

# L'USAGE DE LA CIGARETTE

FASCICULE

1



BRANCHÉS  
SUR LA RÉUSSITE  
DES JEUNES

## UNE PUBLICATION DE LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE (DSP)

Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie

---

### SOUS LA DIRECTION DE

**Suzanne Auger**, coordonnatrice, Programme enfance-jeunesse, Secteur promotion-prévention, DSP

**Aimé Lebeau**, coordonnateur, équipe Surveillance de l'état de santé de la population, DSP

---

### RÉDACTION

**Julie Boulais**, agente de planification, programmation et recherche, équipe Surveillance de l'état de santé de la population, DSP

**Andrée Brunet**, agente de planification, programmation et recherche, équipe Jeunesse, DSP

---

### SOUTIEN À LA RÉDACTION

**Catherine Risi**, médecin conseil, DSP

---

### TRAITEMENT DES DONNÉES

**Marc Lavoie**, technicien de recherche psychosociale, équipe Surveillance de l'état de santé de la population, DSP

---

### RÉVISION LINGUISTIQUE

**Martine Simard**, agente administrative, équipe Surveillance de l'état de santé de la population, DSP

---

### CONCEPTION GRAPHIQUE-INFOGRAPHE

**René Larivière**

---

### PRODUCTION ET DIFFUSION

**Marie-Josée Guilbault**, conseillère-cadre à l'information de santé publique, DSP

**Katerine Smuga**, agente de planification, programmation et recherche, équipe Jeunesse, DSP

---

### REMERCIEMENTS

Nous souhaitons exprimer toute notre reconnaissance aux personnes suivantes qui ont accepté de lire et de commenter le fascicule :

**Mireille Archambault**, Direction régionale du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

**Patrice Baril**, Commission scolaire Marie-Victorin

**Aimé Lebeau**, Direction de santé publique

**Sophie Leduc**, CSSS de Vaudreuil-Soulanges

**Isabelle Michaud**, Direction de santé publique

**Danièle Moore**, Direction de santé publique

**Isabelle Primeau**, CSSS du Suroît

**Mario Richard**, Direction de santé publique

**Karina St-Germain**, Commission scolaire de St-Hyacinthe

**Linda Simard**, CSSS Haut-Richelieu-Rouville

---

### CITATION SUGGÉRÉE

Direction de santé publique de la Montérégie (2013). Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie. *L'usage de la cigarette*.

Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie. Longueuil, 16 pages

---

REPRODUCTION AUTORISÉE À DES FINS NON COMMERCIALES AVEC MENTION DE LA SOURCE.

CE DOCUMENT A ÉTÉ ÉDITÉ EN QUANTITÉ LIMITÉE ET EST DISPONIBLE EN VERSION ÉLECTRONIQUE À L'ADRESSE [WWW.BIENBRANCHÉS.COM](http://WWW.BIENBRANCHÉS.COM)

SECTION PORTRAIT DES JEUNES DU SECONDAIRE DE LA MONTÉRÉGIE

---

Dans ce document, le générique masculin est utilisé sans intention discriminatoire et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, année 2013

ISBN (version imprimée) : 978-2-89342-564-1

ISBN (version pdf) : 978-2-89342-565-8



## FAITS SAILLANTS

- 8 % des élèves des écoles secondaires de la Montérégie fument la cigarette tous les jours ou à l'occasion, et les filles sont aussi nombreuses, en proportion, à fumer que les garçons.
- Les garçons de la Montérégie sont proportionnellement plus nombreux à fumer et à s'initier tôt à la cigarette que ceux du Québec.
- 22 % des élèves inscrits au parcours de formation axée sur l'emploi sont des fumeurs, contre 8 % en formation générale.
- Près d'un élève sur dix déclare avoir fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans.
- Plusieurs caractéristiques sociodémographiques, économiques et scolaires sont associées à l'usage du tabac.
- Les mesures et interventions à privilégier pour prévenir l'usage du tabac chez les jeunes sont :
  - encourager les parents à établir des règles concernant la consommation de tabac tout en étant un modèle parental cohérent face à ces règles;
  - favoriser le développement des compétences personnelles des jeunes qui leur permettront de ne pas s'initier au tabac;
  - éviter d'intervenir directement sur l'usage du tabac *au primaire*, mais plutôt limiter les interventions aux questions posées par les élèves;
  - viser la période critique d'initiation et favoriser des activités d'action sociale et de plaidoyer *au secondaire* (ex. : informer sur les pratiques des compagnies de tabac, former les jeunes aux techniques de plaidoyer et les impliquer dans les débats publics);
  - appliquer la Loi sur le tabac par la mise en œuvre de mesures pour restreindre le tabagisme dans les lieux fréquentés par les jeunes.



