



Programme d'Aide à l'arrêt du tabac pour nos collaborateurs

*Présenté pour la 1ère édition des trophées Bossons fûté
Septembre 2023, Michel Malinet, Médecin du Travail*

**Aide à l'arrêt du tabac
pour les salariés de l'en-
treprise Fleury Michon :
Un « Tabac dating » avec
le concours de l'associa-
tion « Je ne fume plus ! »**

Le contexte de l'entreprise et les missions du service de santé au travail de l'entreprise Fleury Michon.

L'entreprise Fleury michon est une entreprise familiale implantée en Vendée depuis plus d'un siècle ; elle fait travailler aujourd'hui 2800 personnes qui fabriquent des jambons de porc et de volaille, du surimi, des aides culinaires et des plats préparés.

Cette entreprise est historiquement très investie dans l'aspect social et ce que l'on appellerait aujourd'hui la responsabilité sociale des entreprises (RSE) : à l'avant-garde pour contracter une mutuelle santé et prévoyance pour les salariés, elle met également à leur disposition un service social et un service de prévention et de santé au travail d'entreprise ; celui-ci est composé d'un médecin du travail et de 6 infirmiers formés en santé au travail présents sur les différents sites de production.

Dans ce contexte, le service de prévention et de santé au travail s'implique, au-delà des sujets propres aux expositions professionnelles, depuis des années, sur des sujets de santé publique : dépistage du diabète, prise en charge de toutes les vaccinations y compris antigrippale et Covid (étendue à la famille des salariés dans le contexte épidémique que nous avons connu), prise en charge de divers soins infirmiers, incitations au dépistage du cancer du sein, colorectal et de la prostate. Ajoutons à cette liste l'aide à l'arrêt du tabac, sujet incontournable dans une entreprise où le taux de fumeurs est de 30% (2018).

Le choix du sujet : de « l'entreprise sans tabac » à « l'entreprise sans fumeur »

Le tabagisme est le facteur de risque principal de mortalité sur lequel il est possible d'agir pour améliorer l'espérance de vie. A ce sujet rappelons 3 faits de santé publique parfaitement établis : le tabagisme diminue l'espérance de vie de 12 ans en moyenne, les risques liés au tabac sont corrélés à la durée du tabagisme et il y a toujours un bénéfice à l'arrêt total du tabac.

A ces constatations, nous ajouterons un quatrième élément que nous espérons pouvoir vérifier : comme il y a un bénéfice à arrêter de fumer le plus tôt possible, nous souhaitons que l'entreprise ne soit pas le lieu où le tabagisme est sinon encouragé du moins « confortablement installé » mais au contraire, **un lieu propice à l'arrêt** et même le lieu qui aidera les salariés dans leur démarche d'arrêt. En effet, la démarche personnelle d'arrêter de fumer n'est qu'une première étape qui mérite d'être renforcée pour inscrire les nouveaux comportements dans la durabilité voire la culture d'entreprise. C'est l'étape « entreprise sans tabac » un véritable défi !

L'entreprise sans tabac : un défi d'abord à court terme

Devenir une « entreprise sans tabac » signifie qu'aucun salarié ne fume dans l'enceinte de l'entreprise. C'est ce que le médecin du travail a proposé en 2018 au CSE et à la direction. Être « **entreprise sans tabac** » constitue un **message fort** et une incitation contraignante à la diminution du tabagisme aussi bien pour les fumeurs que pour l'entreprise elle-même. Mais évoluer vers le « sans tabac » pose la question de la suppression des salles fumeurs existantes et de l'organisation à prévoir pour les fumeurs ne pouvant s'abstenir de fumer pendant plusieurs heures. Très concrètement les limites que nous avons rencontrées sont les suivantes :

