



Health  
Canada

Santé  
Canada

# ***Sondages par panel et entretiens sur le tabagisme 2022-2023***

## **Rapport final**

### **Préparé à l'intention de Santé Canada**

Fournisseur : Environics Research

Numéro du contrat : CW2246278

Valeur du contrat : 260 332,93 \$ (TVH incluse)

Date d'attribution du contrat : 28 octobre 2022

Date de livraison : 18 juillet 2023

Numéro d'enregistrement : 072-22

Pour de plus amples renseignements sur le rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

**This report is also available in English.**

**Canada**

## **Sondages par panel et entretiens sur le tabagisme 2022-2023 – Rapport final**

Préparé à l'intention de Santé Canada par Environics Research

Juillet 2023

Ce rapport de recherche sur l'opinion publique présente les résultats d'une étude qualitative et quantitative réalisée par Environics Research pour le compte de Santé Canada. L'étude a pris la forme de deux vagues de sondages en ligne auprès d'un échantillon récurrent, ainsi que d'entrevues individuelles qualitatives. L'échantillon a été sélectionné à partir des personnes ayant participé au sondage de référence (première vague), mené en 2022 auprès de 7 248 Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fumaient à ce moment. Ainsi, les participants au sondage de référence de la première vague qui ont pu être joints ont tous été invités à participer au premier sondage à échantillon récurrent (deuxième vague), ce qui a donné lieu à un échantillon de 1 064 répondants et répondantes. Ensuite, les participants au sondage de la deuxième vague qui ont pu être joints ont été invités à participer au deuxième sondage à échantillon récurrent (troisième vague), ce qui a donné lieu à un échantillon de 675 répondants et répondantes. La deuxième vague de sondages s'est déroulée du 13 décembre 2022 au 22 janvier 2023, tandis que la troisième a eu lieu du 5 avril au 1<sup>er</sup> juin 2023. Les entrevues individuelles en profondeur ont quant à elles été menées du 4 janvier au 1<sup>er</sup> février 2023 auprès de 38 personnes ayant répondu à la deuxième vague de sondages.

### **Permission de reproduire**

La présente publication peut être reproduite à des fins non commerciales seulement. Il faut avoir obtenu au préalable l'autorisation écrite de Santé Canada. Pour de plus amples renseignements sur le rapport, veuillez communiquer avec Santé Canada par courriel à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca)

© Sa Majesté le Roi du chef du Canada, représenté par le ministre de Services publics et Approvisionnement Canada, 2023

N° de catalogue : H14-455/2023F-PDF  
ISBN 978-0-660-67965-5

This publication is also available in English under the title *Smoking Panel Surveys and Interviews 2022-2023*.

PDF :  
N° de catalogue : H14-455/2023E-PDF  
ISBN 978-0-660-67964-8

## Table des matières

<b>Résumé du rapport</b> .....	<b>i</b>
A. Contexte et objectifs .....	i
<b>Introduction</b> .....	<b>11</b>
<b>I. Constatations détaillées – phase quantitative</b> .....	<b>14</b>
B. Profil des répondants et répondantes .....	14
C. Fréquence, antécédents et niveau de consommation .....	18
D. Facteurs de consommation et qualité de vie .....	34
E. Statut de vapotage et questions sur l’usage en alternance .....	41
F. Transition, renoncement et rechute .....	57
G. Perception du cannabis, de l’alcool et des effets nocifs relatifs .....	73
<b>II. Constatations détaillées – entrevues individuelles qualitatives</b> .....	<b>77</b>
A. Contexte et objectifs des entrevues individuelles en profondeur .....	77
B. Caractéristiques démographiques et habitudes d’usage du tabac .....	77
C. Situation de vie et changements récents .....	78
D. Le rôle de la cigarette dans la vie .....	78
E. Vapotage, alcool et cannabis .....	79
F. Considérations et tentatives de renoncement au tabac .....	81
G. Raisons d’arrêter de fumer .....	82
H. Intentions d’arrêter et méthodes de renoncement .....	83
I. Soutien pour arrêter de fumer .....	84
J. Facteurs incitant à continuer de fumer .....	85
K. Accès aux cigarettes .....	86
L. Dernières observations .....	87
<b>Annexe A : Méthodologie de la phase quantitative</b> .....	<b>89</b>
<b>Annexe B : Méthodologie de la phase qualitative</b> .....	<b>95</b>
<b>Annexe C : Questionnaire de la vague 2</b> .....	<b>97</b>
<b>Annexe D : Questionnaire de la vague 3</b> .....	<b>121</b>
<b>Annexe E : Guide de discussion pour les entrevues individuelles</b> .....	<b>143</b>
<b>Annexe F : Questionnaire de recrutement et invitation aux entrevues individuelles</b> .....	<b>147</b>

## Résumé du rapport

### A. Contexte et objectifs

La Stratégie canadienne sur le tabac s'est fixé l'objectif ambitieux de réduire à 5 % la consommation de tabac au sein de la population canadienne d'ici 2035. Pour y parvenir, Santé Canada doit comprendre les facteurs qui influencent les transitions, qu'il s'agisse de commencer à fumer, d'arrêter de fumer, de connaître une rechute ou de passer à une autre forme de consommation de nicotine (comme le vapotage). Ces renseignements pourraient servir à l'élaboration de programmes visant à empêcher les gens de commencer à fumer et à aider ceux qui fument dans leurs efforts de renoncement au tabac à long terme.