## QU'EST-CE QUE L'ENQUÊTE QUÉBÉCOISE SUR LA SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE?

L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), réalisée par l'Institut de la statistique du Québec, est une enquête de grande envergure. Elle vise à recueillir de l'information sur l'état de santé physique, mentale et psychosociale ainsi que des habitudes de vie des jeunes du secondaire. La Montérégie ayant augmenté son échantillon de base, il est possible de dresser un portrait de nos jeunes au niveau local. Ainsi, pour la première fois, des données sont disponibles par RLS. L'enquête sera répétée tous les cinq ans, permettant ainsi de contribuer au suivi continu de l'état de santé des jeunes du Québec et de notre région.

La population visée est composée des élèves de la 1<sup>re</sup> à la 5<sup>e</sup> secondaire inscrits au secteur des jeunes, dans les écoles publiques et privées, francophones et anglophones du Québec. Cette enquête a permis de colliger de l'information auprès d'environ 63 000 jeunes québécois. En Montérégie, près de 5 700 élèves répartis dans 225 classes de 76 écoles ont participé à l'enquête.

### L'EQSJS INNOVE!

Les répondants ont complété un questionnaire sur miniportable. Ce mode de collecte, entièrement informatisé, convivial et attrayant pour les jeunes, a pour avantage de générer une meilleure qualité des données. L'EQSJS est également la première enquête à inclure les élèves du parcours de formation axée sur l'emploi dans son échantillon, ce qui permet d'obtenir un portrait complet et plus juste des jeunes qui fréquentent les écoles secondaires.

**Branchés sur la réussite des jeunes !** Voilà les mots qui ont motivé la Direction de santé publique de la Montérégie à produire la collection *Portrait des jeunes du secondaire*.

Ce premier fascicule de la collection présente des données sur l'usage de la cigarette par les jeunes fréquentant les écoles secondaires de la Montérégie ainsi que des recommandations pour agir efficacement sur cette problématique de santé.

Ces données sont issues de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), réalisée dans les écoles québécoises au cours de l'année 2010-2011.

**Les autres fascicules traiteront des thématiques suivantes :**

- La consommation d'alcool et de drogues
- L'activité physique de loisir et de transport
- Les habitudes alimentaires
- Les comportements sexuels chez les jeunes de 14 ans et plus
- La santé mentale
- L'estime de soi et les compétences sociales
- L'environnement scolaire, familial et les amis
- La violence et les problèmes de comportement
- Le risque de décrochage scolaire

En complément à cette collection de fascicules, des portraits distincts pour chaque territoire de réseau local de services (RLS)<sup>1</sup>, regroupant l'ensemble des thématiques, sont disponibles.

L'ensemble de la collection et la documentation en lien avec les recommandations pour agir efficacement sont déposés sur le site [www.bienbranchés.com](http://www.bienbranchés.com)

### Les écoles secondaires de la Montérégie en quelques chiffres

- 64 écoles réparties dans 9 commissions scolaires francophones
- 9 écoles réparties dans 4 commissions scolaires anglophones
- 18 écoles privées

### Les jeunes qui les fréquentent en quelques chiffres

- Près de 84 000 jeunes
- Un peu plus de la moitié (59 %) vivent dans une famille biparentale
- 8 jeunes sur 10 ont deux parents en emploi
- 78% des jeunes ont au moins un parent ayant un diplôme d'études collégiales ou universitaires
- Environ 84 % sont issus de famille dont les deux parents sont nés au Canada
- La très grande majorité étudient en français (90%)
- Près de la moitié des élèves (45 %) avaient un emploi au moment de l'enquête : parmi ceux-ci, 15 % travaillaient plus de 16 heures par semaine
- La quasi-totalité de la population étudiante est inscrite au parcours de formation générale (95 %) et 5 % des jeunes sont inscrits au parcours de formation axée sur l'emploi
- 27 % des jeunes vivent dans un environnement défavorisé sur le plan matériel et social<sup>2</sup>

<sup>1</sup>La Montérégie se découpe en 11 réseaux locaux de services (RLS). Un RLS regroupe l'ensemble des partenaires afin de partager collectivement une responsabilité visant l'amélioration de la santé et du bien-être de la population de son territoire. Au cœur du RLS, le centre de santé et de services sociaux est l'assise d'une offre de services intégrée et il assure l'accessibilité, la prise en charge, le suivi et la coordination des services destinés à la population.