- L'évolution vers le « sans- tabac » implique de **fermer les salles fumeurs** déjà existantes sur tous les sites, certes répondant à la réglementation mais devenues très encombrantes pour une future « entreprise sans tabac ».
- Les conditions actuelles n'incitent pas au changement de comportement les salariés fumeurs qui se trouvent « **installés** » dans leurs habitudes de prendre leurs pauses dans des salles fumeurs (notons qu'il existe fort heureusement des salles de pause non-fumeurs et que la réglementation est parfaitement respectée concernant l'interdiction de fumer sur le lieu de travail).
- Un obstacle majeur, la fermeture des salles fumeurs appliquée à des salariés ne pouvant s'abstenir de fumer pendant 8 heures les auraient contraints à se déséquiper pour « satisfaire leur besoin » à l'extérieur de l'usine (les salariés de production portent des tenues blanches adaptées au travail en agroalimentaire, tenues qui ne peuvent se retrouver à l'extérieur de l'usine). Ceci au risque de voir des **pauses-cigarette se substituer aux pauses-repas**.
- Autre difficulté : les partenaires sociaux étaient prêts à défendre les « droits » des fumeurs, considérant l'existence de salles fumeurs comme un **acquis social**.
- Enfin, une crainte de la direction de voir survenir des **comportements inappropriés** chez des salariés confrontés au manque de nicotine.

Les difficultés soulevées par ce défi « entreprise sans tabac » nous ont donc amené à l'inscrire dans un pas de temps plus long. Notre conclusion a été la suivante : devenir une « **entreprise sans tabac** » restait notre objectif mais un préalable s'imposait, devenir une « **entreprise sans fumeur** » ou du moins avec moins de fumeurs. C'est ce que nous avons tenté de faire.

L'entreprise sans fumeur, c'est maintenant

Le service de santé au travail a donc orienté son action vers l'aide à l'arrêt du tabac en s'appuyant sur des expériences déjà menées dans d'autres entreprises ou collectifs.

Un programme d'aide à l'arrêt du tabac destiné à tous les fumeurs et vapoteurs volontaires



Rencontrez et posez vos questions à Bernard Antoine Tabacologue



- Un premier dispositif : intervention d'un tabacologue

Durant deux années de suite, nous avons sollicité un tabacologue ayant une expérience des interventions collectives en entreprise avec une méthode cognitivo-comportementale ; cette action a pris en charge 30 salariés par an, et pas plus faute d'inscrits pour intégrer la démarche et ce malgré des efforts de communication conséquents.

- Une autre approche : une action proposée par l'association « je ne fume plus ! ».

Cette action originale est celle que nous présentons, nous l'avons mise en place après notre rencontre avec l'association « Je ne fume plus ! » au cours d'un salon Préventica courant 2022.

Le tabac dating combiné à un suivi, une action originale conduite avec l'association « je ne fume plus ! »

La proposition de l'association était fort différente de notre précédente formule : ses deux intervenants formés en tabacologie se proposaient d'aller à la rencontre des salariés directement dans les restaurants d'entreprise après avoir préalablement formé toute l'équipe de santé au travail à la prise en charge des salariés désireux d'être suivis et notamment à la prescription de substituts nicotiniques, y compris à l'utilisation de cigarettes électroniques.

Les points clés de l'action :

- basée sur le « aller vers » : les salariés ne pouvaient ignorer les stands installés dans les restaurants d'entreprise
- basée sur la curiosité ordinaire : ce type de manifestation dans les selfs est suffisamment rare pour attirer le regard
- basée sur la mise en activité du sujet : le fumeur manipule les dispositifs, patch, « vapes », pâtes à mâcher et apprend immédiatement à les utiliser
- basée sur la substitution nicotinique
- basée sur le remplacement : oralité ; objet de rassurance en main (cigarette électronique surtout)
- démarche affirmative intitulée fort intelligemment « je ne fume plus ! » : postulat de départ positif qui met l'individu en situation de réussite et qui shunte la période pré décisionnelle à la démarche de sevrage
- non exploratoire de la question du tabagisme et non stigmatisante
- communication et attitude positive des accompagnants
- accompagnants sachants et légitimes
- le coaching représenté par la possibilité de suivi par les IDEST présents dans toutes usines

Durée de l'action :

L'aide à l'arrêt du tabac sous cette forme a débuté le 5 octobre 2022 et s'est poursuivie jusqu'au 29 mars 2023 ; cette date de fin est toutefois théorique puisque, encouragés par les premiers résultats, nous envisageons de la compléter (vers les travailleurs de nuit) et de la reconduire périodiquement.

