

# PROGRAMME NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE

2015-2025

## DES RÉALISATIONS DE LA SANTÉ PUBLIQUE POUR PRÉVENIR ET CESSER LES DÉPENDANCES

Élaboré à partir du [Regard sur les réalisations du Programme national de santé publique 2015-2025](#), ce document illustre la portée et la diversité de l'action de santé publique en matière de **prévention et de cessation des dépendances**. Il ne couvre pas l'ensemble des actions déployées de 2015 à 2025 sur ces sujets, mais en propose un aperçu.

### PRÉVENTION ET CESSATION DU TABAC ET DU VAPOTAGE DE NICOTINE

L'action de santé publique couvre un large spectre concernant la prévention et le soutien à la cessation de consommation du tabac et de vapotage de nicotine.



#### Prévention et cessation chez les élèves du secondaire

L'action de santé publique a notamment misé sur des actions préventives auprès des adolescents en milieu scolaire.

Même si la cigarette a perdu en popularité chez les élèves du secondaire, la lutte contre le tabagisme demeure essentielle, notamment en raison de l'augmentation de l'utilisation des produits du vapotage. En effet, l'*Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire* a révélé que l'usage de la cigarette électronique a augmenté entre 2016-2017 et 2022-2023.

#### Proportion d'élèves indiquant avoir utilisé la cigarette électronique dans les 30 jours ayant précédé l'enquête



Le [Plan génération sans fumée](#), déployé dans les écoles secondaires depuis 2017, est un des moyens utilisés pour lutter contre le tabagisme chez les jeunes. Ce plan propose d'accompagner les écoles dans la mise en œuvre d'actions visant entre autres à prévenir la consommation du tabac et l'utilisation du vapotage chez les adolescents.

115

écoles secondaires, de 15 régions différentes, ont été accompagnées depuis le lancement du *Plan génération sans fumée*.

## Prévention et cessation chez les élèves de la formation professionnelle

Comme chez les élèves du secondaire, la consommation de tabac et de nicotine demeure préoccupante chez les jeunes de 18 à 24 ans. En 2023, environ un jeune de 18 à 24 ans sur dix fumait la cigarette et plus d'un sur cinq vapotait. Cette tranche d'âge est, proportionnellement, la plus nombreuse à combiner la consommation de tabac et celle de produits du vapotage.

Depuis 2017, le [Nico-Bar](#) visite les centres de formation professionnelle de la province pour sensibiliser les jeunes de 18 à 24 ans quant aux produits toxiques contenus dans la cigarette et les produits du vapotage, et pour les faire réfléchir à leur consommation. Le *Nico-Bar* comprend une expérience immersive et un défi d'arrêt de consommation de sept jours. Une version virtuelle, lancée en 2021, a rendu l'expérience encore plus accessible.

Depuis 2017, plus de 31 000 jeunes ont participé aux 304 visites du *Nico-Bar*. Entre 2021 et 2025, sa version virtuelle a reçu plus de 92 000 visites.

**Plus de  
43 000**

jeunes ont participé au défi d'arrêt de consommation de sept jours depuis 2017. En 2024, 67 % des jeunes qui disaient ne pas se sentir capables d'arrêter ont cessé de fumer ou de vapoter à la suite du défi.



Les acteurs de santé publique collaborent avec les milieux scolaires et les organismes communautaires pour prévenir la consommation et favoriser la cessation des produits du tabac et du vapotage chez les jeunes.

## Utilisation des technologies numériques

Des initiatives numériques ont également été mises en place pour la prévention et la cessation du tabac et du vapotage.

En complément du *Plan générationnel sans fumée*, le projet **Libair**, lancé en 2024, propose un accompagnement aux jeunes âgés de 13 à 17 ans dans leur démarche d'arrêt du vapotage à l'aide de deux volets :

- une [application mobile](#) offrant un accompagnement individuel et bienveillant ;
- un [accompagnement en groupe](#), réunissant des jeunes sur plusieurs semaines dans les écoles secondaires ou d'autres milieux fréquentés par les adolescents.

**Près de  
7 000**

téléchargements de l'application ont été enregistrés depuis juin 2024 et environ 650 jeunes ont participé à l'accompagnement en groupe.