<sup>2</sup>On fait référence à l'indice de défavorisation matérielle et sociale de Pampalon et Raymond (2000). « La composante matérielle de l'indice de défavorisation comprend principalement les indicateurs de la proportion de personnes de 15 ans et plus n'ayant aucun certificat ou diplôme d'études secondaires, du revenu moyen des personnes de 15 ans et plus, et de la proportion de personnes de 15 ans et plus occupant un emploi. L'indice de défavorisation matérielle se rapproche ainsi du concept de pauvreté et reflète la privation de biens et de commodités de la vie courante. Pour sa part, la composante sociale inclut principalement les indicateurs de la proportion de personnes de 15 ans plus vivant seules dans leur domicile, de la proportion de familles monoparentales, et de la proportion de personnes de 15 ans et plus séparées, divorcées ou veuves. La défavorisation sociale réfère au concept d'isolement et souligne la fragilité du réseau social, de la famille à la communauté ».



## LES DANGERS DE L'USAGE DU TABAC

Aujourd'hui encore, le tabagisme est la première cause de mortalité évitable au Québec. La fumée du tabac endommage tous les organes du corps humain, cause plusieurs maladies (divers types de cancers, maladies cardiovasculaires et pulmonaires, etc.) et est souvent mortelle à long terme. Le tabac entraîne une forte dépendance et tue un fumeur régulier sur deux.

L'adolescence constitue une période critique en matière de tabagisme; la majorité des fumeurs d'âge adulte rapportent s'être initiés à l'usage du tabac à l'adolescence.

*La dépendance au tabac  
peut s'établir dès la première  
expérience avec la cigarette*

La dépendance au tabac peut s'établir dès la première expérience avec la cigarette. Des études indiquent que les premiers symptômes peuvent apparaître chez les adolescents quelques jours ou quelques semaines après l'inhalation de la fumée d'une ou de deux cigarettes.



## L'USAGE DU TABAC CHEZ LES JEUNES DU SECONDAIRE DE LA MONTÉRÉGIE

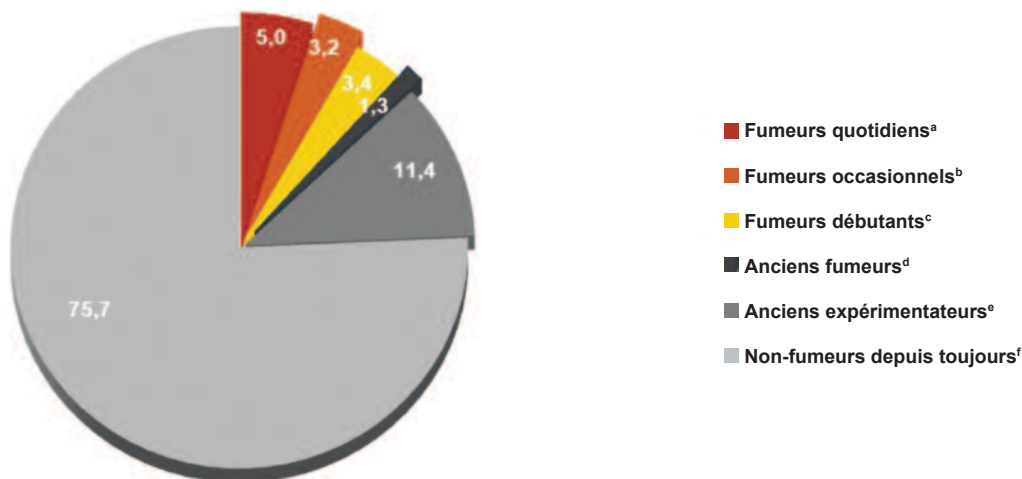
Plusieurs mesures législatives combinées à de nombreuses interventions de prévention ont entraîné une diminution graduelle de l'usage du tabac chez les jeunes du Québec. Toutefois, on assiste depuis quelques années à une stabilisation de la proportion de fumeurs auprès de cette population.

*En Montérégie, environ 7 100 jeunes fument la cigarette tous les jours ou à l'occasion*

Selon l'EQSJS (2010-2011), environ 8,2 % des élèves du secondaire de la Montérégie, soit près de 7 100 jeunes, fument la cigarette tous les jours (5,0 %) ou à l'occasion (3,2 %) (graphique 1). On ne décèle pas de différence significative selon le sexe. Toutefois, lorsqu'on se compare au Québec, les garçons de la Montérégie se démarquent avec une proportion plus élevée de fumeurs actuels. Une telle différence ne s'observe pas chez les filles (graphique 2).

Par ailleurs, l'EQSJS révèle qu'en proportion, il y a autant de fumeurs actuels chez les élèves de milieux favorisés que ceux issus de milieux moins favorisés sur le plan matériel et social.