Il est nécessaire de recueillir des données de transition afin de mieux comprendre dans quelle mesure les habitudes d'utilisation d'une personne peuvent changer (ou non) au fil du temps, de déterminer les facteurs influençant ces changements (par exemple, les préjugés) et de cerner tout autre facteur qui pourrait être influencé par ces changements (comme l'auto-évaluation de la santé). Ainsi, cette étude poursuit l'analyse des attitudes et des changements dans les habitudes d'usage du tabac amorcée dans le sondage de référence (POR 096-21). Celui-ci a été mené en 2022 auprès de Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fumaient à ce moment (c'est-à-dire qui avaient fumé une cigarette dans les 30 jours précédents). Ces personnes avaient aussi parfois vapoté durant cette période (et étaient donc des utilisateurs mixtes). Les transitions qui revêtent un intérêt comprennent le fait de recommencer à fumer, d'arrêter de fumer ou de commencer à vapoter. Parmi les autres variables d'intérêt, notons l'attrait et l'utilisation des outils de renoncement au tabac, de même que le fait pour les transitions d'être ou non associées à des changements d'opinion (p. ex., l'auto-évaluation de la santé ou les attitudes relatives à la consommation).

La recherche a pour principal objectif de comprendre les habitudes d'usage du tabac au fil du temps sur le plan individuel. Elle permettra également de recueillir de l'information sur les attitudes et les comportements des Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fumaient au moment du sondage de référence et d'analyser les divergences au fil du temps qui pourraient être associées à des changements dans la consommation.

De façon plus précise, la recherche visait entre autres à :

- cerner les profils de consommation des personnes qui fumaient lors du sondage de référence;
- comprendre les facteurs qui provoquent des changements dans le statut d'usage du tabac, y compris les tentatives d'abandon et le renoncement;
- comprendre les changements dans les habitudes de vapotage, y compris le fait de commencer à vapoter ou d'arrêter de vapoter;
- mesurer le niveau de sensibilisation et de connaissances des Canadiens et Canadiennes qui fument en ce qui a trait aux produits de vapotage;
- recueillir de l'information sur le niveau de sensibilisation, les connaissances et les comportements des Canadiens et Canadiennes qui fument en ce qui a trait aux produits de renoncement au tabac;
- recueillir de l'information sur les dispositifs et les liquides à vapoter utilisés par les Canadiens et Canadiennes qui vapotent.

## A. Méthodologie

La recherche s'est déroulée en trois volets :

1. **Deuxième vague de sondages auprès d'un échantillon récurrent** : Un sondage en ligne quantitatif auprès d'un échantillon récurrent de 1 075 Canadiens et Canadiennes qui ont été sélectionnés parmi les 7 248 personnes âgées de 15 ans et plus qui ont répondu au sondage de référence de 2022 (première vague) et qui fumaient la cigarette à ce moment.
2. **Entrevues individuelles qualitatives** : Des entrevues individuelles ont été réalisées auprès de 38 personnes sélectionnées parmi les répondants et répondantes de la deuxième vague de sondages, avant la troisième vague.
3. **Troisième vague de sondages auprès d'un échantillon récurrent** : Un deuxième sondage quantitatif en ligne a été mené auprès d'un échantillon récurrent de 675 Canadiens et Canadiennes ayant pris part à la deuxième vague de sondages.

L'étude fait suite à l'[Étude longitudinale sur le tabagisme 2022](#) (première vague), menée du 4 mars au 8 avril 2022 auprès de 7 248 Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui avaient fumé au moins une cigarette au cours du mois précédant le sondage.

La deuxième vague de sondages s'est déroulée du 13 décembre 2022 au 22 janvier 2023, tandis que la troisième vague a eu lieu du 5 avril au 1<sup>er</sup> juin 2023. Les deuxième et troisième vagues ont fait appel à une approche par échantillon récurrent, tentant de reprendre contact avec toutes les personnes ayant participé à la vague précédente (c'est-à-dire que les participants de la deuxième vague ont été sélectionnés à partir de l'échantillon de la première, tandis que ceux de la troisième vague ont été sélectionnés à partir de l'échantillon de la deuxième). Il convient de souligner que l'échantillon initial a été sélectionné de façon à (a) représenter la population qui fumait selon l'âge, le genre et la province et (b) maximiser le sous-échantillon de jeunes (de 15 à 19 ans) et de jeunes adultes (de 20 à 24 ans) qui fumaient afin de permettre une analyse adéquate dans les vagues subséquentes (malgré le phénomène d'attrition attendu).

	Dates	Taille de l'échantillon
Vague 1 (POR-097-21)	Du 4 mars au 8 avril 2022	7 248
Vague 2	Du 13 décembre 2022 au 22 janvier 2023	1 064
Vague 3	Du 5 avril au 1 <sup>er</sup> juin 2023	675

Remarque : Le pourcentage de Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fument est de 10,3 % à l'échelle nationale (selon les données de l'Enquête canadienne sur le tabac et la nicotine [ECTN] de 2020). Puisque les répondants et répondantes au sondage en ligne ont été recrutés à partir d'un panel à participation volontaire, l'échantillon est non probabiliste et aucune marge d'erreur ne peut être calculée. Les pourcentages rapportés ne peuvent être généralisés à d'autres groupes que l'échantillon à l'étude; il est donc impossible de tirer des inférences statistiques officielles entre l'échantillon et la population cible élargie qu'il vise à représenter.

