

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

Le Centre de recherche communautaire lance le programme Ma pause fumée

***Cette nouvelle campagne pancanadienne vise à aider les
personnes 2S/LGBTQIA+ à arrêter de fumer ou de vapoter ou à
réduire leur consommation***

[Vancouver, le 18 février] En réponse aux taux élevés de tabagisme dans les communautés 2S/LGBTQIA+, le Centre de recherche communautaire (CBRC) a lancé Ma pause fumée, un programme pluriannuel de réduction des risques liés au tabac qui propose gratuitement des services de soutien par les pair·e·s et des substituts nicotiniques livrés à domicile.

Financé par Santé Canada, [Ma pause fumée](#) (*Smoke Break*) a pour objectif de toucher 12 500 personnes 2S/LGBTQIA+ qui fument des cigarettes ou vapotent des produits de la nicotine au Canada. Les recherches montrent que les personnes 2S/LGBTQIA+ consomment plus de tabac que la population générale, notamment à cause du stress chronique lié à l'homophobie, à la biphobie et à la transphobie, ainsi que du rôle joué par le tabac dans la socialisation et les mécanismes d'adaptation. Une étude de 2020 a révélé que les personnes 2S/LGBTQIA+ présentaient des taux beaucoup plus élevés de tabagisme (34 %) et de vapotage (28 %) (Planinac et al, 2023) que la population générale canadienne en 2022 (10,9 % et 5,8 % respectivement) (Santé Canada, 2023).

« Ma pause fumée propose des moyens pratiques de réduire les effets néfastes du tabac, dans un environnement dénué de jugement », explique Julia Falco, gestionnaire de projet de Ma pause fumée. « Il y a des gens qui ne sont pas prêts à arrêter de fumer, et nous voulons qu'ils sachent que ce n'est pas grave. Pour certaines personnes, l'objectif est simplement de réduire leur consommation ou de repenser leur relation avec le tabac ou le vapotage. Le changement commence souvent par de petites choses : parler à quelqu'un qui comprend, comme les membres de notre équipe de soutien par les pair·e·s, ou explorer les options de remplacement de la nicotine, que nous envoyons gratuitement aux personnes participant au programme. »

Éléments du programme



Centre de recherche communautaire

Ma pause fumée offre un soutien gratuit et adapté aux personnes 2S/LGBTQIA+ âgées de 18 ans et plus partout au Canada. Le programme comprend des services virtuels de soutien individuel par des pair·e·s, de soutien par message texte, de soutien en groupe (optionnel) et jusqu'à 400 \$ de produits de remplacement de la nicotine (gommes à mâcher, pastilles, timbres, vaporisateurs et inhalateurs) pour aider à gérer les symptômes de sevrage. Il est également possible d'obtenir des sachets de nicotine Zonnic et des produits aromatisés FUM sans nicotine.

Tous les services sont assurés par des personnes 2S/LGBTQIA+ ayant une formation de pair·e·s aidant·e·s et des antécédents personnels de tabagisme. Le soutien est offert en anglais ou en français de manière confidentielle, sans jugement, selon une approche tenant compte des traumatismes. Le nombre de séances est adapté aux besoins individuels, allant généralement de quatre à huit séances, avec un maximum de 12 séances. Pour participer, les personnes doivent s'inscrire et [prendre rendez-vous](#) avec un·e pair·e aidant·e.

Pour en savoir plus et s'inscrire, rendez-vous sur mapausefume.ca.

-30-

À PROPOS DU CBRC

Le Centre de recherche communautaire (CBRC) promeut la santé des minorités sexuelles et de genre par l'intermédiaire de la recherche et du développement d'interventions. Les piliers du CBRC – la recherche communautaire, le partage des connaissances, la construction de réseaux et le développement du leadership – font de l'organisation un leader qui transforme les idées en actions concrètes pour nos communautés. Le CBRC a été fondé en 1999 et est un organisme communautaire de charité. Son bureau principal est situé à Vancouver, en Colombie-Britannique, et son personnel travaille à distance de partout au Canada.

Contact médias :

Michael Ianni

Responsable des relations médias, CBRC

michael@praid.ca

604-345-7689