Graphique 1 Répartition (%) des élèves du secondaire selon le statut de fumeur, Montérégie, 2010-2011



<sup>a</sup> **Fumeurs quotidiens** : élèves qui ont fumé au moins 100 cigarettes au cours de leur vie et qui ont fumé la cigarette tous les jours au cours des 30 derniers jours.

<sup>b</sup> **Fumeurs occasionnels** : élèves qui ont fumé au moins 100 cigarettes au cours de leur vie, mais qui ont fumé moins souvent que tous les jours au cours des 30 derniers jours.

<sup>c</sup> **Fumeurs débutants** : élèves qui ont fumé entre 1 et 99 cigarettes au cours de leur vie et qui ont fumé au cours des 30 derniers jours.

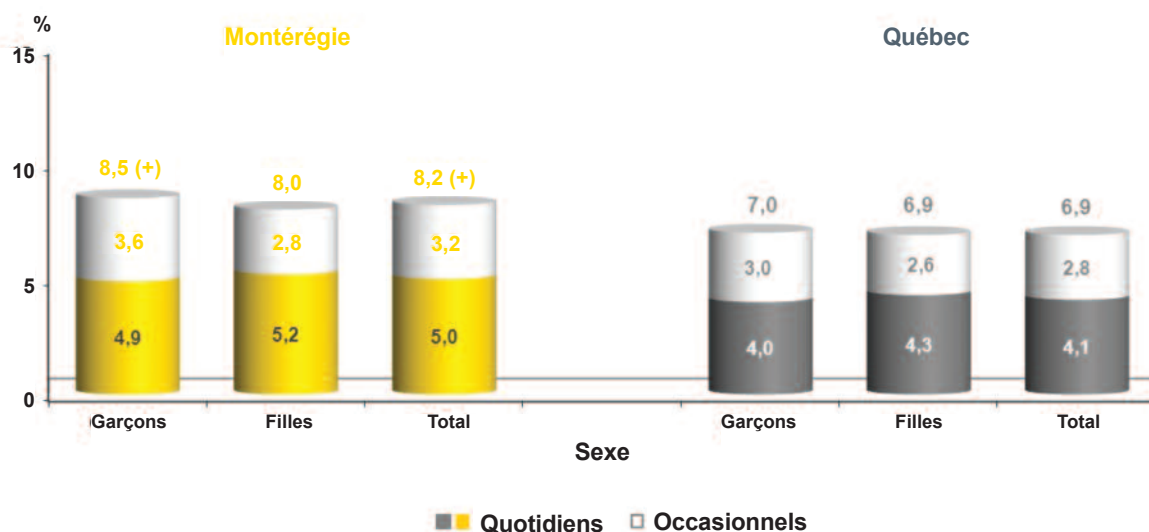
<sup>d</sup> **Anciens fumeurs** : élèves qui ont fumé au moins 100 cigarettes au cours de leur vie, mais qui n'ont pas fumé au cours des 30 derniers jours.

<sup>e</sup> **Anciens expérimentateurs** : élèves qui ont fumé entre 1 et 99 cigarettes au cours de leur vie, mais qui n'ont pas fumé au cours des 30 derniers jours.

<sup>f</sup> **Non-fumeurs depuis toujours** : élèves qui n'ont jamais fumé ou qui ont fumé moins d'une cigarette complète au cours de leur vie.

Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2010-2011.

Graphique 2 Proportion de fumeurs actuels<sup>a</sup> de cigarette chez les élèves du secondaire selon le type de fumeur et le sexe, Montérégie et RLS, 2010-2011



<sup>a</sup> La catégorie **fumeurs actuels** regroupe les **fumeurs quotidiens** et les **fumeurs occasionnels**.

(+), (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du reste du Québec au seuil de 5 %.

Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2010-2011.

Comme on pourrait s’y attendre, la proportion de fumeurs augmente avec le niveau scolaire. Au Québec, environ 1,8 % des jeunes en 1<sup>re</sup> secondaire sont des fumeurs actuels contre 10,5 % en 5<sup>e</sup> secondaire. Cette tendance s’observe tant chez les filles que chez les garçons.

*Au 2<sup>e</sup> cycle du secondaire, les élèves de la Montérégie sont proportionnellement plus nombreux que ceux du reste du Québec à fumer la cigarette*

À l’échelle de la Montérégie, les données ont été regroupées par cycle du secondaire et on constate la même tendance. De plus, la proportion d’élèves inscrits au 2<sup>e</sup> cycle déclarant fumer la cigarette est significativement plus élevée que celle observée dans le reste du Québec (11 c. 9 %).