Le nombre de sondages remplis dans la deuxième vague se détaille comme suit :

Âge	Population en 2020	Pourcentage de la population qui fume actuellement (ECTN 2020)	Proportions au sein de la population qui fume	Taille de l'échantillon non pondéré	Pourcentage de l'échantillon total	Taille de l'échantillon pondéré
De 15 à 19 ans	2 102 402	3,1 %	2 %	48	5 %	21
De 20 à 24 ans	2 484 313	8,4 %	6 %	116	11 %	64
25 ans et plus	27 408 756	11,0 %	92 %	900	85 %	979
<b>Total</b>	<b>31 995 471</b>	<b>10,3 %</b>	<b>100 %</b>	<b>1 064</b>	<b>100 %</b>	<b>1 064</b>

Le nombre de sondages remplis dans la troisième vague se détaille comme suit :

Âge	Population en 2020	Pourcentage de la population qui fume actuellement (ECTN 2020)	Proportions au sein de la population qui fume	Taille de l'échantillon non pondéré	Pourcentage de l'échantillon total	Taille de l'échantillon pondéré
De 15 à 19 ans	2 102 402	3,1 %	2 %	11	2 %	S. O.
De 20 à 24 ans	2 484 313	8,4 %	6 %	48	7 %	S. O.
25 ans et plus	27 408 756	11,0 %	92 %	616	91 %	S. O.
<b>Total</b>	<b>31 995 471</b>	<b>10,3 %</b>	<b>100 %</b>	<b>675</b>	<b>100 %</b>	<b>S. O.</b>

Il convient de noter que l'âge dans chacune des vagues de sondages est celui indiqué lors du sondage de référence de 2022. Les données de la deuxième vague ont été pondérées en fonction de l'âge, du genre et de la région de façon à représenter la population qui fume selon l'ECTN 2020. Les données de la troisième vague n'ont pas été pondérées en raison de la petite taille de l'échantillon, de façon à éviter de fausser les réponses individuelles.

Remarques concernant les limites d'une étude qualitative : L'étude qualitative jette un regard sur la diversité des opinions présentes au sein d'une population, plutôt que sur la pondération de ces opinions, ce que mesurerait un sondage quantitatif. Les résultats d'une recherche de ce type doivent être considérés comme des indications, mais ils ne peuvent pas être extrapolés à l'ensemble de la population.

## B. Valeur du contrat

La valeur de ce contrat s'élève à 260 332,93 \$ (TVH incluse).

### ***À propos de ce rapport***

Le rapport présente tout d'abord un résumé des principales constatations et conclusions observées, suivi d'une analyse détaillée des résultats du sondage quantitatif et des réponses données lors des entrevues qualitatives. Un document distinct renferme pour sa part un ensemble de tableaux croisés présentant les résultats obtenus à toutes les questions des sondages quantitatifs, en fonction de segments de la population définis par région et caractéristique démographique. Dans l'analyse détaillée, chacun de ces tableaux est associé à une question du sondage.

Dans le présent rapport, les résultats quantitatifs sont exprimés en pourcentage, à moins d'avis contraire. Il est possible que la somme des résultats ne soit pas égale à 100 % en raison de l'arrondissement des nombres ou de réponses multiples. Il est également possible que les résultats nets mentionnés dans le texte ne correspondent pas exactement aux résultats individuels figurant dans les tableaux en raison de l'arrondissement. Les différences dignes de mention entre les sous-groupes sont relevées en fonction des résultats du test statistique Z avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des pourcentages et en fonction des résultats du test bilatéral T avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des moyennes. Les comparaisons reposent sur les différences entre les sous-groupes exclusifs, et non sur les différences par rapport au total ou à des groupes qui se chevauchent.

Tout au long du rapport, certains termes sont utilisés pour faire la distinction entre certains sous-groupes de la phase quantitative, en fonction des habitudes d'usage du tabac, des transitions et du vapotage. Le rapport fait mention des groupes suivants :

- **Ont fumé au cours des 30 jours précédents** : Les répondants et répondantes qui ont fumé de façon quotidienne, hebdomadaire ou mensuelle au cours de la période de 30 jours précédant le sondage, d'après leur réponse à la question clé sur le statut d'usage du tabac (A1). Ces personnes sont parfois désignées dans le rapport comme *fumant toujours*.
  - **Statut d'usage du tabac inchangé** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont fumé de façon continue de la première à la troisième vague, sans réduction, augmentation ou renoncement, d'après leur réponse à la question A1. Elles sont parfois désignées dans le rapport comme *fumant à la même fréquence*, ou une autre formulation semblable permettant de les distinguer des autres.

- **Ont connu une rechute** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes avaient cessé de fumer entre la première et la deuxième vague, mais avaient recommencé à la troisième.
- **Ont réduit leur consommation** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont réduit la fréquence de leur usage du tabac entre la première et la troisième vague.
- **Ont augmenté leur consommation** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont augmenté la fréquence de leur usage du tabac entre la première et la troisième vague.
- **Ont renoncé au tabac** : Les répondants et répondantes qui n'ont pas fumé la cigarette au cours de la période de 30 jours précédant le sondage, d'après leur réponse à la question A1. Ces personnes sont parfois désignées comme *ayant arrêté de fumer*.
  - **Ont renoncé depuis peu** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes ayant renoncé au tabac. Ces personnes fumaient toujours lors de la deuxième vague, mais avaient cessé à la troisième.
  - **Ont renoncé depuis plus longtemps** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes ayant renoncé au tabac. Ces personnes avaient déjà cessé de fumer à la deuxième vague, et ne fumaient toujours pas lors de la troisième.
- **Ont vapoté au cours des 30 jours précédents** : Les répondants et répondantes qui ont vapoté des liquides avec ou sans nicotine au cours de la période de 30 jours précédant le sondage. Ce groupe ne tient pas compte du vapotage de cannabis.
  - **Usage en alternance** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont vapoté au cours des 30 jours précédents. Ces personnes fumaient et vapotaient au cours des 30 jours précédant le sondage.
  - **Ont vapoté seulement** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage et qui avaient cessé de fumer.
- **Ont arrêté de vapoter** : Les répondants et répondantes qui ont vapoté dans le passé, mais pas au cours de la période de 30 jours précédant le sondage.
- **N'ont jamais vapoté** : Les personnes qui n'ont jamais vapoté au cours des périodes de 30 jours précédant les vagues 1, 2 et 3, selon les réponses au sondage.

Les résultats sont aussi analysés en fonction de sous-groupes démographiques, le plus souvent par région, âge et genre. D'autres sous-groupes sont parfois inclus dans l'analyse lorsqu'ils sont pertinents afin d'éclairer les constatations. Dans la mesure du possible, les différences entre les sous-groupes sont relevées pour la deuxième et la troisième vague.

