papotait, tout le monde participe pas ... c'est tout**

149 H : il y a quelque chose que vous auriez aimé d'autre pour la première séance ?

150 V : **non, non .. qu'est ce que vous voulez, il faut déjà un premier contact avec les autres**
151 **sans parler, assis les uns avec les autres,** on repère qui a fait une blague, qui a dormi vous
152 voyez ... non c'est bien ; voilà je pense que je peux pas vous dire plus (*je ressens déjà qu'elle*
153 *veut partir*)

154 H : et par rapport au questionnaire qu'on vous a fait passer, qu'est ce que vous en avez
155 pensé ?

156 V : pratique, simple, facile à remplir ouais. Ils sont bien obligés hein, on a tous une manière
157 différente de fumer

158 H : Qu'est ce qui vous a motivé à participer à toutes les séances ?

159 V : **toujours la même chose, l'envie je l'avais déjà et ça fait un plus dans la balance et**
160 **une fois que la balance partira vraiment comme ça** (elle me mime une grande différence
161 entre les deux versants), c'est tout on est sorti d'affaire quoi !, parce que je pense que quand
162 on arrête plusieurs jours de fumer, quand on reprend ça n'a pas un bon goût, à la base ç'est
163 dégueulasse ! moi c'est le fait de regarder les étoiles, je sais pas expliquer, il faut quand même
164 ... j'ai besoin de cette cigarette c'est bizarre hein ! parce que moi j'avale même pas hein, donc
165 c'est pour ça que j'ai pas besoin de nicotine mais elle reste bloquée dans le fond de ma gorge

166 H : Qu'est ce que vous avez pensé du fait que la tabacologue vienne directement vers vous ?

167 V : **Ils ont pas le choix je pense, je trouve que c'est bien ; On va pas aller vers eux ; ils**
168 **ont pas le choix ; personne va faire cette démarche je pense ; on reste un fumeur dans**
169 **son coin, on a envie d'arrêter, on sait pas comment ça se passe chez les autres, c'est**
170 **comme n'importe quelle addiction... tout ça ça doit être organisé hein ! je veux dire que**
171 **qu'on doit être pris un peu en charge de ce côté-là (Prochaska = organisation)** Après c'est
172 tout, 5 séances c'est suffisant mais après c'est bien, moi je trouve ça bien qu'il y ait des
173 groupes comme ça et **surtout qu'ils aillent vers les adultes ! parce qu'on est aussi une**
174 **image pour les jeunes donc euh ;** moi j'ai jamais fumé devant mes enfants par exemple,
175 jamais, je fume pas devant eux, ils savent que je fume et voilà ... j'offrirai jamais un paquet
176 de cigarettes même si un moment donné dans mes enfants ils y en ont touché à la cigarette,
177 en sortie tout ça mais c'est pas des fumeurs, bah j'aurai jamais offert un paquet de cigarettes
178 ni des sous pour ça, pas question ! et pour la couche d'ozone aussi, c'est peut être petit mais
179 bon ...

180 H : Quelles sont les améliorations que vous auriez apporté ?

181 V : Je partirai un peu plus de mon problème de santé ... j'ai une irritation, je perds ma voix ...
182 et c'est le fait que c'est tous les jours ! même si c'est pas beaucoup mais c'est tous les jours ;
183 (*pas compris la question*) ; je pense que je pourrai arriver à 3

184 H : qu'est ce qui vous a manqué dans les 5 séances pour arriver à 3 cigarettes par exemple ?

185 V : **bah là c'est un chemin personnel, ils peuvent pas entrer dans le corps des gens, ... il**
186 **m'a rien manqué, c'est complet, c'est vraiment bien ...** pas plus ni moins j'ai trouvé, ça été
187 même la réaction à l'unanimité je pense ... pourtant je suis quelqu'un critique, je suis sociale,
188 mais critique mais voilà .. j'ai trouvé !

189 V : je vais retourner voir mon chef en cuisine, parce qu'après il va se demander ce que je
190 fais !

Entretien avec un participant absent au focus group (E8)

