



## Projets et programmes de prévention du tabagisme : rapport final

(Ne pas remplir à la main SVP)

<b>Nom du projet</b>	<b>STOP-TABAC.CH 2014-2018 (5 ans)</b>	
<b>Début du projet</b>	01.01.2014	
<b>Fin du projet</b>	31.12.2018	
<b>Bénéficiaire de la contribution</b>	Nom Rue / n° NPA / Lieu	Jean-François Etter Institut de santé globale - Faculté de médecine – Université de Genève – 9 chemin des Mines – 1202 Genève
<b>Personne à contacter</b>	Pr Jean-François Etter	
<b>N° de la décision</b>	13.008058	
<b>Montant de la décision</b>	1'095'000 CHF	

Lieu, date

Genève, le 25 mars 2019

Signature

## **SOMMAIRE**

### **Partie A**

<b>1</b>	<b>Résumé du rapport final.....</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Evaluation des résultats.....</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Durabilité et valorisation (utilité) .....</b>	<b>4</b>
<b>4</b>	<b>Egalité des chances .....</b>	<b>5</b>
<b>5</b>	<b>Divers.....</b>	<b>5</b>

### **Partie B**

<b>1</b>	<b>Réflexions sur le projet.....</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>Recommandations / enseignements pour des projets similaires .....</b>	<b>6</b>

# Partie A

## 1 Résumé du rapport final

Présentez succinctement le déroulement du projet, les principaux enseignements afférents aux résultats et vos recommandations.

Le soutien du FPT nous a permis de développer ce programme (site web, appli pour smartphones et brochures), de le maintenir en activité et d'accroître son audience. L'objectif de fréquentation du site web Stop-tabac.ch est largement dépassé et l'objectif d'utilisation de l'appli mobile Stop-tabac est dépassé également. L'activité de conseil et de modération des forums de discussion par la psychologue-tabacologue est bien plus importante que prévu. Cependant, le « Coach » sur le site Internet a été moins utilisé que prévu. La distribution des brochures sur papier se poursuit à un rythme constant. La newsletter de Stop-tabac est envoyée chaque semaine par courriel à 7'000 abonnés.

Les données de la littérature montrent que les interventions sur téléphone mobile sont efficaces, mais l'essai randomisé de l'Université de Berne n'a pas détecté de différence dans les taux d'arrêt du tabac entre le groupe ayant utilisé l'appli pour smartphones et le groupe témoin ayant accédé à une appli 'placebo'. Plusieurs explications sont possibles, soit l'appli n'est pas efficace, soit l'absence d'effet s'explique par le faible taux de participation lors de l'enquête de suivi et par le fait que les évaluateurs n'ont pas contrôlé si les participants avaient vraiment téléchargé et utilisé l'appli.

Le programme Stop-tabac est sous-financé par rapport au nombre d'utilisateurs, aux besoins de modération du forum de discussion et aux nombreuses possibilités de développements technologiques, de renforcement des conseils personnels par la psychologue-tabacologue, d'intégration du site et de l'appli dans la pratique clinique et le réseau social des usagers (« Tribu »). Un important potentiel offert par les nouvelles technologies est donc sous-exploité faute de moyens.

Stop-tabac.ch est très apprécié des usagers, comme le montrent l'importante fréquentation, en croissance constante, et le bon classement dans les moteurs de recherche. La fréquentation a triplé au cours du projet : 288'000 usagers par mois sur le site web actuellement (100'000 en 2013) et 48'000 par mois sur l'appli pour smartphones (16'000 en 2013), dont 20% environ depuis la Suisse. L'avenir du programme Stop-tabac, créé en 1997, est cependant incertain en raison de difficultés de financement.

## 2 Evaluation des résultats

Si votre projet a été évalué en externe, veuillez joindre le rapport d'évaluation.

Quels étaient les objectifs détaillés et les résultats escomptés (étapes) et comment évaluez-vous la réalisation des objectifs ? Veuillez remplir le tableau ci-dessous.