Descriptif de l'action

La formation préalable des infirmiers diplômés en santé au travail (IDEST) s'est déroulée à distance le 22 septembre 2022. Elle a répondu à nos attentes et a donné la possibilité d'interroger les intervenants en cas de besoin, aide dont certains IDEST ont bénéficié.

La proposition d'intervention en usine a été acceptée par les directeurs des sites et mise en œuvre à partir d'octobre

2022, pour les deux équipes alternantes travaillant en 2 X 8, et jusqu'à fin mars 2023, ce qui a représenté 15 interventions ; les deux intervenants de l'association ont accueilli les salariés sur un stand présentant les différents dispositifs de substitution et un testeur de monoxyde de carbone dans l'air expiré. Les salariés intéressés ont eu dans les mains les différents dispositifs et ont reçu toutes les réponses à leurs questions concernant le sevrage. Ils étaient ensuite invités à contacter l'IDEST de leur site pour mettre en place des « consultations d'arrêt du tabac ».



Le public cible

- 900 salariés fumeurs
- Une large majorité de plus de 25 ans

Les chiffres, l'évaluation :

L'association « Je ne fume plus ! » a été présente **15** fois sur les différents sites de Vendée.

Ce qui a généré **200 contacts-salariés**.

Mais également **139 consultations d'arrêt du tabac** pour **63 salariés en cours d'arrêt** aujourd'hui.

Le « tabac dating », ça marche ; pourquoi ?

Nous faisons plusieurs hypothèses pour expliquer cette réussite :

- La plupart des fumeurs de nos usines sont non consonnants vis-à-vis du tabac : ils sont en effet dans une tranche d'âge où le tabagisme est ressenti comme une contrainte, un besoin inextinguible de poursuivre alors que leur souhait d'arrêter de fumer est présent. On sait que les fumeurs connaissent les méfaits du tabac et fument encore par obligation plus que par plaisir. Toutefois, les expériences des échecs précédents, ou la simple crainte du manque, leur fait repousser à plus tard une nouvelle tentative de sevrage.
- Le principe « d'aller vers » : L'abord direct proposé aux salariés dans les selfs leur permet de sauter le pas et donc de court circuiter la période d'incertitude qui précède la tentative d'arrêt. Tous les salariés présents dans les selfs se trouvent directement confrontés à la méthode, tout à fait concrètement, et non pas seulement ceux qui auraient fait la démarche psychologique, parfois longue, qui amène à s'inscrire sur une liste ou à prendre un rendez-vous avec un spécialiste.
- Les salariés sont attirés, par « curiosité ordinaire », vers les dispositifs d'arrêt qu'ils ne connaissent pas toujours comme par le besoin de mesurer sur leur organisme la trace du tabagisme grâce au mesureur de CO.
- Ce premier contact, non stigmatisant pour les fumeurs, est fort bien mis à profit par des intervenants très performants dans l'abord du premier contact vers l'arrêt du tabac.
- L'IDEST du site accueille l'équipe « Je ne fume plus ! », participe à l'installation du stand et est présent lors de l'intervention ; les salariés peuvent partir avec une prescription de substitut nicotinique et un rendez-vous de consultation d'arrêt du tabac programmé 8 à 15 jours plus tard.
- Les salariés ont la possibilité de rencontrer un IDEST pour des consultations d'arrêt du tabac, autant de fois que nécessaire et probablement durant plusieurs mois. L'équipe des IDEST s'est particulièrement bien investie, cette action leur ayant donné une place majeure dans la réussite, à la différence de la précédente formule qui ne les concernait pas.

Les perspectives :

Nous ne souhaitons pas nous arrêter là mais au contraire poursuivre cette formule, probablement tous les ans, dans la limite de ce que pourra nous proposer l'association « Je ne fume plus ! », association à laquelle la Mutuelle Fleury Michon-Harmonie Mutuelle va apporter un financement.

Nous tenons à remercier particulièrement Alain Dejour et Françoise Gaudel, intervenants de l'association « Je ne fume plus ! », pour la qualité de leur proposition originale et pour leur investissement.

Saluons également l'engagement, la proximité et la disponibilité des IDEST qui ont réalisé un suivi performant et les chargés de communication interne pour la qualité des documents présentés, affiches, intranet et vidéo.