Durée : 31'03

Lieu : locaux de l'institution

- 1 H : Comment s'est passé votre inscription à la formation tabac ? si j'ai bien compris la
2 première séance était « recommandée » et après c'était sur base volontaire
- 3 P : bah nous en fait on s'est inscrit toute de suite, on a eu un papier qui était mis un peu
4 partout dans les bureaux et en fait on s'est dit bah pourquoi pas ? on était à 3 en maçonnerie et
5 on s'est mis d'accord et on s'est dit qu'on irait bien voir ce que c'est ...
- 6 H : donc vous n'avez pas attendu la première séance pour vous inscrire aux autres ?
- 7 P : on s'est inscrit 1 semaine avant que la formation commence en fait
- 8 H : qu'est ce qui vous motivé à vous inscrire ?
- 9 P : bah justement je dirai la curiosité ... après comme je disais c'était pas vraiment l'objectif
10 d'arrêter de fumer du jour au lendemain pour moi c'est pas possible c'est juste la curiosité et
11 d'avoir plusieurs avis d'autres personnes et d'avoir des conseils
- 12 H : vous vous êtes senti concerné par cette formation tabac ?
- 13 P : oui oui oui bien sûr surtout que comme j'ai dit pendant la formation j'ai des sœurs malades
14 donc bah la santé c'est quelque chose d'important donc même si on peut juste diminuer bah
15 c'est bien et c'est ça qui m'a fait réagir
- 16 H : qu'est ce que vous êtes venu chercher à cette formation sur le tabac ?
- 17 P : bah vraiment des conseils pour surtout diminuer, et voir avec les autres personnes ce qu'on
18 pouvait partager
- 19 H : vous saviez que ça allait fait en groupe quand vous vous êtes inscrit ?
- 20 P : oui oui je m'en doutais un peu qu'on allait être tous ensemble, on a l'habitude de parler
21 tous ensemble, on a pas de honte quoi ! on est pas gêné à parler devant les autres, on se
22 connaît tous et c'est pas plus mal que ça soit en groupe
- 23 H ; vous êtes vraiment venu dans l'optique de diminuer ?
- 24 P : bah diminuer oui ... c'est comme je disais j'avais diminué tout un temps mais c'est juste
25 que pour le moment c'est pas facile mais si non oui bien sur avec le sport je suis obligé de
26 diminuer aussi donc c'est encore un gros projet de diminuer dans les mois qui arrivent mais
27 arrêter non ... je suis quelqu'un de trop nerveux que pour dire d'arrêter du jour au lendemain
28 mais diminuer oui bien sur mais pour ça il faut juste que je m'occupe (rire)
- 29 H : quelles ont été vos motivations à participer à quasi à toutes les séances ?
- 30 P : le suivi ... on a tous eu une expérience sur le mois qui s'est écoulé entre les séances et j'ai
31 vu comment les autres réagissaient et comment moi je réagissais, on se confond aux autres
32 pour voir comment nous on est par rapport à eux et on se dit que si eux ils y arrivent pourquoi
33 nous on y arriverait pas et si eux ils y arrivent pas pourquoi nous on y arriverait ou l'inverse
34 voilà c'est ça et pour voir l'évolution des autres et la mienne ... on retient aussi les conseils
35 des autres pour pouvoir s'en servir et puis bah quand moi j'explique comment j'avais réussi à
36 diminuer avec le sport à un certain moment bah ça à peut-être servi à d'autres personnes
37 (**partage d'expérience**) et puis bah par exemple je parlais de sport bah depuis il y a 2 autres
38 personnes qui se sont inscrites au sport aussi (rire) donc voilà c'est pas le même sport mais ils
39 se sont dit qu'ils allaient faire du sport aussi parce que c'était pas une mauvaise idée

40 H : donc c'était pour voir l'évolution des autres et la votre et vous parliez de suivi aussi, dans
41 le sens quelque chose de logique ?

42 P : oui mais je vais pas dire de tout le monde ...de certaines personne oui ... par exemple il y
43 a des personnes qui étaient à 20 cigarettes et puis 18 et puis maintenant 15 donc voilà c'est
44 des bons conseils à prendre ...

45 H : quelles ont été vos expériences les plus positives ?

46 P : il y a personne qui a arrêté de fumer mais il y a des personnes qui ont réussi à diminuer de
47 3-4 cigarettes par jour et qui nous ont aidé en donnant leurs astuces personnelles (« moi je fais
48 comme ça du coup, j'en fume une à la place de 2 ...). Nous c'est pareil quand on va en pause
49 la plupart du temps quand on va en pause d'habitude on fume 2 cigarette bah là maintenant on
50 se demande pourquoi on n'en fumerait pas qu'une !

51 H : si je comprends bien c'est le fait que ça vous a amené à réfléchir sur votre consommation
52 dans ce sens là ?

53 P : oui !

54 H : je remémore le contenu des séances

55 P : oui moi comme mini défi c'était de diminuer de 5 cigarettes entre les séances ... j'avais
56 réussi la première fois parce que j'avais repris le sport mais à la 4^{ème} séance je suis pas venu
57 parce que j'ai eu des problèmes familiaux et du coup j'ai augmenté mais je suis pas revenu à
58 ma consommation initiale parce que j'ai continué le sport ... je fume quand je suis seul et
59 quand je suis pensif quoi !

60 H : il y a une des séances que vous avez préféré ?

61 P : non tout en général parce que le partage était bien ; il y a eu un droit de parole pour chacun
62 c'était autour de la table et celui qui avait envie de s'exprimer il s'exprimait et celui qui avait
63 pas envie il avait pas envie donc voilà on avait un droit de parole et ça c'était bien ! c'était
64 chouette

65 H : quelles ont été vos expériences plus négatives ?

66 P : bah négative ... disons que par exemple ... l'expérience de X(en citant un participant) me
67 fatigué un peu voilà parce que je crois pas à tous ces trucs donc je prends pas tout ça en
68 compte ; parfois ça peut mettre les gens sur une mauvaise voie ... en se disant le monsieur il
69 arrive à rester chez lui sans fumer pendant plus d'une semaine, bah tiens on va essayer mais
70 au bout de 2j, on se dit c'est pas possible donc ça nous casse ... c'est du négatif pour moi
71 c'est penser à soi mais pas aux autres ...

72 H : ça peut se rapprocher de la question suivante, comment vous avez vécu les séances en
73 groupe ? ici si je comprends bien c'est que dans le groupe il peut y avoir des paroles que vous
74 avez pas envie d'entendre ?