## UN PORTRAIT DIFFÉRENT SELON LE CHOIX DE PARCOURS DE FORMATION

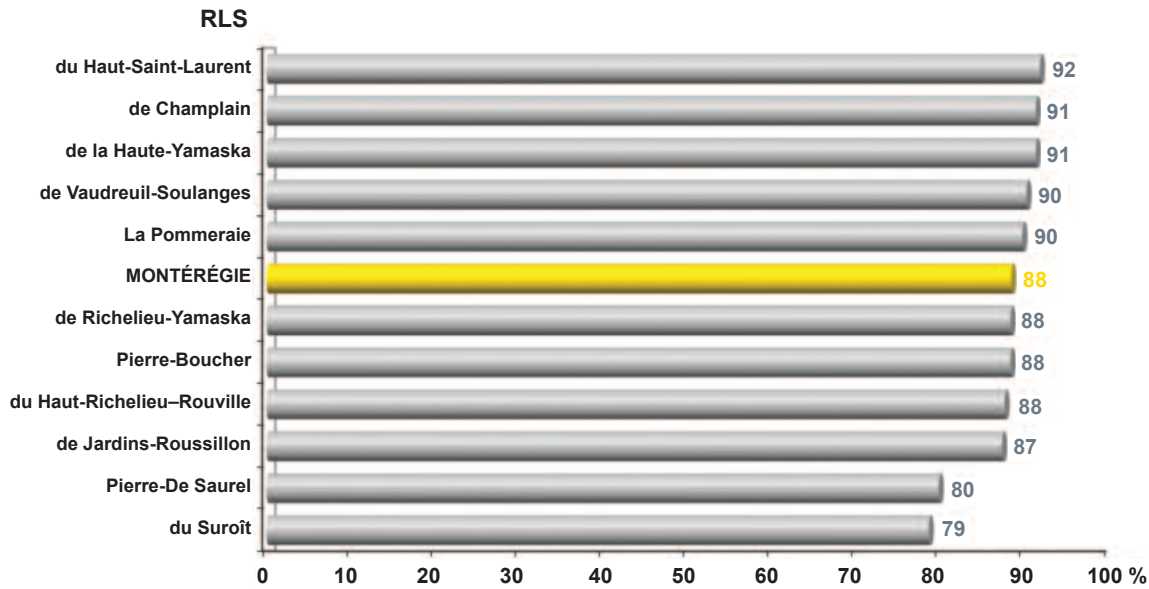
Pour la première fois au Québec, une enquête permet d’obtenir des données relatives aux élèves inscrits au parcours de formation axée sur l’emploi. Tant à l’échelle provinciale que régionale, il est démontré que les élèves qui suivent un parcours autre que la formation générale ont un profil différent quant à la consommation de cigarettes. En effet, en Montérégie, environ 21,9 % de ces jeunes sont des fumeurs actuels comparativement à 7,6 % des élèves inscrits en formation générale.

*22 % des élèves de parcours de formation axée sur l’emploi sont des fumeurs, contre 8 % en formation générale*

## ET LA SITUATION PAR TERRITOIRE DE RLS?

La majorité des élèves du secondaire sont non-fumeurs (88 %), qu'ils soient anciens fumeurs, anciens expérimentateurs ou non-fumeurs depuis toujours. Bien qu'aucun RLS ne se distingue de la Montérégie au plan statistique, certains territoires comptent une proportion moins élevée de non-fumeurs au sein de leurs écoles secondaires. C'est le cas des RLS du Suroît (79 %) et de Pierre-De Saurel (80 %) (graphique 3).

Graphique 3 Proportion de non-fumeurs chez les élèves du secondaire, Montérégie et RLS, 2010-2011



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2010-2011.