Objectifs pour 2018	Réalisations au 31.12.2018	Atteint?
<b>Site Internet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ La navigation du site est adaptée à la lecture sur smartphone ou tablette</li><li>➤ La tribu (forum de discussion) est adaptée à la lecture sur smartphone ou tablette</li><li>➤ 10 nouvelles pages ont été rédigées et traduites dans les 3 langues nationales</li><li>➤ 10 améliorations ont été apportées selon les suggestions des usagers</li></ul>	<p>Le site est visible depuis tout appareil (PC, tablette, smartphone)</p> <p>Une nouvelle version de la Tribu a été mise en ligne, lisible depuis tout appareil, il y a 8'800 inscrits.</p> <p>10 nouvelles pages ont été rédigées :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Pourquoi je prends du poids à l'arrêt</u></li><li>• <u>Bouger pour ne pas grossir</u></li><li>• <u>Un sevrage sans grossir</u></li><li>• <u>Tabagisme passif et maladies cardiovas-</u></li></ul>	Oui, mais traductions partielles

	<p><u>culaires</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Cœur et tabagisme : un risque d'infarctus</u></li> <li>• <u>Cœur et tabac : un risque augmenté d'angine de poitrine (Angor)</u></li> <li>• <u>Insuffisance cardiaque : le rôle du tabagisme</u></li> <li>• <u>Tabagisme : facteur de risque des AVC</u></li> <li>• <u>Hypertension artérielle (HTA) : le tabagisme est un facteur de risque</u></li> <li>• <u>Cigarette électronique Juul : un réel danger pour les jeunes</u></li> </ul> <p>Des traductions ont été effectuées en allemand et italien, y compris en 2018 en allemand.</p> <p>Toutes les pages du module sur « l'arrêt du tabac et la prise de poids » ont été mises à jour et améliorées. Un module sur « les maladies cardiaques et vasculaires » a été créé.</p> <p>Autres améliorations :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ajout de protection captcha sur divers formulaires</li> <li>- modifications du questionnaire sur les symptômes de sevrage, avec ajout d'un compte rendu.</li> <li>- bulletin de commande pour autocollants.</li> <li>- modification du questionnaire sur la BPCO</li> <li>- modifications du formulaire de contact.</li> </ul>	
<p><b>Applications smartphones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Le contenu du coach est mis à jour, 3 nouvelles fonctions disponibles Les 2 « screens » pour la ligne téléphonique 0848 sont créés</li> <li>➤ Le « Coach » est amélioré selon les suggestions des usagers</li> <li>➤ L'accès à la tribu (module social) est amélioré et création de groupes de discussion (thématiques et personnalisés)</li> <li>➤ Déploiement sur une plateforme Cloud pérenne en vue de développements futurs</li> <li>➤ L'application est à jour pour iOS et Android</li> </ul>	<p>Le graphisme de l'appli a été amélioré, il sera visible dès mars 2019.</p> <p>Nouvelles fonctions :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introduction d'un Quizz,</li> <li>- Introduction d'une échelle de mesure du craving,</li> <li>- Introduction d'un module sur l'utilisation des substituts nicotiniques et de la vaporette avec questionnaires et messages du coach.</li> </ul> <p>Les 2 screens pour la ligne 0848 000 181 avec appel direct ont été créés.</p> <p>Le screen du profil a été amélioré, les nouvelles options y figurent.</p> <p>Les améliorations suivantes ont été apportées au Coach sur l'appli : 150 nouveaux messages ont été rédigés et ajoutés dans la rubrique 'contenu' et 12 nouveaux articles ont été introduits dans la rubrique 'mes motivations' (6 pour avantages de l'arrêt et 6 pour obstacles rencontrés lors de l'arrêt).</p> <p>Plateforme Cloud : l'application a été déployée en version « ReactNativ » compatible et à jour pour les versions iOS et Android.</p> <p>Une nouvelle version de la Tribu a été mise en ligne, avec plusieurs nouvelles fonctions.</p>	<p>Oui</p>
<p><b>Coach</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 3600 personnes ont reçu l'aide du "Coach" (300 par mois)</li> <li>➤ Le « Coach » est amélioré selon les suggestions des participants</li> </ul>	<p>Le Coach a été utilisé par 1297 personnes en 2018 (108 par mois)</p> <p>Nous avons modifié plusieurs des messages envoyés par le Coach aux utilisateurs</p>	<p>Partiellement (36% de l'objectif)</p>
	<p>Sur le site web, nous avons créé une nouvelle version du compteur des cigarettes non-fumées, de l'argent économisé et des jours d'espérance de vie gagnés, avec page personnelle et rappels par e-</p>	<p>Non planifié mais fait à la demande des usagers</p>