75 P : c'est pas une question de parole que j'ai pas envie d'entendre c'est juste qu'il y a la façon
76 de le dire et la façon de le penser. Donc je vais le dire, cette personne qui est fort introvertie et
77 que là tout d'un coup elle nous dit ça comme si la vie était rose et paradis bah à la fin on en a
78 marre quoi ... fin voilà à un moment, on en a discuté avec les collègues, on écoutait plus ! on
79 aspirait que quelqu'un d'autre prenne la parole et les conseils de ce côté-là on les prenait
80 même plus en compte

81 H : comment vous avez vécu les séances en groupe si nn ?

82 P : très bien si non ouiii ! très bien justement parce que les gens parlaient ouvertement du bien
83 ou du mal .. et c'est bien du fait aussi que il y avait tout âge (plus âgée et plus jeune que moi)
84 et tous les rapports ensemble ça faisait un contexte qu'on pouvait partager facilement
85 H : quels étaient les inconvénients du groupe excepté peut être ce qu'on a déjà discuté ?
86 P : rien parce que tout le monde se respectait quand on parlait et c'était pas trop la grande
87 zizanie ou la grande pagaille et tout le monde s'écoutait donc je trouvais que c'était bien
88 organisé
89 H : vous auriez été intéressé par de l'individuel ?
90 P : moi c'est la même chose, j'ai des facilités à parler et à m'exprimer devant les gens donc
91 que ça soit devant une seule personne ou devant 10 ça me dérange pas !
92 H : et dans les avantages vous aviez parlé tout à l'heure du partage d'expérience ?
93 P : oui, ça été très positif pour moi et même pour les autres qui avaient même plus de peur de
94 se confier (Kévin par exemple) que je peux prendre comme exemple qui est quelqu'un de très
95 timide et que pour une fois on a entendu le son de sa voix devant d'autres personnes et ça
96 c'est chouette aussi comme quoi il n'y a pas que le tabac ... ça a été aussi une séance qui a
97 ouvert les gens et ça m'a aussi permis de connaître des gens, je veux dire que ça fait 6 mois
98 que je suis là et il y a des gens que je connaissais pas (rire) donc c'est très positif
99 H : qu'est ce que vous pensez du fait que le tabacologue soit venu vers vous ?
100 P : c'est un beau geste parce que ça peut être ici ou dans des école ou n'importe où mais c'est
101 chouette parce que ici on est tous des gens qui cherchent du travail (moi j'ai un passé avec 18
102 ans de métier et sur les dernières années de travail que j'ai fait d'une façon ou d'une autre
103 étant dans le bâtiment, on peut plus fumer sur les chantiers donc ça explique quand même
104 qu'on peut plus fumer à l'extérieur donc justement c'est chouette qu'ils soient venu pour nous
105 expliquer certaines choses
106 H : vous auriez fait la démarche d'aller voir un tabacologue ?
107 P : faire la démarche de moi-même non pas spécialement ... je vais dire que pour le moment
108 c'est un cas particulier mais si non je vais dire que ma démarche je la fais moi-même quoi ...
109 je vais courir... après c'est bien pour les grands fumeurs ... quand j'entendais il y a en ils
110 fumaient quand même plus d'un paquet par jour hein je trouve que c'est bien ils ont pris des
111 leçons de santé qui leur ont pas fait de tord
112 H : qu'est ce que ça vous apporté ?
113 P : plus de convivialité dans le centre parce que c'est vrai que quand on se connaît pas, c'est
114 juste bonjour (politesse n°1) mais maintenant je peux discuter avec des gens que j'ai rencontré
115 au groupe tabac, on parle pas forcément de tabac mais au moins on se connaît quoi ! comme
116 on dit la cigarette ça rapproche mais le sept a aussi fait qu'on se rapproche ! (rire) ; par
117 rapport à ma consommation tabagique il y a pas grand-chose qui a changé, je vais dire que j'ai
118 pris les conseils ça c'est sur et ils vont peut-être me servir par après mais pas dans l'optique
119 toute suite ; c'est ce que j'ai mis sur mon questionnaire : j'ai noté diminuer sur les 6 mois ;
120 arrêter pas possible mais arriver à 5 cigarettes par jour je serai satisfait donc voilà tous les
121 conseils ont été pris en compte mais pas pour toute de suite !
122 H : qu'est ce que vous avez appris ?
123 P : un petit peu de tout hein ! on sait pas tout ce que le tabac peut faire sur la santé, sur le
124 souffle, la façon d'être, pourquoi certains fument plus que d'autres, on a appris que certains
125 fumaient plus par ennui, par nervosité ...