L'accompagnement en cessation tabagique est aussi possible grâce au [Service de messagerie texte pour arrêter le tabac \(SMAT\)](#). Le SMAT s'adresse à toute personne souhaitant cesser sa consommation et permet l'envoi automatique de conseils et d'encouragements par messagerie texte. Une étude a montré que le SMAT a permis une diminution du nombre de cigarettes fumées et du niveau de dépendance chez les personnes utilisatrices. La majorité s'est dite satisfaite et a jugé les messages reçus utiles.

**Plus de  
3 000**

inscriptions ont été faites annuellement au SMAT.

## Soutien diversifié en cessation tabagique

Plusieurs services en cessation tabagique sont accessibles à l'ensemble de la population. Les services [J'ARRÊTE](#) se déclinent selon différents modes pour répondre à des besoins diversifiés :

- En personne, dans les Centres d'abandon du tabagisme, présents partout au Québec. Chaque année, plus de 5000 personnes en moyenne participent aux interventions individuelles ou de groupe offertes.
- En ligne, avec des outils et exercices disponibles 24 heures sur 24. Depuis son lancement en 2017, plus de 85 000 inscriptions aux services en ligne [J'ARRÊTE](#) ont été enregistrées.
- Par téléphone, pour obtenir gratuitement du soutien et de l'information auprès de spécialistes.

Plus de  
21 000

appels ont été reçus chaque année à la ligne téléphonique [J'ARRÊTE](#).



Les acteurs de santé publique collaborent avec la Société canadienne du cancer et le Conseil québécois sur le tabac et la santé pour offrir des services d'arrêt du tabac et du vapotage de nicotine adaptés aux différents besoins.

## PRÉVENTION ET CHOIX ÉCLAIRÉS EN MATIÈRE DE CONSOMMATION DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

Comme pour le tabac et le vapotage, l'action de santé publique soutient une variété d'initiatives visant à prévenir la consommation de substances psychoactives et à encourager des choix éclairés chez les consommateurs.



### Prévention de la consommation chez les élèves du secondaire

Ciblant les jeunes âgés de 12 à 17 ans, le *Projet de prévention des dépendances en milieu scolaire*, déployé depuis 2019-2020 dans les écoles secondaires, vise la mise en œuvre d'interventions préventives alignées sur les meilleures pratiques (ex. : ateliers de prévention et de sensibilisation en classe).

566

écoles secondaires ont participé à ce projet en 2023-2024.

### Campagnes d'information et de sensibilisation

Plusieurs campagnes d'information et de sensibilisation se sont adressées aux personnes âgées de 13 à 34 ans, notamment :

- la [Semaine de prévention des dépendances](#), qui cible chaque année les élèves et jeunes adultes en milieu scolaire ;
- la **campagne de prévention des surdoses d'opioïdes**, active depuis 2018 et présente, entre autres, dans les lieux et événements festifs comme les festivals ;
- la **campagne de sensibilisation aux risques associés à la consommation de cannabis et ses modes de consommation**, y compris le vapotage, qui cible annuellement les 15 à 34 ans.

## Prévention des surdoses

L'action de santé publique mise également sur des actions pour prévenir les surdoses.

Les **sites de consommation supervisée** offrent un espace sécuritaire et légal pour consommer, sous la supervision de personnel qualifié. Ils ont ainsi permis de réduire les risques de surdose, tout en brisant l'isolement des personnes utilisatrices et en limitant la consommation et le matériel souillé en public. Depuis 2017, 14 sites ont été mis en place dans sept régions du Québec : dix sites fixes et quatre sites aménagés dans des véhicules adaptés pour rejoindre des localités plus éloignées.

Près de  
13 000

visites ont été faites aux sites des régions de la Capitale-Nationale, l'Estrie, Montréal, l'Outaouais, Laval et l'Abitibi-Témiscamingue entre le 1<sup>er</sup> octobre et le 31 décembre 2024.

Ces sites donnent aussi accès à d'autres services, tels que l'évaluation de l'état de santé physique et mentale, les soins de plaie, le dépistage des infections transmissibles sexuellement et par le sang, la distribution de matériel stérile et l'orientation vers d'autres services de santé et services sociaux.

Certains sites proposent également la **vérification de substance**, afin que les personnes utilisatrices puissent être informées de potentielles contaminations. Au total, 34 lieux à travers la province offrent la vérification de substance, dont 14 sont aussi consacrés à la consommation supervisée. De plus, la vérification de substance est offerte dans certains festivals, en partenariat avec un organisme provincial.