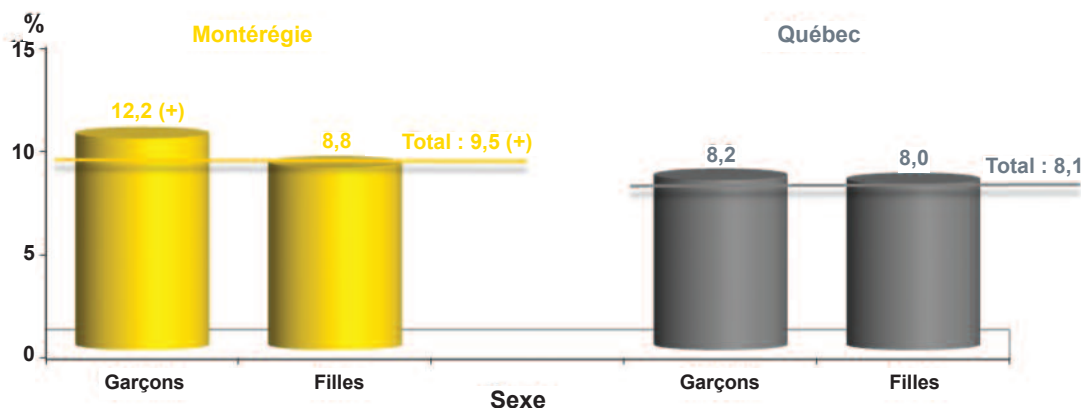
## INITIATION À LA CIGARETTE

Au Québec, l'âge moyen d'initiation à la cigarette chez les élèves du secondaire est estimé à 12,7 ans. Des études indiquent qu'une initiation précoce au tabagisme favorise la dépendance à l'âge adulte. C'est pourquoi l'EQSJS s'est intéressée à la proportion de jeunes qui s'initient à la cigarette avant 13 ans.

*En Montérégie, environ 7 100 jeunes de 13 ans et plus ont déclaré avoir fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans*

En Montérégie, près d'un élève sur dix de 13 ans et plus a déclaré avoir fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans (7 100 jeunes). L'initiation précoce ne varie pas selon le sexe. Tout comme pour les fumeurs actuels, les garçons de la Montérégie sont proportionnellement plus nombreux que ceux du Québec à s'initier tôt à la cigarette (graphique 4).

Graphique 4 Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans selon le sexe, Montérégie et Québec, 2010-2011

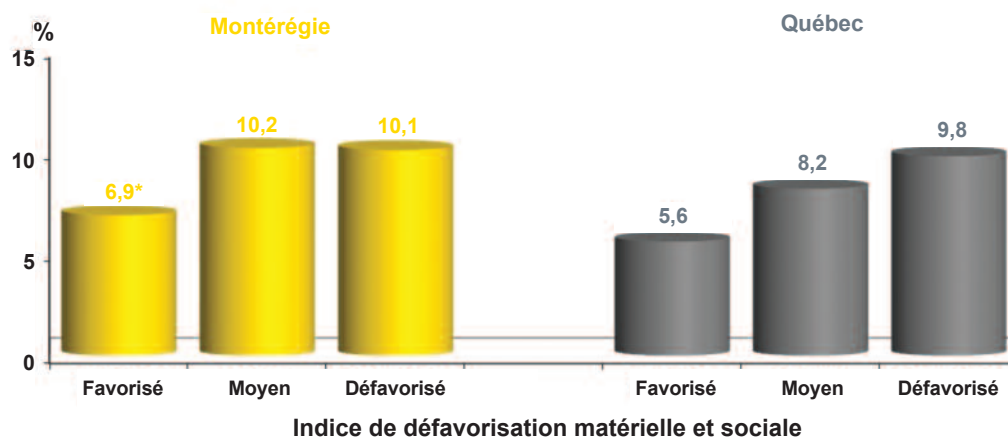


(+), (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du reste du Québec au seuil de 5 %.

Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2010-2011.

Par ailleurs, l'initiation à la cigarette avant l'âge de 13 ans est plus répandue chez les élèves moins favorisés sur le plan matériel et social : estimée à 6,9 % chez les élèves issus de milieux favorisés, cette proportion avoisine les 10 % chez ceux vivant dans des environnements moins favorisés (moyen et défavorisé) (graphique 5).

Graphique 5 Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans selon l'indice de défavorisation matérielle et sociale, Montérégie et Québec, 2010-2011



\* CV supérieur à 15 % et inférieur à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2010-2011.

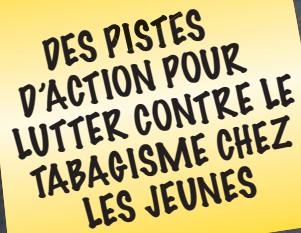
## L'USAGE DE LA CIGARETTE : AUTRES CARACTÉRISTIQUES ASSOCIÉES

L'EQSJS a permis d'identifier certaines caractéristiques sociodémographiques, économiques et scolaires également associées à l'usage du tabac en Montérégie.

**La proportion de fumeurs actuels est plus élevée parmi les élèves :**

- inscrits au parcours de formation autre que la formation générale;
- évaluant leur performance scolaire sous la moyenne;
- dont le niveau scolaire des parents est inférieur ou égal au diplôme d'études secondaires;
- vivant dans une famille de catégorie « autre » (tutorat, famille ou foyer d'accueil, colocation, vivant seul, etc.).

Quant au non-usage du tabac, il est démontré que le fait d'être entouré d'amis qui ne fument pas est le facteur associé le plus important. Le fait de disposer de peu d'argent et la désapprobation des parents sont également des facteurs pouvant prévenir l'usage du tabac chez les élèves du secondaire.