La nature d'un échantillon récurrent vient quelque peu compliquer l'analyse des données entre les vagues, notamment en ce qui a trait aux différences entre les sous-groupes. En raison de la taille de l'échantillon, qui est réduite d'une vague à l'autre, et des changements de comportement chez les répondants et répondantes, certaines associations peuvent être effectuées dans une vague, mais pas dans l'autre. Indépendamment de la



présence ou non de ces associations, les différences statistiques entre les sous-groupes sont mentionnées lorsqu'elles sont jugées importantes et pertinentes pour l'analyse.

**Utilisation des constatations de la recherche.** Les données recueillies dans le cadre de cette étude permettront à la Direction de la lutte au tabagisme de comprendre et de contextualiser les récents changements observés dans la prévalence de l'usage du tabac.

## C. Principales constatations

### *Principales constatations – phase quantitative*

**La majorité des répondants et répondantes ayant pris part aux trois vagues de l'étude ont fumé de façon continue tout au long de celles-ci.** La majorité des répondants et répondantes fumaient toujours après trois vagues de sondages menées sur un peu plus d'un an (84 %). En analysant les résultats plus en détail, on observe que 74 % des gens n'ont renoncé au tabac à aucun moment de l'étude, tandis que 10 % avaient arrêté de fumer à la deuxième vague, mais rechuté à la troisième. Seulement 4 % de l'échantillon de la troisième vague avaient cessé de fumer depuis plus longtemps, soit tout au long des vagues 2 et 3, tandis que 12 % avaient cessé depuis peu au moment de répondre à la vague 3.

**La fréquence et l'intensité de l'usage du tabac sont demeurées largement inchangées d'une vague à l'autre.** Le pourcentage de répondants et répondantes qui fumaient tous les jours, qui s'élevait à 67 % lors du sondage de référence, n'a diminué que légèrement aux deuxième (63 %) et troisième vagues (61 %). Ainsi, même si certains ont renoncé au tabac, d'autres ont commencé à fumer davantage, passant d'un usage occasionnel à une consommation quotidienne au cours des trois vagues de l'étude. D'autres mesures de l'usage du tabac sont demeurées pratiquement les mêmes du sondage de référence à celui de la troisième vague, comme le nombre de cigarettes fumées par jour (une moyenne de 10 chez ceux qui fumaient au cours des trois vagues), le moment de la première cigarette de la journée (six personnes sur dix fumaient dans les 30 minutes suivant leur réveil aux trois vagues) et le fait de ressentir le besoin de fumer (deux personnes sur trois ressentaient de fortes envies au moins une fois par jour aux trois vagues).

**Chez les personnes ayant répondu aux trois vagues, la stabilité des habitudes d'usage du tabac au fil du temps révèle l'immense difficulté d'arrêter de fumer.** Même si la majorité des gens qui fumaient étaient conscients des conséquences néfastes de la cigarette et avaient fortement l'intention d'y renoncer un jour, peu sont parvenus à arrêter de fumer de façon significative ou à long terme au cours de l'année et tout au long des trois vagues de sondages.

**Cette stagnation des habitudes d'usage du tabac n'est pas due à un manque d'efforts; la plupart des gens qui avaient continué de fumer ont indiqué avoir tenté d'arrêter entre les vagues de sondages, souvent à plusieurs reprises, et la majorité tentait activement de renoncer au tabac ou de réduire sa consommation au moment de la participation.** Chez les personnes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage, environ quatre sur dix tentaient activement d'arrêter de fumer aux vagues 2 (38 %) et 3 (38 %), tandis que deux sur trois essayaient de réduire leur consommation (vague 2 : 67 %; vague 3 : 68 %). Quatre sur dix avaient réussi à arrêter pendant au moins 24 heures entre la première et la deuxième vague (42 %) et entre la deuxième et la troisième (39 %). Parmi les répondants et répondantes ayant tenté de renoncer au tabac entre les vagues, la moitié avaient effectué deux tentatives ou plus (vague 2 : 50 %; vague 3 : 47 %). Presque la moitié des personnes qui fumaient avaient eu recours à au moins un outil de renoncement à base de nicotine (vague 2 : 48 %; vague 3 : 46 %), tandis que plus des trois quarts avaient fait l'essai d'autres méthodes (vague 2 : 81 %; vague 3 : 83 %). Ces résultats couvrent seulement la période entre les vagues de sondages, témoignant d'un important niveau d'effort en quelques mois seulement, sans tenir compte des tentatives déployées au cours de plusieurs années d'usage du tabac.

**L'échec des tentatives de renoncement est le plus souvent attribué au stress.** Le lien entre le stress et la cigarette est évident dans les données des sondages. Environ la moitié des personnes qui fumaient convenaient (note de 8 à 10 sur une échelle de 10 points) que la cigarette leur permettait de relaxer en situation de stress (vague 2 : 49 %; vague 3 : 48 %). Chez les gens ayant connu une rechute entre les vagues 2 et 3, le stress à la maison (39 %) et au travail (28 %) était la raison la plus souvent invoquée.

