

Activité 4

Pérenniser une école sans tabac et sans nicotine

 **UCLouvain**

Institut de recherche santé et société

**fondation
contre
le cancer** 

ADHAirE



Equipe de recherche :

Vincent Lorant - vincent.lorant@uclouvain.be

Pierre Laloux - pierre.laloux@uclouvain.be

Audrey Delaire - audrey.delaire@uclouvain.be

Flavie Jaumain

Contact pour informations :

Pierre Laloux

GSM : 0494/31.86.44

E-mail : pierre.laloux@uclouvain.be

I. Fiche récapitulative de la quatrième séance

Objectif de la session

Activité 4 : pérenniser une école sans fumée et sans nicotine

II. Pourquoi ?

Depuis l'année dernière, nous avons réalisé avec vous plusieurs activités afin de limiter la consommation de produits issus du tabac dans votre école

1. Déconstruire des fausses croyances pour construire une argumentation commune en faveur d'une école sans tabac.
2. Elaborer une politique interne sans tabac, en tenant compte du cadre légal existant, afin de définir des règles claires, partagées et adaptées au contexte de l'établissement.
3. Identifier les endroits à risque pour garantir une application cohérente et ciblée des règles.
4. Une formation de sensibilisation aux nouveaux différents produits du tabac et de la nicotine a été organisée avec le FARES afin de renforcer les connaissances et la capacité d'action de la communauté scolaire.

Cependant, le changement s'inscrit dans le temps. C'est pourquoi cette dernière activité vous aide à élaborer un plan à plus long terme, afin de maintenir vos efforts et d'ancrer durablement les changements engagés.

III. Contenu de l'activité 4

ACTIVITE 4 : DES OBJECTIFS POUR LE FUTUR

Activité 4.A : planifier des objectifs

Élaborer un plan à plus long terme donne de la continuité aux actions.

Cela repose sur :

- 1) Des **priorités claires**
- 2) Des **responsabilités**
- 3) Des **moments d'évaluation**

Cela favorise la cohérence entre les règles et leur application concrète au quotidien. Ce plan consolidera les avancées réalisées et ancre une norme d'école réellement sans tabac et sans nicotine.

Pour formuler des objectifs clairs, la **méthode SMART** invite à définir des **objectifs Spécifiques, Mesurables, Atteignables, Réalistes et Temporellement définis**. Ils permettent d'éviter les intentions trop vagues, par exemple : « améliorer la prévention » et de les transformer en engagements concrets.

Un objectif **spécifique** doit être clair et précisément défini. Il répond aux questions : qui ? par qui ? quoi ? où ? quand ? et comment ?

- **Qui ?** Il s'agit des personnes concernées : les élèves, les membres du personnel, mais aussi les personnes externes comme les parents ou les visiteurs. Il peut y avoir des sous-groupes plus spécifiques. Par exemple, les élèves de première année ne sont pas exposés aux mêmes influences ni aux mêmes contextes de consommation que ceux de sixième, chez qui les expérimentations et les usages réguliers sont généralement plus fréquents.

Les objectifs d'intervention doivent donc être adaptés aussi en fonction de l'âge et du statut tabagique :

- ✓ Pour les élèves fumeurs : objectif orienté vers la réduction ou l'arrêt de la consommation. Au sein de ce sous-groupe, on peut distinguer différents degrés d'usage (consommation occasionnelle, régulière ou intensive), qui nécessitent des stratégies différentes.
- ✓ Pour les élèves non-fumeurs : miser sur la prévention, renforcer la protection, prévenir l'initiation et soutenir les compétences psychosociales permettant de résister aux pressions sociales.

La même distinction peut être faite avec les membres du personnel, en différenciant les fumeurs et non-fumeurs.

- **Par qui ?** Qui sont les personnes responsables de la mise en œuvre ?
- **Quoi ?** Cela peut concerner les produits visés (cigarettes classiques, cigarettes électroniques/puffs, pouches, snus), les différents règlements, etc.