126 H : vous avez l'impression d'avoir eu toutes les ressources et outils pour arrêter un jour ?
127 P : bah il manque rien ... après ça doit venir aussi de chacun hein ! c'est le bien être, le no
128 stress, arrêter c'est aussi selon la personne . Sur le groupe, moi ce qui m'a fait penser à
129 diminuer c'est à partir de la deuxième séance /3^{ème} séance quand tout le monde s'est vraiment
130 exprimé et je me suis dit pourquoi pas prendre exemple sur un tel ou un tel et prendre les
131 conseils sur soi ! si non c'est de soi même, la volonté elle doit venir de soi-même et pas de
132 quelqu'un d'autre ; si quelqu'un me dit aujourd'hui tu dois pas fumer bah si j'ai envie de
133 fumer j vais fumer et voilà » donc voilà et pour le moment j'ai pas la volonté ... arrêter on
134 verra ... ça m'étonnerait !
135 H : vous avez relevé le mini –défi
136 P : oui et j'avais réussi (fier), je fumais déjà moins au centre et après j'ai repris le sport et puis
137 je mettais quelques conseils en pratiques (j'en fumais plus qu'une avant de venir le matin par
138 exemple)
139 H : quand vous dites entre la 2^{ème} et 3^{ème} séance c'est lié au fait que les gens choisissent un
140 défi ?
141 P : non c'est juste que la première séance on regarde plus les pub que là on s'exprime juste ce
142 qu'on voit et là ça m'a fait trop tilt et après la 2^{ème} séance on apprend plus à se connaître et
143 savoir qui fume quoi et comment et à la 3^{ème} séance c'était plus sur le défi et comment il allait
144 faire et là c'est les conseils qui sont venus et là c'est la meilleur période pour moi
145 H ; vous avez soufflé dans l'appareil ?
146 P : non parce que j'ai eu un problème aux côtes et après j'ai pas pu venir donc j'ai pas eu cette
147 chance là
148 H : vous auriez aimé ?
149 P : boh je suis pas quelqu'un qui prend ces choses là en compte ... quand je vois il y en qui
150 vont fumer 4-5 cigarettes d'autres 10 et puis ils vont avoir un score tellement différent fin ça
151 dépend de plein de choses je pense ...
152 H : On vous propose d'intégrer les séances du SEPT pour améliorer les séances du SEPT
153 auxquelles vous avez participé ?
154 P : peut être couper le groupe en 2 ou 3 ... pour dire de partager autrement ... faire ds groupes
155 de 4 ou 5 par exemple ! parce que ça rapprocherait peut être plus les personnes (au bout de la
156 2^{ème} ou 3^{ème} séance) comme le défi a été lancé et prendre quelqu'un qui a réussi déjà bien dans
157 chaque groupe et un qui a plus de difficulté dans chaque groupe pour donner des conseils ;
158 pour répartir un peu plus pendant 1h par exemple et puis partager table par table le positif et le
159 négatif comme ça on va pouvoir partager à 4 ou 5 et on arrivera pas aux mêmes résultats que
160 chacun individuellement ... Parce que ici, on a parlé tout seul, chacun son tour et il y a pas eu
161 d'interactions et on a pas pu partager en petits groupe ... par exemple on pourrait en faire un
162 jeu ... comme par exemple répartir des gros fumeurs avec des petits fumeurs à la même table
163 pour se motiver mutuellement et partager ensemble alors que tout le monde ensemble c'est
164 pas possible ; on parlait aussi ici d'un défi individuel qu'on a fait, on aurait pu faire un défi de
165 groupe, on aurait pu par exemple faire un défi par table « nous 5, on fait tel défi et on essaye
166 de battre cette table de 5 là ... » ça aurait peut être mieux fonctionné pour certaines
167 personnes ?
168 H : tout à l'heure vous aviez aussi parlé d'un suivi, est ce que pour vous, 5 séances c'était
169 suffisant ?

170 P : tout ce qui devait être expliqué à été expliqué je pense, après si on avait fait des petits
171 groupes ... parce que ici par exemple on en parle déjà plus par exemple ... c'est chacun
172 individuellement qui a pris les conseils et qui les applique ou qui les applique pas par contre si
173 on avait fait des petits groupes, peut être que encore maintenant, ces petits groupes feraient
174 encore attention l'un à l'autre que maintenant on en rigole plus qu'autre chose quoi ! (par
175 exemple il y en a qui va dire ce matin j'ai pas fumé quelqu'un va répondre c'est bien et un
176 autre va dire façon ça change rien alors que si on avait été à plusieurs, ça pousse peut-être à se
177 motiver et dire que l'autre a raison : « notre groupe a réussi ... »

178 H : si je comprends bien il y aurait eu une continuité sans que les personnes du SEPT
179 reviennent en fait c'est ça ?

180 P : oui voilà ; que maintenant je crois pas qu'il y en a vraiment ... même nous ... on en parle
181 pas déjà plus .. on parle plus du tabac, on parle plus des séances qu'on a eu et quand on est en
182 pause il y a personne qui regarde qui fume quoi et combien donc voilà ...

183 H : vous aurez quand même souhaité qu'elles reviennent à des séances ?

184 P : oui ... par exemple on aurait pu lancer cette idée (rire) maintenant il est trop tard ... je
185 crois qu'il y en a qui aurait été contre et d'autres pour mais je trouve que ça aurait mis un peu
186 de piment et ça aurait été chouette ... faire le résultat à la fin comme compter des points
187 (compter des cigarettes...) ; on aurait pu faire un jeu avec un tirage dans une boîte (fumer 3
188 cigarette sur la journée, -1 cigarette sur la journée ...) en étant suivi par son groupe avec le
189 soutien de son groupe !

190 H : vous avez ressenti quand même du soutien ?

191 P : oui on est moins proche des autres sections mais avec les peintures et maçonneries on est
192 plus proche ; on aurait dû lancer ça ... l'individualité ... c'était fort individuel je trouve, on
193 parlait fort de son cas donc on prend les conseils mais par contre quand on est plusieurs on est
194 beaucoup plus aidé ; tabac stop par exemple il faut téléphoner pour pas être tout seul bah là
195 c'est le même si il y a quelqu'un dans un groupe qui arrive à motiver les autres, comme si il
196 était le tabacologue du groupe ça ça aurait été pas mal !