**DES PISTES  
D'ACTION POUR  
LUTTER CONTRE LE  
TABAGISME CHEZ  
LES JEUNES**

## **POURQUOI FAUT-IL AGIR?**

La Loi sur le tabac adoptée en 1998, appuyée par plusieurs actions gouvernementales, a entraîné une forte diminution de l'usage du tabac au Québec. Cependant, compte tenu de la forte dépendance que crée l'usage de la cigarette et de la gravité des problèmes que cela engendre, la lutte au tabagisme est toujours une priorité de santé publique.

De plus, puisque l'initiation au tabagisme se fait majoritairement à l'adolescence, des interventions visant la promotion du non-usage du tabac auprès des jeunes en soutien aux différentes mesures législatives et environnementales sont essentielles.

## **QUI DOIT AGIR?**

Pour y arriver, nous sommes conviés à agir collectivement : **les parents, l'école, les CSSS et la communauté.**

## **COMMENT FAUT-IL AGIR?**

**Les parents** sont les premiers responsables de la santé et du bien-être de leurs enfants. Ils ont un rôle important à jouer, notamment par les actions suivantes :

- Établir des règles claires de non-usage du tabac à la maison et dans l'automobile.
- Exprimer une forte désapprobation à ce que l'enfant fume (ne pas dramatiser un essai de consommation, ni blâmer l'enfant).
- Discuter avec l'enfant des risques sur la santé et des coûts associés à l'usage du tabac.
- Être conscient de l'influence de ses comportements.
- Adopter un discours cohérent à celui véhiculé en milieu scolaire, par exemple, en appuyant l'école dans l'application de sa stratégie pour un terrain d'école sans fumée.

Le milieu scolaire, les CSSS et la communauté sont invités à planifier conjointement des interventions de prévention et de cessation de l'usage du tabac.

## EN VOICI DES EXEMPLES :

- S'assurer du respect de la Loi sur le tabac à l'école, faire connaître les règles et les normes en matière de non-usage du tabac et promouvoir une attitude positive envers le non-usage du tabac.
- Sensibiliser, former, superviser et soutenir le personnel scolaire et les bénévoles (ex. : par la présentation et la distribution de ce fascicule).
- Proposer aux élèves des solutions de remplacement à la consommation (ex. : activités parascolaires culturelles, sociales et sportives, activités durant les récréations et l'heure du midi).
- Mettre en œuvre des activités éducatives fondées sur le modèle des influences sociales et dont le contenu est adapté à l'âge et qui n'est pas centré uniquement sur les risques :
  - a. favoriser le développement des compétences personnelles et sociales<sup>3</sup> qui permettront aux jeunes de ne pas s'initier au tabagisme ou de cesser de fumer, dont l'affirmation de soi, l'exercice du jugement critique, la gestion de risque, l'implication sociale, la résistance aux pressions sociales, la gestion de son stress et de son anxiété, la résolution de problèmes et les habiletés à demander de l'aide;
  - b. engager activement les élèves avec des débats, discussions, mises en situation, plaidoyers, etc.;
  - c. agir en amont en visant la période critique d'initiation : 1<sup>ère</sup> secondaire ou 6<sup>e</sup> année du primaire en milieu défavorisé;
  - d. éviter d'intervenir directement sur l'usage du tabac *au primaire*, mais plutôt limiter les interventions aux questions posées par les élèves, y répondre directement, succinctement et simplement. Toutefois, en milieu défavorisé, vérifier la pertinence de débiter les activités en 6<sup>e</sup> année.
- Créer des liens avec les commerçants autour de l'école concernant l'importance de ne pas fournir de tabac aux jeunes.
- Favoriser la participation sociale des jeunes en les intégrant dans l'élaboration et la réalisation d'interventions communautaires pour promouvoir le non-usage du tabac.
- Mettre en œuvre des projets de collaboration école-famille-communauté pour prévenir les effets pervers de la Loi sur le tabac (vandalisme, sécurité, accès à des revendeurs, etc.).
- Offrir un soutien aux fumeurs (personnel et élèves) dans leur démarche de cessation, par exemple, en établissant des liens avec les cliniques jeunesse et les centre d'abandon du tabagisme.

<sup>3</sup> Le modèle des influences sociales fait référence à la connaissance et la compréhension des sources d'influence (pairs, parents, médias, normes sociales) qui incitent à fumer afin d'y résister et de développer un jugement critique.