**Même si plusieurs étaient conscients que le stress était leur point faible dans leurs tentatives de renoncement au tabac, ils ne disposaient pas des connaissances nécessaires pour s'y préparer et se tenaient responsables de leurs échecs.** Les gens tentaient le plus souvent d'arrêter de fumer d'un coup ou encore en réduisant le nombre de cigarettes fumées. En effet, chez ceux ayant tenté de renoncer au tabac entre les vagues, quatre sur dix l'ont fait d'un coup (vague 2 : 40 %; vague 3 : 39 %) tandis que trois sur dix ont réduit leur consommation (vague 2 : 30 %; vague 3 : 28 %). À la lumière des constatations tirées du volet qualitatif, les gens semblent croire à tort que le seul moyen véritablement efficace de renoncer au tabac est l'abstinence totale motivée par la simple volonté. Cette mentalité mène à des cycles de tentatives et d'échecs, les premières étant compromises par le stress, mais l'usage du tabac est perçu comme un échec de la volonté personnelle plutôt que de l'approche même. Une telle opinion a souvent été exprimée assez directement au cours des entrevues, mais est aussi manifeste dans les données du sondage, puisque six répondants et répondantes sur dix au cours de la troisième vague (59 %) jugeaient être les seuls responsables de leurs tentatives ratées. Cette tendance à l'autoaccusation était généralisée au sein des sous-groupes démographiques et ne variait pas en fonction des comportements et changements d'habitudes liés à la cigarette.

**Les personnes qui avaient connu une rechute récente avaient tendance à fumer moins que celles qui avaient continué à le faire sans interruption, mais ne semblaient pas plus enclines à tenter de nouveau d'arrêter.** Les répondants et répondantes ayant rechuté entre les vagues 2 et 3 différaient légèrement de ceux qui avaient continué de fumer sans interruption dans leurs habitudes. Par exemple, ils étaient moins susceptibles de fumer dans les 30 minutes suivant leur réveil (46 %) et de ressentir des envies fréquentes de fumer (51 %). Leurs tentatives de renoncement (37 %) ou de réduction (67 %) étaient toutefois les mêmes que celles des gens ayant continué de fumer sans interruption tout au long des trois vagues. Ces résultats laissent entendre que certaines personnes ayant connu une rechute ont peut-être abandonné l'idée d'essayer sérieusement d'arrêter de fumer ou de réduire leur consommation, même si elles fument manifestement moins que celles n'ayant jamais cessé de fumer. Ainsi, si l'on pouvait convaincre les personnes qui tentent d'arrêter de fumer, de délaissier l'attitude du tout ou rien et de l'autoaccusation, on pourrait peut-être transformer les efforts à court terme en fondement du renoncement à plus long terme.

**Le vapotage était plus répandu chez les répondants et répondantes qui fumaient toujours que chez ceux qui avaient arrêté.** Chez les répondants et répondantes qui fumaient toujours au moment de la troisième vague, 39 % vapotaient également, alors que c'était le cas de seulement 27 % de ceux qui avaient arrêté de fumer et de 23 % de ceux qui avaient cessé depuis plus longtemps. Ceux qui fumaient et vapotaient avaient tendance à vapoter des liquides avec nicotine plus tôt le matin (47 % dans les 30 minutes suivant leur réveil), comparativement à ceux qui ne fumaient plus (33 %). Le vapotage était encore plus courant chez les personnes qui avaient réduit leur usage du tabac, plus de la moitié d'entre elles ayant vapoté en plus de fumer aux vagues 2 (60 %) et 3 (53 %). Ainsi, même si certains utilisent le vapotage comme outil de renoncement au tabac, d'autres vapotent en plus de fumer, et non pour remplacer la cigarette. Même chez les personnes qui vapotaient au moment où elles ont arrêté de fumer, l'utilité du vapotage comme technique de renoncement au tabac était mitigée, obtenant une note moyenne de 7 sur 10 aux vagues 2 et 3. *Au moment d'interpréter ces résultats, il est important de se rappeler que l'étude a d'abord été menée auprès d'un échantillon de référence initial composé de personnes qui fumaient au moment de répondre au premier sondage, et que les données ne reflètent peut-être pas l'expérience de vapotage des gens en dehors de cet univers.*

**La consommation d'alcool et de cannabis est associée dans une certaine mesure à un usage du tabac continu.**

À la deuxième vague, les répondants et répondantes qui fumaient toujours étaient plus susceptibles que ceux ayant arrêté d'avoir consommé du cannabis au cours des 30 jours précédents en le vapotant (30 % contre 17 %), en le fumant (58 % contre 17 %) et en buvant ou mangeant des produits comestibles (32 % contre 20 %). Cette association s'est maintenue à la troisième vague en ce qui a trait aux produits comestibles. Ceux qui fumaient toujours étaient plus susceptibles d'avoir bu de l'alcool au cours des 30 jours précédents (vague 2 : 78 %; vague 3 : 79 %) que ceux qui avaient arrêté de fumer (vague 2 : 68 %; vague 3 : 65 %). La fréquence de l'usage du tabac était aussi liée à une consommation d'alcool plus élevée; en effet, les personnes qui fumaient tous les jours étaient plus susceptibles de boire aussi tous les jours à la vague 2 (16 %) et à la vague 3 (16 %) que celles qui ne fumaient qu'à l'occasion, voire pas du tout.

**Les mégots de cigarettes sont souvent jetés de façon inappropriée et potentiellement néfaste pour**

**l'environnement.** La majorité des répondants et répondantes ont avoué jeter leurs mégots de cigarettes au sol au moins à l'occasion (61 %). Un pourcentage relativement élevé a aussi admis les jeter dans la toilette (40 %) ou dans le compost (25 %) au moins à l'occasion. Ces pratiques sont préoccupantes, puisque les mégots contiennent du plastique, de la nicotine, des métaux lourds et d'autres produits chimiques pouvant nuire à l'environnement lorsqu'ils ne sont pas éliminés correctement, en plus de faire peser le fardeau du nettoyage aux communautés. La mise au rebut des emballages de cigarettes semble entraîner une certaine confusion chez quelques personnes; alors que les cartouches et paquets se retrouvent habituellement au recyclage, la pellicule de plastique et la feuille d'aluminium sont souvent jetées à la poubelle.