197 H : si c'était à refaire ?

198 P : avec plaisir mais avec mon idée ! (rire) et puis au fond on était peut être 2 groupes maçons
199 peintres et informatiques/cuisine et on ose peut être pas lancer une idée parce qu'on se connaît
200 pas tous ... après c'est pas à nous de prendre la décision c'est à ceux qui organisent ...

201 H : est ce que parfois vous avez eu peur de vous exprimer parce que vous connaissiez pas la
202 réaction des autres ?

203 P : c'est pas la peur mais le refus, d'une personne ça passe mais de 3 ou 4 personnes le projet
204 il va pas aboutir ou alors il faut que les organisateurs tranchent ou faire 2 groupes différents
205 alors ... ils font quand même avoir $\frac{3}{4}$ volontaires ... ou faire un suivi individuel pour 5
206 personnes et faire le projet pour 10 personnes

207 H : retenir une seule chose ?

208 P : convivialité et beaucoup de conseils

Entretien avec un participant absent au focus group (E9)

Durée : 32'17

Lieu : locaux de l'institution

- 1 H : La présence était obligatoire la première fois et après vous vous êtes inscrit de façon
2 volontaire c'est bien cela ?
- 3 S : Oui c'est ça.
- 4 H : Comment vous vous êtes senti concerné par le tabac et cette formation ?
- 5 S : Concerné, moi qui fume depuis une bonne petite dizaine d'années, il y a des conséquences
6 que je ne savais pas qu'on pouvait avoir. Genre qu'à chaque cigarette on pouvait avoir un risque
7 de maladie cardiaque 3fois plus élevé. Cela je ne le savais pas donc cela fait déjà plus peur. Sinon
8 j'ai bien apprécié, cela donne envie d'arrêter. Pour le moment c'est très compliqué. C'était bien
9 expliquer.
- 10 H : Qu'est-ce que vous êtes venu chercher à la formation ?
- 11 S : Ben quand je suis venu là c'était déjà pour qu'on nous entende et puis pourquoi pas arrêter de
12 fumer grâce aux paroles qui pouvaient nous faire peur.
- 13 H : Quand vous dites pour qu'on nous entende c'est dans quel sens ?
- 14 S : Comment on pourrais dire cela,.
- 15 H : Dans le sens vous avez l'impression qu'on écoute pas assez ce que vous avez à dire ?
- 16 S : Ce n'est pas ça mais... Oui on pourrait dire cela. Dans un sens c'est ça mais dans un autre
17 sens c'est pas très ça. C'est de nous entendre pour que vous trouviez peut-être quelque chose pour
18 nous aider à arrêter de fumer. Approximativement c'est à peu près cela.
- 19 H : Donc vous avez besoin d'en parler ?
- 20 S : Ouais, si par exemple une fois j'arrêtera de fumer faut que je trouve quelqu'un sinon cela ne
21 va pas aller. Et après je sais qu'il faut que ce soit moi, il faut avoir la bonne foi. Pas la bonne foi,
22 mais le courage et en parler cela fait beaucoup. Mais ça je crois qu'il y a un numéro gratuit
23 TABACSTOP et après peut-être arrêter de fumer mais quand.
- 24 H : Donc du coup pour quand vous êtes venu, vous cherchiez vraiment à en discuter avec
25 d'autres ?
- 26 S : Oui, c'est ça. Surtout qu'après je me suis dit peut-être que cela m'aidera à stopper mais ça faut
27 encore du courage. C'est difficile. J'ai arrêté deux mois pourtant mais j'ai recommencé à cause
28 de ma belle-sœur. Parce qu'en fait j'ai arrêté quand j'ai eu des pulsions cardiaques, parce que j'ai
29 eu peur que cela soit mon cœur et j'ai arrêté d'un coup. Je pense qu'il faut que j'aie peur pour que
30 j'arrête de fumer je crois.

31 H : Qu'est-ce qui vous a motivé à arrêter à participer à au moins 3 séances sur 5.

32 S : La motivation c'est l'écoute et puis savoir qu'il n'y a pas que moi qui suis dans ce cas. Et ça
33 du coup cela me motivé.

34 H : Du coup quand vous n'êtes pas venu pour les deux séances ce n'était pas du au programme
35 tabac, c'était involontaire ?

36 S : Oui, c'était involontaire, j'étais malade. Franchement, j'ai bien aimé, dommage qu'il n'y avait
37 pas plus de séances.

38 H : C'était intéressant ?

39 S : Oui, c'était intéressant, il y aurait plus de séances genre une petite dizaines, ça aurait été bien.

40 H : Qu'est-ce qui vous a manqué dans ces séances là pour vous dire, il faut encore des séances.

41 S : Moi, ce n'est pas vraiment ce qui m'a manqué. C'est parce que j'aime bien en parler. Du coup
42 c'est cela qui me manque en parler et le contact. Et comme j'ai bien le contact pour en parler,
43 cela pourrait m'aider plus tard pour arrêter et pourquoi pas envisager que je parle à quelqu'un
44 pour ensuite arrêter de fumer même si je suis encore fumeur. Je crois que c'est possible cela.