- **Où ?** Les lieux tel que la cour de récréation, les abords immédiats de l'école (rayon de 10 mètres autour de celle-ci), ou d'autres espaces appartenant à l'école.
- **Quand ?** Cela peut viser des moments particuliers : événements internes (fancy fair, journée portes ouvertes, les réunions, etc.) ou externes (sorties scolaires, voyages).
- **Comment ?** Déterminer le mode d'action plus spécifique (surveillance, rappels, accompagnement d'un élève nicotino-dépendant, actions préventives, etc.)

Un objectif **mesurable** doit pouvoir être évalué à l'aide d'indicateurs concrets et pratiques. Par exemple, en observant une diminution du nombre de mégots retrouvés devant l'école ou dans la cour (des photos prises à différents moments de l'année peuvent servir de point de comparaison). Le suivi du nombre de sanctions dans les journaux de classe peut aussi constituer un indicateur pertinent.

Un objectif **atteignable** doit être réaliste au regard des ressources disponibles (temps, personnel, moyens matériels) et accepté par les personnes concernées. Un objectif trop ambitieux risque de décourager les équipes, visez un défi raisonnable.

Un objectif **réaliste** doit être cohérent avec les priorités de l'établissement et répondre à un besoin clairement identifié. Il doit avoir un impact concret, par exemple en ciblant un lieu ou une situation particulièrement problématique.

Enfin, un objectif doit être **temporellement défini** : il doit comporter une échéance claire, comme « d'ici la fin de l'année scolaire ». Cette limite dans le temps permet de structurer l'action et d'en évaluer les résultats à un moment précis.

Bref retour sur les activités précédentes

Si certaines activités proposées précédemment n'ont pas pu être mises en œuvre pleinement, cela peut être une opportunité de les intégrer dans votre plan d'actions à long terme en les formulant sous forme d'objectifs SMART.

Activité :

- Réflexion avec le groupe sur quelques objectifs qui pourraient être mis en place pour entamer une ébauche du plan qui sera élaboré par le groupe par la suite. Proposer un rapporteur interne pour la prise de note.
- Matériel : un tableau pour noter les idées du groupe et que ce soit visible de tous
- Durée : 30-40 min.

Tableau 1 : check-list pour l'élaboration d'objectifs SMART

Ce tableau a pour objectif de vous aider à formuler des objectifs SMART ; il ne se veut pas exhaustif et doit être adapté à votre situation. Vous trouverez également, à la suite, des exemples de formulations pouvant servir d'exemple ou d'inspiration.

SPÉCIFIQUE
Pour QUI est défini l'objectif ? ☐ Elèves (classe d'âge, statut tabagique, etc.) ☐ Membres du personnel (statut tabagique) ☐ Personnes externes QUI a la charge de l'objectif ? ☐ Membres du personnel ☐ Direction ☐ Educateur ☐ Personnes externes (parents, PMS, etc.) Pour quels endroits ? ☐ A l'intérieur de l'établissement ☐ Dans l'enceinte de l'établissement mais à l'extérieur (ex: cour de récréation) ☐ Devant et autour de l'établissement mais à l'extérieur (moins de 10m) A quelles occasions ? ☐ Événement interne (fancy fair, journée porte ouverte, etc.) ☐ Événement externe (sortie d'une journée, voyage scolaire) Comment ? ☐ Surveillance ☐ Communication (cf. activité 2) ☐ Sanctions précises (cf. activité 2) ☐ Intervention d'un professionnel de santé ☐ Accompagnement des élèves nicotino-dépendants ☐ Aide par les pairs et groupe de discussion ☐ Actions préventives et de sensibilisation : journée défi/ challenge sans tabac, etc. ☐ Prise de contact avec des organismes spécialisés : FARES, génération sans tabac, SEPT, Infor-Drogues, Tabac Stop, etc.
MESURABLE
Indicateurs ☐ Nombre de mégots de cigarettes qui diminue ☐ Nombre de sanctions données ☐ ...
ATTEIGNABLE
☐ Réalisable avec les ressources actuelles de l'école (temps, équipe, moyens)
RÉALISTE
☐ Besoin prioritaire de l'école ? Aura-t-il un impact réel ?
TEMPORELLEMENT DÉFINI
☐ Échéance claire fixée