## POUR RESTER BRANCHÉS SUR LA RÉUSSITE DES JEUNES

### DES DONNÉES

- *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire*

### DES PISTES D'ACTION

- *Réussite éducative, santé, bien-être : agir efficacement en contexte scolaire. Synthèse de recommandations. Voir la section Non-usage du tabac sur le site [www.bienbranchés.com](http://www.bienbranchés.com)*



- *Conditions d'efficacité des interventions de promotion et de prévention en contexte scolaire*

### DES IDÉES

- Le Conseil québécois sur le tabac et la santé

Ces documents sont disponibles sur [www.bienbranchés.com](http://www.bienbranchés.com)

L'école a marqué nos existences.  
La vôtre. La nôtre.  
Et puis, elle en marquera d'autres.  
Voilà pourquoi nous devons agir tous ensemble  
pour que cette expérience unique soit synonyme  
d'épanouissement. Pour le meilleur et pour la vie.  
Pour l'éducation et pour les passions.  
Pour que les jeunes racines d'aujourd'hui  
deviennent les arbres solides de demain.  
Pour que toutes nos écoles offrent une terre fertile  
aux plus belles couleurs des générations à venir.  
Et que tous, nous restions  
**BRANCHÉS SUR  
LEUR RÉUSSITE.**





## RÉFÉRENCES

---

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Tabac, alcool, drogues et autres produits à risque de dépendance* [Consultation du site [www.inspq.qc.ca/DOMAINES/AXE41.ASP](http://www.inspq.qc.ca/DOMAINES/AXE41.ASP), mis à jour 2013-05-10]

---

CENTERS FOR DISEASE CONTROL (CDC) (2010). *How Tobacco Smoke Causes Disease : The Biology and Behavioral Basis for Smoking-Attributable Disease : A Report of the Surgeon General*, Atlanta, U.S. Department of Health and Human Services, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 52 p.

---

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Enquête sur le tabagisme chez les jeunes (numéro 6). Croyances, opinions et connaissances des élèves québécois en matière de tabagisme, 2006-2007 et 2008-2009.* [En ligne : [http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1457\\_croyopiconnelevesqctabac\\_2006-2007et2008-2009.pdf](http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1457_croyopiconnelevesqctabac_2006-2007et2008-2009.pdf)]

---

O'LOUGHLIN, J., I.KARP, T. KOULIS, G. PARADIS et J. DIFRANZA (2009). « Determinants of First Puff and Daily Cigarette Smoking in Adolescents », *American Journal of Epidemiology*, vol. 170, no 5, p. 585-597.

---

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire*, 2008. [En ligne : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alcool-tabac-drogue-jeu/tabac-alcool-drogue-jeu-2008.pdf>]

---

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *L'initiation à l'usage de la cigarette chez les élèves québécois : 2008-2009.* [En ligne : [http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1217\\_initiationcigelevesqc20082009.pdf](http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1217_initiationcigelevesqc20082009.pdf)]

---

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *L'initiation au tabac, à l'alcool et aux drogues : un aperçu de la situation lors du passage de la 6<sup>e</sup> année du primaire à la 1<sup>ère</sup> année du secondaire.* [En ligne : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/portrait-201302.pdf>]

---

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *La prévention du tabagisme chez les jeunes : le poids de certains facteurs sociaux.* [En ligne : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/zoom-sante-201106.pdf>]

---

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Les inégalités sociales de santé en matière de tabagisme et d'exposition à la fumée de tabac dans l'environnement au Québec.* [En ligne : [http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1487\\_ISSTabagExpoFumeeTabacEnviroQc.pdf](http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1487_ISSTabagExpoFumeeTabacEnviroQc.pdf)]

---

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011.* [En ligne : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire1.pdf>]

---

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE. *Réussite éducative, santé, bien-être : agir efficacement en contexte scolaire. Synthèse de recommandations*, 2010. [En ligne : [http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1065\\_ReussiteEducativeSanteBienEtre.pdf](http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1065_ReussiteEducativeSanteBienEtre.pdf)]

---

PREMIÈRE SÉRIE : **SANTÉ PHYSIQUE ET HABITUDES DE VIE**

-  ALIMENTATION
-  COLLABORATION ÉCOLE-FAMILLE-COMMUNAUTÉ
-  ENVIRONNEMENTS ET COMPORTEMENTS SÉCURITAIRES
-  ESTIME DE SOI
-  MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF
-  NON-USAGE DU TABAC
-  PRÉVENTION : ALCOOL, DROGUES ET JEUX DE HASARD ET D'ARGENT
-  RELATIONS HARMONIEUSES ET PRÉVENTION DE LA VIOLENCE
-  SANTÉ MENTALE
-  SEXUALITÉ SAINE ET RESPONSABLE
-  SOMMEIL, HYGIÈNE ET SANTÉ BUCCODENTAIRE