**Principales constatations – phase qualitative**

**Presque la totalité des participants et participantes fumant ou non au moment des entrevues avaient déjà fait au moins une tentative de renoncement au tabac, avec divers degrés de réussite.** Ils voyaient le plus souvent la cigarette comme une source de réconfort ou un moyen de soulager le stress, mais aussi comme une activité sociale, ou encore un moyen de s'évader des rigueurs du quotidien.

**Tous n'avaient pas la même définition d'un renoncement réussi.** Certains considéraient comme une réussite la réduction importante de la consommation, la transition vers le vapotage ou encore le fait de fumer seulement lors d'occasions spéciales, tandis que d'autres étaient d'avis que pour véritablement arrêter de fumer, il fallait s'abstenir complètement de toute forme de nicotine. Malgré ces différentes perceptions, un thème commun s'est dégagé, laissant entendre que la majorité des gens ne considéraient pas l'abandon du tabac comme une action unique ayant une finalité, mais plutôt comme un effort continu, possiblement permanent, comprenant une multitude d'étapes et de cibles.

**Les gens étaient souvent d'avis que seuls des problèmes de santé déjà présents ou un diagnostic inquiétant les motiveraient réellement à apporter des changements dans leur usage du tabac.** De plus, la présence de stress dans la vie les dissuadait grandement d'arrêter de fumer. En effet, la tendance à se servir de la cigarette comme d'une béquille en période de stress ou d'incertitude était la principale cause de l'échec des tentatives de renoncement.

**Chez les gens qui consommaient régulièrement de l'alcool, une part importante jugeait qu'il y avait un lien étroit entre cigarette et alcool, et que boire incitait souvent à fumer.** Un petit groupe de participants et participantes, cependant, estimaient que ces deux comportements étaient tout à fait distincts. Seules quelques personnes ont admis consommer du cannabis, et elles n'ont fait état d'aucun lien entre celui-ci et la cigarette.

**On a constaté une certaine incertitude quant au vapotage et à son utilité pour arrêter de fumer.** Pour certaines personnes, ce sentiment découlait d'un scepticisme dans la capacité du vapotage à remplacer la cigarette en raison des différences en matière de goût, d'odeur ou de sensation. D'autres étaient réticentes à y avoir recours en raison de l'insuffisance des renseignements accessibles sur les possibles effets néfastes du vapotage, tandis que quelques personnes croyaient à tort que le vapotage était en fait pire que la cigarette pour la santé. Dans l'ensemble, le vapotage ne semblait pas une méthode fiable de renoncement au tabac. Il convient de souligner que l'échantillon était composé de personnes qui fumaient ou avaient récemment arrêté de fumer, et n'était donc pas représentatif de l'ensemble des expériences et opinions en matière de vapotage et d'usage du tabac.

**En général, les participants et participantes considéraient les médicaments d'ordonnance comme étant plus utiles que la gomme à mâcher, les pastilles ou les timbres en vente libre pour arrêter de fumer.** La plupart des gens avaient fait l'essai d'au moins un type d'outils de renoncement au tabac dans le passé, souvent plusieurs, et bon nombre d'entre eux comptaient probablement y recourir de nouveau. Ceux qui avaient déjà réussi à arrêter de fumer pendant une période prolongée ont mentionné que de tels outils (le plus souvent les médicaments, la gomme à mâcher ou les timbres) les avaient aidés au cours des premières étapes du renoncement.

**On connaissait peu les ressources mentales et émotionnelles comme le counseling et les livres de croissance personnelle.** Lorsque questionnées à ce sujet, les personnes ayant déjà tenté d'arrêter de fumer ont manifesté un vague intérêt pour les ressources telles que les groupes de soutien et la thérapie qui les aideraient à comprendre et à gérer le stress et les facteurs émotionnels les ayant empêchées de réussir dans le passé. Certains participants et participantes ont indiqué qu'ils s'appuieraient sur leur cercle social pour obtenir de l'aide au moment d'arrêter de fumer. Ils ont souvent parlé d'amis ou de membres de leur famille, et certains ont aussi mentionné avoir consulté leur médecin.

**Les gens étaient fortement d'avis que le seul véritable moyen de renoncer au tabac était d'arrêter d'un coup.** Plusieurs jugeaient que, pour réussir à arrêter de fumer, il fallait se trouver dans le bon état d'esprit et s'y engager pleinement. La nécessité que les « circonstances idéales » soient en place accompagnait souvent cette opinion, et les gens attendaient donc souvent un moment de leur vie où les facteurs de stress étaient moins nombreux pour apporter des changements à leurs habitudes, et comptaient alors sur leur propre volonté pour réussir. Cette dépendance à la volonté pourrait contribuer à cette tendance qu'ont les personnes qui connaissent une rechute à se tenir responsables de leur échec plutôt qu'à reconnaître la difficulté du renoncement au tabac. Comme il a été relevé dans les données quantitatives, cette perception du renoncement semble contribuer au cycle de tentatives et de rechutes qui, pour plusieurs, est fréquent et rapide. De plus, les participants et participantes connaissaient souvent mal les ressources qui pourraient les aider à remédier aux facteurs de stress auxquels ils attribuaient leurs rechutes.

**Pour réduire leur stress et leur dépendance perçue à leur propre volonté, les personnes qui tentent d'arrêter de fumer ont besoin d'un ensemble d'outils rigoureux qui leur donne les moyens nécessaires pour surmonter les obstacles sur tous les fronts.** Les participants et participantes ont relevé que les messages sur le renoncement au tabac portent souvent sur les conséquences néfastes de la cigarette sur la santé, les outils pour arrêter de fumer ou les techniques principalement axées sur les symptômes de sevrage physiques. Alors que ceux qui fumaient avaient souvent réussi à arrêter à court terme en faisant appel à des méthodes réduisant les envies et les distrayant temporairement de l'ennui, ces tentatives se soldaient généralement par un échec à long terme, parce que les gens n'étaient pas équipés pour gérer leur stress sans la cigarette. On a souvent évoqué la nécessité de messages et de ressources sur le renoncement qui aident les gens à trouver une méthode s'attaquant aux envies de fumer, aux symptômes de sevrage, à l'ennui, aux habitudes sociales et au stress.

