

TABADO games



LE  
PROGRAMME  
TABADO  
GAMES



Ensemble,  
sans tabac

TABADO

# C'est quoi Tabado ?

1 JEUNE SUR 2 FUME EN CFA  
OU EN LYCÉE PROFESSIONNEL



Les deux tiers des fumeurs de 15-18 ans ont déjà essayé d'arrêter la cigarette. Tabado est un programme qui aide les jeunes fumeurs à lutter contre le tabac en leur proposant un accompagnement personnalisé directement dans leur établissement scolaire. Efficace, gratuit et motivant, Tabado a déjà fait ses preuves avec deux fois plus d'arrêts constatés dans les structures qui le proposent. Et si vous aussi, vous essayiez d'arrêter ?



**+ 80 % DE CHANCE  
D'ARRÊTER DE FUMER  
AVEC L'AIDE D'UN  
PROFESSIONNEL DE  
SANTÉ <sup>(1)</sup>**

<sup>(1)</sup> [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr)

2

# Les étapes du programme

## Assister à une réunion collective

D'abord, une première séance d'information collective est organisée dans toutes les classes de votre établissement pour que tous les élèves, fumeurs ou non fumeurs, en sachent plus sur les risques du tabac et les moyens qui existent pour arrêter.

Des substituts nicotiniques (patchs, pastilles, etc.) peuvent par exemple être distribués gratuitement si besoin. Ces rencontres sont confidentielles : arrêter de fumer est un choix personnel, de ce fait, l'établissement ne prévient ni votre famille ni l'entreprise de votre participation au programme.

## Bénéficier d'un rendez-vous individuel

Ensuite, les fumeurs volontaires bénéficient d'un ou plusieurs rendez-vous avec un professionnel de santé ayant suivi une formation sur le tabac. Pendant ces tête-à-tête, qui ont lieu pendant les heures de cours, une solution adaptée à chaque personne qui souhaite essayer d'arrêter de fumer est proposée.

## Échanger en ateliers

Enfin, pour aider les fumeurs inscrits à ne pas craquer, à rester motivés et à s'entraider, quatre ateliers en petits groupes sont organisés. Chacun peut y échanger librement des conseils et partager son expérience.

3

# Le challenge Tabado Games

**ENSEMBLE POUR LUTTER CONTRE LE TABAC...  
ET GAGNER DES PRIX!**

Tabado est un programme national : plus de 140 établissements y participent partout en France.

En s'engageant ou en soutenant le programme Tabado tous les élèves peuvent participer aux Tabado Games et aider les élèves fumeurs à cumuler des points.

À la fin des jeux, un établissement gagnant par région et un grand vainqueur national sont désignés. Tous reçoivent des prix en rapport avec l'univers du sport. Tabado est une expérience personnelle, mais aussi et surtout une aventure collective, alors motivez-vous ensemble !



# Comment gagner des points ?



## EN PARTICIPANT AU PROGRAMME

Assister à un rendez-vous individuel et aux ateliers motivationnels est le meilleur moyen de cumuler des points.

## EN SOUTENANT TABADO

Si un professeur parle du tabac dans un cours, il fait gagner des points à ses élèves : tout acte de soutien à Tabado est une occasion de cumuler des points.

## GRÂCE À L'APPLI KWIT

Télécharger l'appli Kwit, renseigner son profil ou partager un screenshot permet aussi de cumuler des points. Accédez à la version Tabado de Kwit grâce au code TABADO2020 à renseigner dès votre inscription !

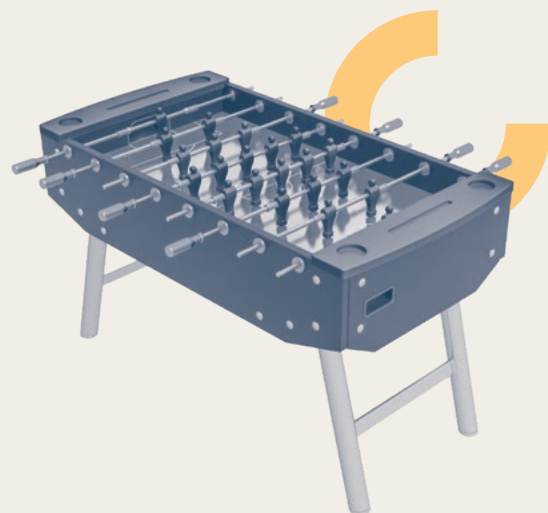
## EN JOUANT COLLECTIF

Pour que les grands établissements ne soient pas favorisés au détriment des petits, c'est la proportion d'élèves fumeurs impliqués dans Tabado par rapport au nombre total d'élèves fumeurs d'un établissement qui compte : plus vous serez nombreux à vous motiver ensemble, plus votre établissement aura de chance de gagner !

# Les gains

## Qu'est-ce qu'on gagne ?

L'établissement qui aura récolté collectivement le plus de points parmi les 142 CFA et lycées professionnels participant à l'édition 2020 des Tabado Games profitera d'une journée riche en sensations fortes, organisée autour du sport. L'activité sera adaptée à l'environnement de l'établissement vainqueur !



**L'UNIVERS DU SPORT  
À L'HONNEUR**

## **LES TABADO GAMES ENCOURAGENT L'ESPRIT D'ÉQUIPE ET LE DÉPASSEMENT DE SOI DANS LA BONNE HUMEUR !**

Les établissements vainqueurs de chaque région, qui seront au nombre de 12, recevront un babyfoot pour revivre l'ambiance des Tabado Games le temps d'une partie.

# Le calendrier

**OCTOBRE  
2019**

**OCT.-NOV. 2019  
DÉBUT DES SÉANCES  
D'INFORMATION  
COLLECTIVES**

**NOV.-DEC. 2020  
DÉBUT DES CONSULTA-  
TIONS INDIVIDUELLES**

**JANVIER 2020  
DÉBUT DES ATELIERS  
EN GROUPE**

**MAI 2020  
RÉSULTATS DES  
TABADO GAMES**

**MAI 2020**

# Pour ne pas craquer, restez connectés !



APPLICATION  
KWIT

Pour être accompagné  
24h/24 dans votre lutte  
contre le tabac, téléchargez  
l'appli Kwit avec le code  
TABADO2020.



SNAPCHAT

Des filtres seront mis  
à dispo dans l'année  
au fil des étapes  
du programme.

POUR EN SAVOIR PLUS  
SUR TABADO ET LES TABADO GAMES,  
RDV SUR LE SITE [WWW.TABADO.FR](http://WWW.TABADO.FR)

LE RÉFÉRENT TABADO  
de votre établissement est

MAIL :

TÉLÉPHONE :

Coupon de participation aux Tabado Games (Champs à remplir)

## Je participe

NOM :

PRÉNOM :

CLASSE :

MAIL :

TÉLÉPHONE :

- Oui, je veux participer au programme Tabado et essayer d'arrêter de fumer
- Oui, je veux participer au programme Tabado, je ne suis pas fumeur  
mais souhaite encourager