Exemples d'objectifs SMART

	Exemples
Elèves fumeurs	Diminuer le nombre d'élèves qui fument des cigarettes classiques dans l'enceinte de l'établissement d'ici la fin du prochain trimestre, grâce aux rondes quotidiennes des éducateurs, et en mesurant l'évolution via un comptage hebdomadaire des mégots jetés au sol.
Educateurs	Former tous les éducateurs à la gestion des situations problématiques liées au tabagisme avant la fin du premier semestre, via une séance organisée par la direction et animée par le FARES, en vérifiant la participation via une liste de présence signée.
Parents d'élèves	Informar tous les parents d'élèves sur les règles en vigueur dans et autour de l'école concernant le tabagisme à chaque début d'année scolaire via un mail envoyé par la direction.
Lieux	Réduire les groupes et rassemblements d'élèves fumeurs devant et autour de l'établissement pour janvier 2027, grâce à une présence renforcée des éducateurs aux heures d'entrée et de sortie, et en mesurant l'évolution via le nombre de sanctions enregistrées.
Evénements	S'assurer que toutes les sorties scolaires durant toute l'année se déroulent sans aucune consommation de tabac pour toutes les personnes participant à ces activités, via un briefing des accompagnateurs au début de l'activité et en observant le nombre de sanctions rapportées.
Produits	Réduire à 0 l'usage de vapes dans l'enceinte et autour de l'école pour le prochain trimestre, en mesurant le nombre de vapes visibles lors des récréations grâce aux observations quotidiennes des éducateurs et en proposant un accompagnement par un tabacologue aux élèves nicotino-dépendants.
Actions de prévention	Organiser, à chaque début d'année scolaire, une après-midi de sensibilisation aux règles sans-tabac pour tous les élèves et membres du personnel, en collaboration avec le FARES et en évaluant la participation via une liste de présence.

Activité 4.B : comment réévaluer les objectifs ?

Après la mise en place des objectifs et des actions, un suivi régulier est indispensable afin d'en vérifier la pertinence, de mesurer les progrès réalisés et d'ajuster, si nécessaire, les stratégies ou les échéances. Cette démarche permet d'identifier les obstacles et de maintenir la cohérence des initiatives, dans une perspective d'amélioration continue vers une école sans tabac ni nicotine.

La mise en place d'un suivi des objectifs SMART, à travers un groupe référent au sein de l'établissement, constitue un levier important. Chaque membre du groupe peut se voir confier un rôle précis. Afin de garantir l'objectivité, il est recommandé de distinguer les fonctions : la direction élargie pourrait, par exemple, définir les objectifs, certains membres du personnel en assurer le suivi, et d'autres, différents, prendre en charge l'évaluation et le rapport des résultats. La désignation d'un porteur de projet chargé de coordonner l'ensemble, par exemple un professeur de citoyenneté, peut également faciliter la mise en œuvre. Des exemples de répartition des rôles sont proposés dans le tableau ci-dessous à titre indicatif et sont adaptables à votre situation (cf. tableau 2).

En mobilisant les ressources internes et en collaborant avec des partenaires externes tels que l'association de parents, les services PMS ou PSE, l'école renforce sa capacité à inscrire durablement les changements engagés dans le temps.

Tableau 2 : Exemple de répartition des rôles (1/2)