45 H : Y-a-t-il des moments où vous vous êtes dit j'ai pas envie d'aller à la séance prochaine ?

46 S : Non pas du tout. J'ai jamais eu cette idée là. J'étais bien content quand vous étiez là, tabacstop
47 était là. Je sais que c'est un moment de deux heures où on peut parler de n'importe quoi, enfin de
48 la cigarette, et qu'on t'écouterait sans te juger. Ca c'était cool.

49 H : Qu'est-ce que cela vous a apporté au final avec ces séances là ?

50 S : Une certaine motivation pour arrêter de fumer et... c'est à peu près tout. C'est plus une
51 motivation pour arrêter de fumer mais bon je suis toujours en train de fumer et en ce moment, je
52 suis fort stressé donc il faut que je fume. Je sais qu'il y a d'autre chose, un antistress mais je sais
53 pas quoi mais je sais que la cigarette cela fait beaucoup. C'est un antistress je crois ? Enfin pour
54 les fumeurs en tout cas.

55 H : Donc cela vous apporté plus de motivation. Cela vous a apporté aussi du soutien ?

56 S : Du soutien, motivation et je me suis fait bien comprendre et j'ai bien été compris donc
57 franchement c'est cool.

58 H : Qu'est ce que vous avez appris ?

59 S : Des maladies que je ne savais pas qu'on pouvait avoir. Et à part cela, je savais avec l'appareil
60 avec lequel on voit le taux de cigarette.

61 H : Le taux de monoxyde de carbone.

62 S : Ouais, et plus la fumée elle est épaisse plus tu,... même si c'était pas vraiment un cigare,
63 c'était considéré comme je sais plus combien de cigarettes tellement,... J'ai appris tous des trucs
64 comme cela que je savais pas.

65 H : Quelles ont-été vos expériences les plus positives dans les séances ?

66 S : Cela reviendrait toujours au même mais bon. On a été fort écouter par le personnel de
67 tabacstop. Et être regroupé comme cela, à l'écoute de tout le monde.

68 H : Et la première séance c'étaient les publicités, puis pourquoi je fume pourquoi j'arrête et après
69 il y avait encore une séance où vous deviez faire un mini défi, vous n'étiez pas là ? Là fois où
70 vous deviez donner un petit défi à faire vous n'étiez pas là ?

71 S : Si certainement, mais je me rappelle plus vraiment.

72 H : Dans ces trois séances là en particulier, est-ce qu'il y a un moment qui a été le plus positif
73 pour vous ?

74 S : C'est plus avec le tableau, voir le mal, ce qui entraînait pourquoi j'arrêtais et pourquoi je
75 continue. Les pins cela ne m'a pas trop plu mais bon...

76 H : Et dans les expériences plus négatives ou s'il y a des choses que vous avez moins aimées ?

77 S : Moi, personnellement, je ne vois pas vraiment ce qui est négatif dans ce qui est négatif. Je
78 crois que je peux chercher pendant des heures je ne trouverais pas. Parce que j'ai bien aimé
79 franchement, c'est pour cela que j'ai dit que c'était dommage qu'il n'y en ait pas plus des séances
80 parce qu'on est à l'écoute et devant un groupe cela fait toujours du bien d'en parler.

81 H : Et comment vous avez vécu ces séances en groupe ? Bien ?

82 S : Ouais, franchement très bien. Je trouve que comme quoi on peut dire que... la cigarette c'est
83 considéré comme une maladie et non ce n'est pas encore considéré mais on pourrait le considérer
84 comme une maladie, c'est vrai parce que c'est une drogue. En groupe j'ai bien aimé.

85 H : Pour vous qu'elles sont les avantages du groupe ?

86 S : Etre réuni, être là pour l'un et l'autre. Etre plus fort quand on est en groupe que tout seul.

87 H : Vous préférez les séances en groupe que l'individuel ?

88 S : Oui ça c'est sûr. Maintenant quand c'est pour en parler ça c'est autre chose. Pour moi, c'est
89 encore autre chose. Sinon pour le groupe c'est plus pour tout le monde, ça aide beaucoup.

90 H : Donc les séances que vous auriez aimé avoir, vous auriez aimé les avoir en groupe ou plus
91 individuellement ?

92 S : En groupe. Ouais, c'est la meilleure chose à faire je crois pour sensibiliser les plus de
93 personnes. Je crois qu'il y en avait beaucoup, il y avait assez de personnes qui étaient venues
94 donc je crois que c'est intéressant.

95 H : Quels sont pour vous les inconvénients d'un groupe ?

96 S : Les inconvénients ? Peut-être un peu peur qu'on nous n'entende pas assez. Mais sinon à part
97 cela je ne vois pas d'inconvénients.

98 H : Dans quel sens, on ne vous entend pas assez ?

99 S : Il y a d'autres personnes qui parlent et nous on n'arrive pas à dire ce qu'on veut, à s'imposer.

100 H : Et cela vous l'avez ressenti ?

101 S : Non je l'ai pas ressenti du tout. Chacun a été pris pour parler on a fait tout le tour de la table.

102 Franchement c'était cool.

103 H : Qu'est-ce que vous pensez que les équipes du SEPT donc du service tabac soient venues ici

104 vers vous ?

105 S : J'ai été bien content même surpris parce que se déplacer pour nous aider c'est une chose assez

106 bien que cela soit pour eux ou pour nous enfin surtout pour nous. Eux, je crois qu'ils s'enfoutent

107 un petit peu, fin non ils s'enfoutent pas mais euh... Franchement cela m'a vraiment plus, c'est

108 des chouettes personnes bien gentilles et on voit qu'ils sont bien dans leur boulot et

109 professionnels.