D'autres commentaires démontraient également un intérêt pour du soutien tenant compte de la difficulté du renoncement au tabac. En informant les gens à ce sujet, on pourrait accroître les chances de réussite à plus long terme en détournant les gens du défaitisme et de l'autoaccusation et en les orientant vers des ressources basées sur des données probantes.

**Plusieurs personnes ont relevé la nécessité d'aborder différemment les publicités antitabac pour dissuader la prochaine génération d'acquiescer cette habitude.** Cette opinion était souvent accompagnée du regret d'avoir commencé à fumer à un jeune âge. On a suggéré précisément des vidéos publicitaires, des publications sur les réseaux sociaux ou des partenariats avec des influenceurs, ce qui, de l'avis de certains, serait plus efficace que les publicités imprimées ou les messages sur les paquets de cigarettes.

## D. Énoncé de neutralité politique et coordonnées

Par la présente, je certifie, en tant que cadre supérieure d'Environics, que les produits livrables sont entièrement conformes aux exigences du gouvernement du Canada en matière de neutralité politique, comme elles sont définies dans la Politique sur les communications et l'image de marque et la Directive sur la gestion des communications. Plus particulièrement, les produits livrables ne font aucune mention des intentions de vote électoral, des préférences quant aux partis politiques, des positions des partis ou de l'évaluation de la performance d'un parti politique ou de son chef.

Stephanie Coulter  
Associée principale en recherche, Affaires générales et publiques  
Environics Research Group  
[stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca)

**Fournisseur :** Environics Research Group  
Numéro de contrat de TPSGC : CW2246278  
Date du contrat initial : 28 octobre 2022  
Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Santé Canada, à l'adresse : [hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca](mailto:hc.cpab.por-rop.dgcap.sc@canada.ca).

## Introduction

La Stratégie canadienne sur le tabac s'est fixé l'objectif ambitieux de réduire à 5 % la consommation de tabac au sein de la population canadienne d'ici 2035. Pour y parvenir, Santé Canada doit comprendre les facteurs qui influencent les transitions, qu'il s'agisse de commencer à fumer, d'arrêter de fumer, de connaître une rechute ou de passer à une autre forme de consommation de nicotine (comme le vapotage). Ces renseignements pourraient servir à l'élaboration de programmes visant à empêcher les gens de commencer à fumer et à aider ceux qui fument dans leurs efforts de renoncement au tabac à long terme.

Les travaux réalisés précédemment par la Direction de la lutte au tabagisme de Santé Canada étaient principalement de nature rétrospective et transversale, sous forme de sondages ou de séances de discussion en groupe portant sur les comportements antérieurs. On comprend toutefois encore mal la transition entre les produits à l'échelle individuelle chez les personnes qui fument et qui vapotent. Des projets de recherche sur l'opinion publique ont commencé à se pencher sur les transitions concernant le vapotage, mais il faut davantage de données prospectives et de transition concernant l'usage du tabac. Les données de transition permettront de mieux comprendre dans quelle mesure les habitudes d'utilisation d'une personne peuvent changer (ou non) au fil du temps, de déterminer les facteurs influençant ces changements (par exemple, les préjugés) et de cerner tout autre facteur qui pourrait être influencé par ces changements (comme l'auto-évaluation de la santé).

Cette étude poursuit l'analyse des attitudes et des changements dans les habitudes d'usage du tabac amorcée dans le sondage de référence (POR 096-21). Celui-ci a été mené auprès de Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus (avec un suréchantillon chez les 15 à 24 ans) qui avaient fumé une cigarette dans les 30 jours précédents. Ces personnes avaient aussi parfois vapoté durant cette période (et étaient donc des utilisateurs mixtes). Les transitions qui revêtent un intérêt comprennent le fait de recommencer à fumer, d'arrêter de fumer ou de commencer à vapoter. Parmi les autres variables d'intérêt, notons l'attrait et l'utilisation des outils de renoncement au tabac, de même que le fait pour les transitions d'être ou non associées à des changements d'opinion (p. ex., l'auto-évaluation de la santé ou les attitudes relatives à la consommation).

Ce projet a fait appel à des méthodes de recherche quantitative et qualitative, soit deux sondages en ligne auprès d'un échantillon récurrent ainsi que des entrevues individuelles en profondeur visant à explorer les facteurs, les répercussions et les obstacles.

### **Objectifs**

La recherche a pour principal objectif de comprendre les habitudes d'usage du tabac au fil du temps sur le plan individuel. Elle a aussi permis de recueillir de l'information sur les attitudes et les comportements des Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fumaient au moment du sondage de référence afin d'analyser les divergences au fil du temps qui pourraient être associées à des changements dans l'utilisation.

De façon plus précise, la recherche visait entre autres à :

- cerner les profils de consommation des personnes qui fumaient lors du sondage de référence;
- comprendre les facteurs qui provoquent des changements dans le statut d'usage du tabac, y compris les tentatives d'abandon et le renoncement;
- comprendre les changements dans les habitudes de vapotage, y compris le fait de commencer à vapoter ou d'arrêter de vapoter;
- mesurer le niveau de sensibilisation et de connaissances des Canadiens et Canadiennes qui fument en ce qui a trait aux produits de vapotage;
- recueillir de l'information sur le niveau de sensibilisation, les connaissances et les comportements des Canadiens et Canadiennes qui fument en ce qui a trait aux produits de renoncement au tabac;
- recueillir de l'information sur les dispositifs et les liquides à vapoter utilisés par les Canadiens et Canadiennes qui vapotent.