Et bien sûr, rien n'aurait été possible sans les salariés fumeurs qui ont joué le jeu ; leur réelle prise de conscience a été le moteur de leur engagement dans la démarche et le sera dans leur réussite.

Gageons que ces « anciens fumeurs » seront nos meilleurs ambassadeurs pour reconduire cette méthode : le tabac dating : un rendez-vous, un contact, un engagement.

Annexes :

- 1. Communication interne - mot de notre DRH Groupe - semaine QVCT**
- 2. Campagne de communication interne - semaine QVCT**
- 3. Affiches ateliers Je ne Fume plus**
- 4. Article diffusé sur notre Intranet - Ateliers Je ne Fume plus**
- 5. Film interne - Je ne Fume plus**
- 6. Retour sur le 1er dispositif 2020**
- 7. Témoignages de salariés**



Du 19 au 23 juin : Semaine de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail

Le Groupe Fleury Michon porte depuis l'origine la conviction qu'il ne peut y avoir de performance économique durable sans un attachement fort au bien-être des salariés.

C'est pour cela qu'au fil des années s'est construit un ensemble très riche de mesures et dispositifs, qui continuera de s'enrichir. Cette semaine sera l'occasion, pour nous, de faire le point chaque jour sur un des aspects de cette politique QVCT.

Dispositifs d'aménagement des temps de travail, CET horizon retraite, investissements ergonomiques, service de santé au travail internalisé, conseil social, plus récemment mise en place du télétravail, et bien d'autres choses... L'objectif de cette semaine est de vous (re)donner une vision complète de tout ce qui existe aujourd'hui au sein du Groupe et qui fait que Fleury Michon reste une entreprise à part.

Rendez-vous sur le réseau 2.0 ou sur les panneaux d'affichages dès le 19 juin !

Semaine de la QVCT

Un service de Prévention et Santé au Travail interne !

Fleury Michon va plus loin que son obligation légale en ayant intégré le service de médecine du travail dans son organisation dès 1951. Depuis, sa composition a bien évolué et les missions du service se sont diversifiées pour cette équipe particulièrement disponible. Elle est composée aujourd'hui d'un médecin du travail, une assistante et six infirmier(e)s formés en santé au travail.



Proximité & disponibilité

1 infirmier référent par site pour un meilleur accompagnement



Actions & communication

de santé publique
(Vaccinations, dépistages,...)



Urgences

Prise en charge des soins

Formation et animation

de l'équipe de secouristes

Prévention

par des formations spécifiques gestes et postures, PRAP...



Plus d'infos sur
Le Réseau 2.0
en flashant



Participez au quiz
et tentez de gagner
un chèque cadeau
de 30€ !





L'arrêt du tabac n'est plus une option !

Pour arrêter ? Viens rencontrer
l'association *«Je ne fume plus»*
en salle de pause

**Mars
2023**



**Plus d'infos
sur Le Réseau 2.0**

Fleury Michon

Maison Familiale & Vendéenne depuis 1905

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire

Addict'AIDE
LES ADDICTIONS EN MILIEU PROFESSIONNEL



De nouveaux ateliers pour arrêter de fumer !

Vous pensez à arrêter ? Vous avez déjà essayé ou vous avez simplement besoin d'aide ?
Notre équipe de Santé au Travail "met le paquet" pour vous soutenir dans votre démarche :

Allons ensemble, vers le zéro tabac !



Cette année, l'association "Je ne fume plus" revient en salles de pause pour vous aider à arrêter de fumer !

Suite au succès de cette première campagne, l'association "**Je ne fume plus**", revient pour 7 interventions sur le créneau du midi, dans les salles de pause des sites de Vendée :

- **Mardi 7 mars** - Chantonay Charcuterie
- **Mercredi 8 mars** - Montifaute Jambon
- **Jeudi 9 mars** - Mouilleron St Germain - Restaurant d'entreprise
- **Jeudi 23 mars** - Traiteur de la mer - Restaurant d'entreprise
- **Mardi 28 mars** - Aides Culinaires
- **Mercredi 29 mars** - Logistique

Le tabac tue jusqu'à la moitié de ceux qui en consomment :
votre santé est une de nos priorités !

Rappelez-vous...