	mail avec plus de 100 messages e-mail envoyés chaque jour.  Durant le mois de janvier 2018, ce nouveau système de compteur avec rappels et <u>page personnelle</u> a été utilisé par 1992 personnes qui ont reçu 3590 messages.	
<b>Brochures et autre matériel</b>  ➤ La distribution du matériel (brochures, questionnaires, présentoirs, DVD) a été continuée. 25'000 brochures et romans photos, 300 présentoirs ont été distribués en 2018).	En 2018, nous avons imprimé 25'000 brochures et distribué 15'650 brochures et 111 présentoirs	Partiellement (63% de l'objectif)
<b>Tabacologue, collaboration nationale</b>  ➤ 120 entretiens et contacts en personne (e-mail, tribu, réseaux sociaux) ont eu lieu (10/mois) ➤ 10 réunions ont eu lieu avec les partenaires nationaux en 2018	360 entretiens et contacts personnels (emails, tribus, réseaux sociaux Facebook)  13 réunions avec les partenaires nationaux ont eu lieu en 2018 y compris avec Infodrog.	Oui, objectif dépassé
<b>Réseaux sociaux</b>  ➤ La page Facebook est active ➤ La page Twitter est active	Les pages Twitter et Facebook sont actives, mais nous manquons de temps pour cette activité	Oui
<b>Rapport final</b>  ➤ Le rapport final est disponible	Le rapport final est disponible	Oui

*Mentionnez des exemples qui mettent en évidence le changement que le projet apporte au sein du groupe cible (relation income-outcome) en vous référant au modèle d'efficacité si vous en avez établi un pour votre projet.*

Les informations actualisées disponibles sur le site Stop-tabac permettent aux usagers d'améliorer leurs connaissances sur la dépendance au tabac et ses traitements, et sur les nouvelles technologies (vape, tabac chauffé), la newsletter permet à un public largement constitué de professionnels de la santé de se tenir informé sur le sujet.

Le « Coach » fournit des comptes rendus individuels et un suivi automatisé durant plusieurs mois, pour encadrer les fumeurs lors de leur tentative d'arrêt. Il mériterait d'être modernisé.

Le forum de discussion « La Tribu », modéré en permanence par une psychologue-tabacologue, permet aux usagers de se soutenir mutuellement dans leurs efforts pour arrêter. Il est très apprécié des usagers.

L'application pour smartphones permet aussi un accès permanent à des informations, des conseils et un suivi automatisé. Le site web et la « Tribu » sont disponibles sur tous les appareils : smartphones, tablettes ou PC.

*L'efficacité et le rapport coûts/utilité ont-ils fait l'objet d'une analyse ? Si oui, quels en sont les résultats ?*

Nous conduisons actuellement, sur financement du FNRS, un nouvel essai randomisé pour tester l'efficacité de l'application Stop-tabac. Nous visons un taux élevé de participation lors du suivi, afin de garantir la validité des résultats (un faible taux de participation lors du suivi avait compromis la validité de la précédente étude sur cet appli). Quoiqu'il en soit, les données de la littérature montrent l'efficacité pour l'arrêt du tabac des aides sur téléphones mobiles et sur Internet. Etant donné que le site et l'appli Stop-tabac atteignent plusieurs centaines de milliers de fumeurs chaque année, leur rapport coût/utilité est sans doute favorable, bien que ce rapport n'ait pas fait l'objet d'une analyse.

### 3 Durabilité et valorisation (utilité)

*Comment évaluez-vous la durabilité de votre projet ? Par exemple :*

- L'impact du projet perdurera-t-il une fois ce dernier terminé ?
- Le projet aura-t-il d'autres impacts (mimétisme, effet boule de neige) ?
- Les processus nés de votre projet perdureront-ils ? Ont-ils un impact sur d'autres groupes que le groupe cible défini ?

*Avez-vous évalué les possibilités de multiplication du projet ? Quelles sont-elles ?*

*Comment comptez-vous exploiter le savoir-faire acquis et les expériences réalisées pour d'autres projets et thématiques ? Via quels canaux spécifiques (présentation, article et publications, Internet, radio / TV) les résultats sont-ils / ont-ils été diffusés ?*

**Durabilité** - Le programme existe depuis 1997, c'est l'un des plus anciens programmes de prévention du tabagisme toujours actifs. Des difficultés de financement pourraient toutefois compromettre son développement, voire sa survie.