110 H : Donc le fait qu'ils soient venus vous trouvez que c'est une bonne chose.

111 S : Oui.

112 H : Est-ce que vous, de vous-même vous auriez fait la démarche d'aller vers un tabacologue ?

113 S : Franchement, si vous n'étiez pas venus non pas de tout. Je n'avais vraiment pas pensé à

114 arrêter. Là je pense plus à arrêter mais comment je ne sais pas. Les patches je suis pas trop pour

115 parce que je sais que c'est encore de la nicotine qu'on envoie dans le sang. C'est des conneries je

116 trouve. Donc comment arrêter de fumer sans patches je sais pas. Je ne sais pas s'il y a un truc qui

117 existe.

118 H : Le service qui est venu, est-ce qu'il vous a apporté tous les outils pour que vous puissiez un

119 jour arrêter ?

120 S : Oui, tout à fait. C'est grâce à eux que j'ai eu l'idée d'arrêter de fumer. C'est pas qu'ils m'ont

121 poussé mais rien qu'à les entendre parler il y a une prise de conscience.

122 H : Mais est-ce que vous avez l'impression d'avoir eu des trucs pour éviter d'aller vers une

123 cigarette.

124 S : A par la réglisse. Mais malheureusement, j'ai pas su le manger. Mais ça ça pourrait m'aider

125 d'avoir quelque chose en bouche mais j'ai peur de trop grossir après. C'est dans le point négatif

126 vous allez me dire.

127 H : Est-ce que vous auriez aimé avoir plus de trucs pour vous dire à un moment je sais quand je

128 serais vraiment prêt arrêter vers quoi me tourner pour que cela fonctionne.

129 S : Ben je sais déjà que la bouffe, à manger et en parler. C'est ce qu'il m'a fallu pour arrêter la

130 première fois. Obliger d'avoir quelque chose en bouche et de parler.

131 H : Et cela vous le saviez déjà avant de venir à la formation ?

132 S : Oui, ça je le sais depuis mes 18ans.

133 H : Et donc qu'est-ce que la formation a apporté de plus.

134 S : Je fume beaucoup moins parce que je suis pas tout seul. Par contre le week-end, ça c'est autre
135 chose. Allez, j'en fume 7,8,9,10 cigarettes en moins.

136 H : Mais cela n'est pas dû à votre participation aux séances sur le tabac ?

137 S : Non pas vraiment. Mais cela donne la motivation. Il faut que j'ai un déclic qui va arriver
138 quand ça je sais pas mais j'aimerais. J'avais arrêté 3 jours à cause de mon opération mais après le
139 manque était trop intense. J'avais rien à me mettre sous la dent surtout que c'étaient mes dents
140 donc je ne savais rien manger. Du coup j'ai recommencé. Je sais que les manques c'est dur à
141 gérer. Et ça il faut en parler.

142 H : Donc comment à évoluer votre motivation à arrêter de fumer de la première séance à la
143 dernière.

144 S : La première je m'en foutais un peu. Et après la dernière ça a bien remonté. Si je pouvais dire
145 en pourcent. JE dirais 10% à la première et finir à 70% à la dernière. Donc ça bien évolué en
146 flèche. Grâce aux personnes là-bas. C'était des personnes professionnelles du coup ça ma bien
147 aidé. C'est grâce à ça. Bon je suis pas à 100% mais 70% c'est déjà ça.

148 H : Vous m'avez parlé de vos motivations à participer. En gros c'était en parler et vous sentir
149 écouter.

150 Quels ont été alors les freins à participer. Donc à la première séance vous dites c'est 10%. Si à la
151 première séance on vous avez dit c'est volontaire. Est-ce que vous seriez venu.

152 S : Je pense pas parce que je m'enfoutais complètement à la première séance. Je savais que je
153 suivais mais je me disais que si c'était pour parler de choses que je savais déjà. Je me suis dit que
154 cela allait pas m'intéresser ni rien et puis à force de venir. De toute façon à la première séance je
155 me suis dit que je viendrais à la dernière. Et c'est comme cela que ça ma motivé. J'aurais pu
156 arrêter totalement à la dernière séance, c'est dommage.

157 H : Qu'est-ce que vous pensez que la première séance soit imposée.

158 S : C'est pour notre bien donc elles doivent avoir raison mais on devrait avoir le choix. Surtout
159 qu'on avait la formatrice qui avait un peu poussée aussi. C'est bien sans être bien. C'est mitigé.
160 Je sais que c'est pour notre santé mais à la fin donc on devrait pas être obligé. Je suis mitigé.

161 H : D'un côté c'est parce qu'on vous laisse pas la liberté d'y aller d'un autre côté si ce n'était pas
162 obligatoire vous ne seriez pas venu.

163 S : Oui c'est ça. Je suis mitigé.

164 H : Et si cela n'avait pas été obligatoire qu'est-ce qui vous aurez accroché ?

165 S : Moi c'est la parole et être en groupe. C'est ce qui m'a motivé plus qu'autre chose et le fait
166 qu'on été un groupe bien réuni et la parole. La parole ça fait beaucoup. Maintenant, si j'avais été
167 tout seul je serais pas venu.

