



# PARLONS PUFF!



UNE CAMPAGNE DE PRÉVENTION DE LA  Ville de Lausanne

unisanté

 canton de vaud

 LAUSANNE  
RÉGION

 Conseil  
des jeunes

CIAO.CH

UNE CAMPAGNE DE PRÉVENTION DE LA



**PUFF PAS RÉGLO  
PAS ÉCOLO  
ET ÇA REND ACCRO**

## PARENTS, VOUS AVEZ UN RÔLE À JOUER !

Afin d'informer au mieux vos enfants et les aider à faire des choix pour leur santé, la Ville de Lausanne propose une campagne de prévention sur les puffs afin de sensibiliser les jeunes et leur entourage à ce produit qui menace la santé et la planète.

Vous pouvez transmettre des informations adéquates à votre ado sur les puffs afin de favoriser la discussion avec elle ou lui. Écouter son point de vue et finalement compléter ces indications avec les données de ce flyer.

Les puffs sont des cigarettes électroniques jetables et colorées aux goûts sucrés et fruités qui ressemblent à des surligneurs ou des clés USB. Elles permettent une consommation discrète et sans fumée.

Elles se composent d'un boîtier avec une batterie en lithium, d'un liquide aromatisé et généralement de nicotine.

La puff peut engendrer rapidement une forte dépendance. A usage unique, ce produit représente un fléau écologique. Sa vente devrait être interdite aux mineures et mineurs en Suisse dès mi-2024.

## PARMI LES AUTRES PRODUITS CONTENANT DE LA NICOTINE AUXQUELS VOTRE ENFANT PEUT ÊTRE CONFRONTÉ, VOUS CONNAISSEZ ?



### SNUS

Petits sachets de tabac moulu et humidifié. Ces sachets sont soit bruns, soit blanchis. Ils sont placés dans la bouche, entre la lèvre et la gencive. La consommation de snus nuit à la santé et entraîne une forte dépendance.

### SHISHA (pipe à eau, narguilé)

Appareil dans lequel la fumée de tabac (sucré et aromatisé) passe à travers de l'eau avant d'arriver dans la bouche. L'eau refroidit la fumée, mais ne filtre pas les substances nocives. La consommation de shisha nuit à la santé et entraîne une forte dépendance.

## CE QU'IL FAUT RETENIR

La grande majorité de ces produits contient de la nicotine. La nicotine est une substance psychoactive. Elle agit sur le cerveau, crée une sensation de plaisir puis de manque. C'est elle qui provoque la dépendance.

Les jeunes sont biologiquement et psychologiquement vulnérables. La consommation de nicotine à cet âge peut rapidement et fortement créer la dépendance. Plus on commence jeune, plus il est difficile d'arrêter. Toutefois, la majorité des jeunes ne consomme pas régulièrement ces produits.

Tous ces produits comportent des risques pour la santé. Cependant, les jeunes sont généralement plus sensibles aux conséquences immédiates et sociales du tabagisme qu'aux risques pour leur santé. Il est donc utile de leur parler également de l'argent dépensé, de l'influence des publicités, de la pollution, etc.

DES QUESTIONS ?

Pour les jeunes



[ciao.ch](https://ciao.ch)



[stop-tabac.ch](https://stop-tabac.ch)

Pour les parents



[Tabac sans tabou](https://Tabac sans tabou)



[monado.ch](https://monado.ch)



[Parlons puff  
Ville de Lausanne](https://Parlons puff Ville de Lausanne)