**Autres sites** – Nous avons développé les programmes Stop-alcool et Stop-cannabis sur le modèle de Stop-tabac.

**Diffusion** – Le site et l'appli sont bien diffusés dans le monde francophone, mais ils sont moins bien diffusés dans les autres langues (allemand, italien, anglais). Une diffusion dans ces langues demanderait des ressources supplémentaires.

**Avenir du projet** – Ce programme touche un nombre croissant de fumeurs (triplément du nombre d'utilisateurs depuis 2014), et les nouvelles technologies offrent un grand potentiel de développement. Cependant, le manque de moyens ne nous permet pas d'exploiter tout le potentiel offert par les nouvelles technologies et des difficultés de financement pourraient compromettre ce projet pourtant très apprécié des fumeurs et utilisé par des centaines de milliers de fumeurs chaque année.

---

## 4 Égalité des chances

*Avez-vous pris des mesures particulières pour promouvoir l'égalité des chances (sexe, origine sociale et appartenance ethnique) ? Oui / Non*

*Si oui, quelle a été votre expérience dans ce domaine ?*

*Si non, de telles mesures auraient-elles permis, d'après vous, d'obtenir de meilleurs résultats ?*

Le projet vise autant les femmes que les hommes, mais comme il est basé sur du texte, il est peu accessible aux personnes qui ne maîtrisent pas bien la langue écrite. Une bonne solution consisterait à développer les contenus vidéo et des infographies, mais faute de moyens, cela n'a pas été possible.

---

## 5 Divers

# Partie B

---

## 1 Réflexions sur le projet

*Veillez répondre à toutes les questions :*

- 1) *Quelles mesures prises pour atteindre les objectifs se sont révélées efficaces ? Quelles sont celles qui ne l'ont pas été ? Avec le recul, quelles mesures alternatives proposeriez-vous ?*
- 2) *Pouvez-vous mettre en évidence des résultats accessoires non planifiés ?*
- 3) *Avec le recul, quels sont les trois principaux points forts et points faibles de votre projet ?*
- 4) *Autres enseignements / aspects ?*

### 1a. Mesures efficaces

L'adaptation du site web à la lecture depuis les smartphones a permis de tenir compte du fait que les trois quarts des visiteurs voient le site depuis un smartphone ou une tablette. La mise à jour des articles, la création de nouveaux articles sur des thèmes d'actualité (e-cigarette, tabac chauffé) et l'animation du forum de discussion 'La Tribu' par une psychologue-tabacologue ont permis d'augmenter le nombre de visiteurs.

### 1b. Mesures moins efficaces

Nous devrions mettre à jour les articles en allemand et en italien, ce que nous n'avons pas fait par manque de moyens.

## 2. Résultats non planifiés

L'expérience acquise avec Stop-tabac nous a permis de développer note programmes Stop-cannabis et Stop-alcool.

### 3a. Trois points forts

- Le triplement de l'audience depuis 2014: 288'000 usagers par mois sur le site, 48'000 par mois sur l'appli actuellement.
- Le forum de discussion « La Tribu » animé par une psychologue-tabacologue, très apprécié des usagers.
- Le programme est une source complète d'information et de soutien lors d'une tentative d'arrêt, le site est bien listé dans les moteurs de recherche.

### 3b. Trois points faibles

- Faute de moyens, les pages en allemand et en italien ne sont pas à jour, et le programme n'est pas assez diffusé en Suisse alémanique et au Tessin.
- Faute de moyens, nous n'avons pas pu exploiter tout le potentiel offert par les nouvelles technologies : interactivité, vidéo, développements du 'Coach' automatique, *momentary ecological intervention*, cours en ligne de type MOOC pour professionnels, etc.
- Faute de moyens, la communauté des usagers de la « Tribu » n'est pas assez aidée, nous pourrions créer un réseau social plus complet et performant et offrir de nouveaux services aux usagers. Cela justifierait au moins un poste supplémentaire à plein temps.

### 4. Autres aspects

Les nouvelles technologies devraient davantage être explorées dans ce domaine, nous avons la volonté et les compétences mais pas les moyens d'explorer ces nouvelles possibilités.

---

## 2 Recommandations / enseignements pour des projets similaires

*Quelles recommandations feriez-vous à d'autres acteurs préparant un projet similaire ?  
en ce qui concerne les mesures et les résultats / impacts*

Il convient d'exploiter au mieux le potentiel offert par les nouvelles technologies (réseaux sociaux, programme interactifs automatiques, vaporisation de la nicotine et du tabac, etc.).