168 H : Si on vous avait dit c'est individuel vous n'auriez pas été.

169 S : Non. Je sais que c'est chiant. Je préfère être en groupe entendre parler des problèmes des
170 autres et me retrouver dans les paroles. Ca fait beaucoup et ça maide.

171 H : Est-ce que vous en parler après ou c'est juste résev   à la séance.

172 S : Non c'est juste y pensé dans ma tête à ce qui c'est passé dans la séance. Je garde ça pour moi.
173 Même les autres je pense qu'ils s'enfoutent. Après ils vont dire c'est trop de cigarettes, ils vont
174 penser à la cigarette et ils vont vouloir fumer. Donc je garde ça pour moi et j'y pense souvent
175 d'ailleurs.

176 H : Donc par rapport au frein qui était possible pour participer aux séances tabac à part le fait que
177 cela soit obligatoire ou non, y'en à d'autres ?

178 S : Faut que je réfléchisse mais j'ai pas d'idée.

179 H : Votre expérience par rapport à ces séances là, ce que vous avez vécu cela a évoluer comment.

180 S : Cela évoluait positivement, on a déjà gagné 60% en 4 séances. 4 sur 6. C'est pour cela que je
181 me dis que s'il y avait plus de séances, cela aurait peut-être.

182 H : Qu'est-ce que vous aimeriez retrouver dans ces séances, vous avez pas peur que cela soit
183 toujours...

184 S : Non, parce qu'il y a toujours quelque chose à dire sur le tabac Et pour moi, je pense pas être le
185 seul à le dire mais la parole ça fait beaucoup et l'écoute aussi. Du coup cela nous rapporte
186 beaucoup. On se sait écouter.

187 H : Donc les autres séances juste pour en parler comme c'était avant.

188 S : Je pense que beaucoup de personne pense comme moi et aimerait en parler et que cela
189 pourrait aider. Cela pourrait aider plus de personnes.

190 H : Parce que maintenant, comme il n'y a plus de suivi vous avez l'impression que...

191 S : Ouais, c'est ça. Je pense aussi aux autres qui sont peut être à 70% comme moi et cela
192 dégringole tout doucement qu'ils ne pensent plus à   a, à la séance et à ce qu'on a dit dans le
193 groupe.

194 H : Vous disiez que vous les trouviez très professionnel, qu'ils ne vous avaient pas jugé qu'est-ce
195 que vous avez pensé d'autres des animateurs ?

196 S : Ils se sentaient totalement concerné par notre dépendance à la cigarette. Ils voulaient vraiment
197 qu'on arrête de fumer mais c'est très dur.

198 H : Vous avez ressenti qu'ils voulaient que vous arrêtiez de fumer ?

199 S : Ouais, je le sentais vraiment pour tout le groupe et ça a vraiment aider certaines personnes
200 parce qu'il y en a quand même qui ont diminué.

201 H : Vous vous avez diminué par rapport... ?

202 S : Non pas du tout. Je suis toujours pareil. Plus en weekend et moins en semaine. 1à à 15
203 cigarettes par semaine et 15 à 20 cigarettes par weekend. Voir plus cela dépend.

204 H : Et si on vous disait vous pouvez retravailler les séances avec les professionnels, qu'est ce que
205 vous amélioreriez, quelles sont les améliorations que vous apporteriez ?

206 S : S'il y avait l'appareil pour calculer le nombre de cigarettes. Je crois que la semaine je
207 fumerais beaucoup moins parce qu'on moins cela me donnerait la motivation d'arrêter et avec
208 l'appareil ils verront que j'ai une nette progression pour arrêter de fumer. Je crois que cela
209 m'aiderait.

210 H : Vous auriez voulu avoir l'appareil c'est ça que vous dites ?

211 S : Ouais comme cela cela m'aurait aidé à diminuer chaque semaine. Et à chaque séance, par
212 exemple j'aurais été à 25 cigarettes sur 24h et après 20 puis 15 puis 10. J'aurais vraiment essayé
213 de m'améliorer à chaque séance. J'aurais peut-être pu m'arrêter.

214 H : Là vous avez eu l'appareil qu'une fois ?

215 S : Oui, une fois. J'étais à 23 cigarettes.

216 H : Donc là l'avoir à chaque séance cela vous aurez peut-être motivé à diminuer à voir le score
217 diminué.

218 S : Oui cela m'aurait motivé et peut être à la fin on aurait peut être été à 0. Et avec plus de
219 séances peut être encore plus.

220 H : Est-ce qu'il y a d'autres améliorations ?

221 S : Non j'ai pas d'autres idées en tête.

222 H : Plus pour conclure, si vous deviez retenir une chose ce serait quoi ?

223 S : La positivité. Pour arrêter,....

224 H : Cela était que positive pour vous.

225 S : Oui pas de négative à par la première séance parce que j'avais pas envie de venir.

226 H : Mais c'est intéressant que vous disiez que la première séance cela ne vous intéressé pas du
227 tout et que pour finir. Mais qu'est-ce qui a fait que vous vous êtes dit oui je reviens à la 2^{ème}.

228 S : Je suis étonné de moi-même mais je me suis dit que s'ils sont là c'est pas pour rien du coup je
229 vais quand même venir une 2^{ème} fois et si cela me plait vraiment pas je viens plus. Comme quoi
230 j'ai bien fait de faire cela car ils ont été bien pour tout le monde.

231 H : Donc si c'était à refaire ?

232 S : Je referais mais avec plus de séances.