En fin d'année 2022, la campagne "**Je ne fume plus**", conjointement avec l'ARS Pays de la Loire s'est traduit par 8 interventions de l'association du même nom. Une opération menée sur tous les sites de Vendée, sur le créneau de midi, en salle de pause.

Un bel accueil des équipes qui ont pu bénéficier :

- d'**échanges** avec les professionnels de santé et bénévoles,
- de **solutions** pratiques pour améliorer leur quotidien.



Un clic pour voir le clip qui revient sur cette première campagne



Le tabac est responsable de :

- **1/3 des cancers**
- **90% des cancers du poumon**
- **76% des cancers des voies aérodigestives supérieures** chez les hommes et 46% chez les femmes
- **75 000 décès par an, en France**, dont 46 500 par cancers dus au tabac, soit 62%

Pourquoi arrêter de fumer ?

- Le tabac est la deuxième cause de décès au niveau mondial, avec près de **6 millions de morts chaque année** dont plus de 600 000 sont des non-fumeurs.
- Près de **30% des décès d'enfants** sont imputables au tabagisme passif.
- L'exposition à la fumée du tabac, contient **plus de 4 000 substances chimiques**, dont on sait qu'au moins 250 sont nocives et plus de **50 sont cancérigènes**.

Michel MALINET, Médecin du travail

Source Santé Publique France

Ensemble vers le zéro Tabac

L'ASSOCIATION "JE NE FUME PLUS" EST DE RETOUR !



DEPUIS 2022

63 COLLABORATEURS ONT ARRÊTÉ DE FUMER



Un programme d'aide à **l'arrêt du tabac** destiné à tous les fumeurs et vapoteurs volontaires



Rencontrez et posez vos questions à **Bernard Antoine** Tabacologue



4 réunions d'information
à 11h à 11h40 et 15h à 15h40
Salle conférence à Pouzauges Gare

19 & 20
septembre

Dévoouvrez sa méthode pour arrêter de fumer et le déroulement du programme

sans inscription



FLASH INFO UES

Le lundi
21 novembre 2022

Le programme d'aide à l'arrêt du tabac revient !

Le tabac tue jusqu'à la moitié de ceux qui en consomment !
Votre santé est une de nos priorités !

Vous voulez arrêter de fumer ou de vapoter ?

Bernard ANTOINE vous accompagne dans cette démarche !

En 2021, **44% des participants** ont réussi à s'en libérer grâce à sa méthode BA.BA.



MARDI

13

DÉCEMBRE

9H00-10H30

15H00-16H30



Deux réunions d'information
de 9h à 10h30 et de 15h à 16h30
Salle Conférence -Pouzauges Gare

3 ateliers animés par **Bernard ANTOINE**,
Les 11 et 25 janvier, et le 8 février

Inscription en appelant au :



02 51 66 78 22

02 51 66 30 15

Plus d'infos sur
Le Réseau 2.0



Michel MALINET, Médecin du travail

Fleury Michon

35 015 abonnés

1 sem. • 🌐

Prendre soin de nos collaborateurs est au ❤️ de nos valeurs.

Pour toutes celles et ceux qui souhaitent arrêter de fu ...voir plus



🌐 Vous et 38 autres personnes

Fleury Michon

DANS UN BON SENS

« J'ai suivi la méthode B.A.BA il y a 2 ans et demi sans médicaments, ni substituts nicotiques. J'ai donc mis fin à la cigarette **sans culpabiliser**, d'une façon naturelle et peu contraignantes.

J'ai arrêté de fumer grâce au programme et je n'ai pas repris depuis ! »

Théo

« Ancien gros fumeur (1 paquet et demi par jour) et plus de 30 ans de tabagisme et plusieurs tentatives d'arrêt infructueuses !

J'ai décidé de participer au premier groupe d'aide à l'arrêt du tabac, c'était en 2019. Je n'étais pas plus motivé que ça. Mais avec la méthode B.A.BA de Bernard Antoine, cela fera **bientôt 3 ans que je suis libéré de tous les méfaits du tabac**. Alors aujourd'hui si vous avez des doutes sur l'efficacité de la méthode n'en ayez plus, **ça marche ! Et j'en suis la preuve.** »

Stéphane