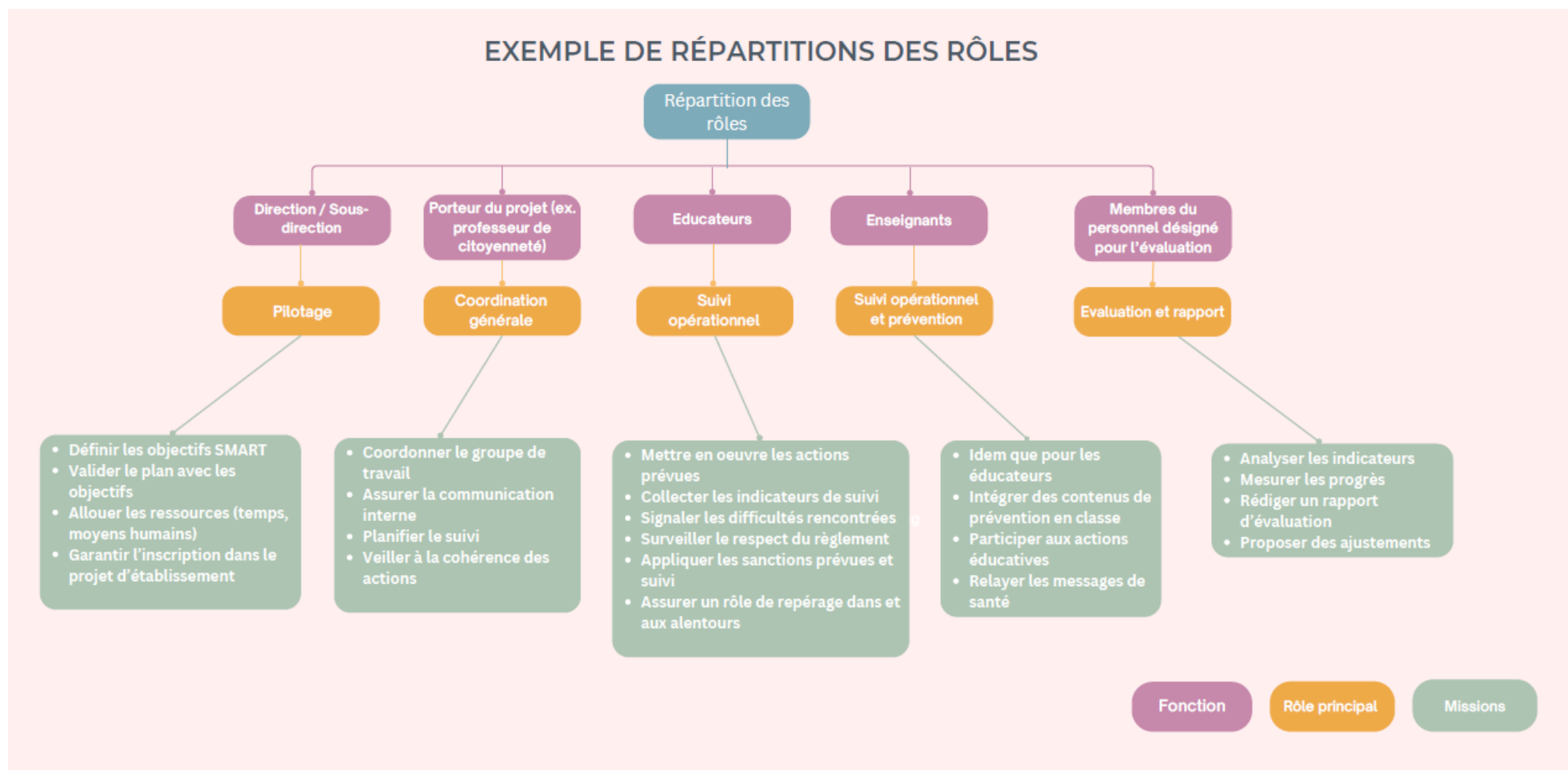
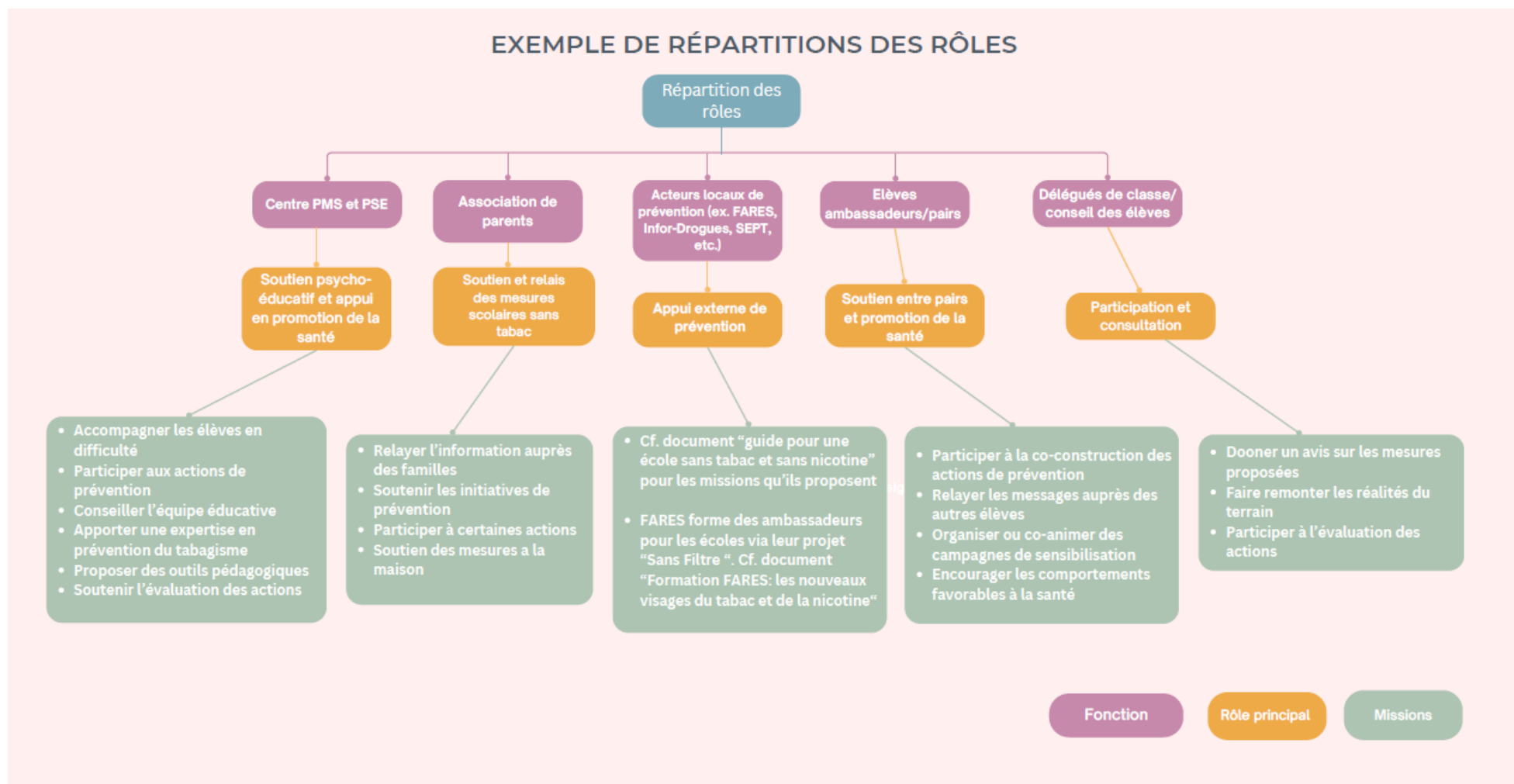


Tableau 2 : Exemple de répartition des rôles (2/2)



IV. Une dernière tâche pour la route...

Élaborer un plan est une étape importante, mais comme l'ont montré les autres activités, il est essentiel que celui-ci soit connu et partagé par l'ensemble des acteurs pour maximiser son impact. Nous vous encourageons donc à :

- ✓ Etablir un plan avec des objectifs à long terme
- ✓ Communiquer celui-ci :
 - Lors d'une assemblée générale de l'école
 - Aux parents d'élèves
 - Aux différents acteurs qui participent au projet
 - Lors de notre visite pour la présentation du feedback suite à la collecte des données
- ✓ Présenter votre plan avec les autres écoles du projet lors de la journée RESPIRE organisée par l'Observatoire de Santé du Hainaut le 8 décembre 2026 à laquelle nous vous invitons à participer

A vous de jouer !

Déterminez vos objectifs sur le long terme avec la méthode SMART

Répartissez les rôles pour la réalisation de vos objectifs





UCLouvain

Institut de recherche santé et société

fondation
contre
le cancer



UCLouvain - Institut de Recherche Santé et Société (IRSS)
Clos Chapelle-aux-Champs 30/B1.30.15
1200 Woluwe-Saint-Lambert