Complémentaire à ces initiatives, l'accès à la **naloxone** dans les pharmacies communautaires et dans certains organismes communautaires depuis 2017 vise à renverser temporairement les effets d'une surdose d'opioïdes. Cet antidote sécuritaire peut être remis gratuitement aux personnes utilisatrices ou à toute personne susceptible d'intervenir auprès d'elles.

Entre 2017 et 2023, une hausse annuelle du nombre de services de naloxone a été observée.

1 380

services de naloxone ont été rendus en moyenne chaque mois dans les pharmacies communautaires de la province.



Les acteurs de santé publique collaborent avec les établissements du réseau de la santé et des services sociaux, les organismes communautaires et les pharmacies pour prévenir les surdoses chez les utilisateurs de substances psychoactives.

## ENCADREMENT DE L'USAGE DU TABAC ET DU CANNABIS

L'action de santé publique intervient aussi sur le plan législatif pour encadrer l'usage du tabac et du cannabis afin de protéger la santé de la population et offrir des environnements sains.

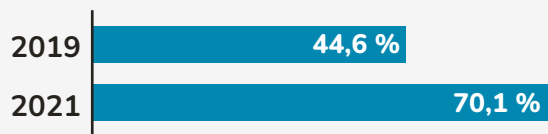


### Encadrement du cannabis

La *Loi encadrant le cannabis*, adoptée au Québec en 2018 à la suite de la légalisation fédérale, vise à protéger la santé de la population, particulièrement celle des jeunes.

Elle a contribué à l'augmentation de la proportion de consommateurs s'étant approvisionnés de manière légale auprès de la Société québécoise du cannabis entre 2019 et 2021.

#### Proportion de consommateurs s'étant approvisionnés légalement



De plus, cette loi a contribué à la diminution de la consommation chez les garçons du secondaire (18,8 % en 2016-2017 et 14,4 % en 2022-2023). Malgré la légalisation, il est possible de constater que la consommation n'a pas augmenté et que la majorité des consommateurs s'approvisionnent légalement.

### Encadrement du tabac

La santé publique a également joué un rôle clé dans l'élaboration et la mise en œuvre de la *Loi concernant la lutte contre le tabagisme*. Adoptée en 2015 et visant à renforcer la prévention et la cessation tabagique, la protection des non-fumeurs et l'encadrement des produits du tabac, elle a entre autres permis de réduire l'exposition des adolescents à la fumée secondaire de cigarette dans une automobile ou à la maison. Elle a aussi permis d'instaurer, en 2023, un règlement encadrant les produits du vapotage, interdisant notamment la vente de saveur autre que celle du tabac pour en réduire l'attrait.

## SOUTIEN AUX PROFESSIONNELLS DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX



### Prévention clinique

Depuis 2017, le *Guide des bonnes pratiques en prévention clinique* est accessible en ligne et offre aux professionnels de la santé et des services sociaux des recommandations, outils et ressources pour soutenir leur pratique quant à diverses problématiques, dont la cessation tabagique et la consommation d'alcool. Différentes formations y sont associées. Il propose également des capsules vidéo informatives concernant ces problématiques qui sont accessibles à toute la population.

Depuis 2021, 6180 professionnels de la santé et des services sociaux ont commencé les modules de formation sur la cessation tabagique, couvrant le counseling pour adolescents, adultes et femmes enceintes, ainsi que la pharmacothérapie. Entre 2022 et mars 2025, 1770 professionnels ont suivi le module sur la consommation d'alcool et le trouble de l'usage de l'alcool.

100 000

vues ont été notées sur les différentes pages du Guide du 1<sup>er</sup> avril 2023 au 31 mars 2024.

### Pour en savoir plus

Pour plus de détails et pour avoir accès aux références, consulter le [Regard sur les réalisations du Programme national de santé publique 2015-2025](#).

Ce document a été élaboré conjointement par l'Équipe des projets nationaux en transfert des connaissances de l'Institut universitaire de première ligne en santé et services sociaux du CIUSSS de l'Estrie – CHUS et la Direction de la planification, du développement et des mandats transversaux en santé publique du ministère de la Santé et des Services sociaux.