### **À propos du rapport**

Le présent rapport commence par un résumé exposant les principales constatations et conclusions des sondages quantitatifs et des entrevues individuelles, suivi d'une analyse détaillée et d'une ventilation des résultats. L'annexe A présente une description détaillée des méthodologies utilisées pour les sondages et les entrevues; les questionnaires se trouvent aux annexes B et C, tandis que le guide de discussion pour les entrevues individuelles et le questionnaire de recrutement sont aux annexes D et E.

Tout au long du rapport, certains termes sont utilisés pour faire la distinction entre certains sous-groupes, en fonction des habitudes d'usage du tabac, des transitions et du vapotage. Le rapport fait mention des groupes suivants :

- **Ont fumé au cours des 30 jours précédents** : Les répondants et répondantes qui ont fumé de façon quotidienne, hebdomadaire ou mensuelle au cours de la période de 30 jours précédant le sondage. Ces personnes sont parfois désignées dans le rapport comme *fumant toujours*.
  - **Statut d'usage du tabac inchangé** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont fumé de façon continue de la première à la troisième vague, sans réduction ou augmentation décelables de leur consommation et sans renoncement. Elles sont parfois désignées dans le rapport comme *fumant à la même fréquence*, ou une autre formulation semblable permettant de les distinguer des autres.
  - **Ont connu une rechute** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes avaient cessé de fumer entre la première et la deuxième vague, mais avaient recommencé à la troisième.
  - **Ont réduit leur consommation** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont réduit la fréquence de leur usage du tabac entre la première et la troisième vague.
  - **Ont augmenté leur consommation** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont fumé au cours des 30 jours précédents. Ces personnes ont augmenté la fréquence de leur usage du tabac entre la première et la troisième vague.
- **Ont renoncé au tabac** : Les répondants et répondantes qui n'ont pas fumé la cigarette au cours de la période de 30 jours précédant le sondage. Ces personnes sont parfois désignées comme *ayant arrêté de fumer*.

- **Ont renoncé depuis peu** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes ayant renoncé au tabac. Ces personnes fumaient toujours lors de la deuxième vague, mais avaient cessé à la troisième.
- **Ont renoncé depuis plus longtemps** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes ayant renoncé au tabac. Ces personnes avaient déjà cessé de fumer à la deuxième vague, et ne fumaient toujours pas lors de la troisième.
- **Ont vapoté au cours des 30 jours précédents** : Les répondants et répondantes qui ont vapoté des liquides avec ou sans nicotine au cours de la période de 30 jours précédant le sondage. Ce groupe ne tient pas compte du vapotage de cannabis.
  - **Usage en alternance** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont vapoté au cours des 30 jours précédents. Ces personnes fumaient et vapotaient au cours des 30 jours précédant le sondage.
  - **Ont vapoté seulement** : Un sous-ensemble des répondants et répondantes qui ont vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage et qui avaient cessé de fumer.
- **Ont arrêté de vapoter** : Les répondants et répondantes qui ont vapoté dans le passé, mais pas au cours de la période de 30 jours précédant le sondage.
- **N'ont jamais vapoté** : Ces personnes n'ont jamais vapoté régulièrement, selon leurs réponses au sondage.

Il convient de souligner que dans le rapport sur le sondage de référence, les termes « vapoteurs » et « fumeurs » ont été utilisés pour désigner les personnes qui vapotaient ou fumaient. Afin d'éviter la stigmatisation, le présent rapport fait appel à une terminologie différente pour décrire les sous-groupes de répondants et répondantes au sondage en fonction de leurs habitudes de vapotage et d'usage du tabac.

Les résultats quantitatifs sont basés sur l'échantillon total, à moins d'indication contraire. Dans le présent rapport, les résultats sont exprimés en pourcentages, à moins d'avis contraire. Il est possible que la somme des résultats ne soit pas égale à 100 % en raison de l'arrondissement des nombres ou de réponses multiples.

Un document distinct renferme un ensemble de tableaux croisés présentant les résultats obtenus à toutes les questions des deuxième et troisième vagues de sondages en fonction de sous-groupes. Dans l'analyse détaillée, chacun de ces tableaux est associé à une question du sondage.

Les différences dignes de mention entre les sous-groupes sont relevées en fonction des résultats du test statistique Z avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des pourcentages et en fonction des résultats du test bilatéral T avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des moyennes. Les comparaisons reposent sur les différences entre les sous-groupes exclusifs, et non sur les différences par rapport au total ou à des groupes qui se chevauchent.

Au moment d'interpréter les résultats, il convient de noter que, puisque les répondants et répondantes au sondage en ligne ont été recrutés à partir d'un panel à participation volontaire, l'échantillon est non probabiliste et aucune marge d'erreur ne peut être calculée. Les pourcentages rapportés ne peuvent être généralisés à d'autres groupes que l'échantillon à l'étude; il est donc impossible de tirer des inférences statistiques officielles entre l'échantillon et la population cible élargie qu'il vise à représenter.

Il convient de noter que l'étude qualitative jette un regard sur la diversité des opinions présentes au sein d'une population, plutôt que sur la pondération de ces opinions, ce que mesurerait un sondage quantitatif. Les résultats d'une recherche de ce type doivent être considérés comme des indications, mais ils ne peuvent pas être extrapolés à l'ensemble de la population.



## I. Constatations détaillées – phase quantitative

### B. Profil des répondants et répondantes

Le tableau suivant présente le profil des personnes ayant pris part à chaque vague de l'étude. Il convient de noter que les données des première et deuxième vagues ont été pondérées en fonction de la région, de l'âge et du genre de façon à concorder avec celles de l'ECTN 2020. En revanche, les données de la troisième vague n'ont pas été pondérées de façon à éviter de donner trop d'importance aux réponses individuelles dans les sous-groupes de plus petite taille.

À la troisième vague, la composition de l'échantillon non pondéré a quelque peu changé en ce qui a trait à l'âge et au genre, les adultes de 25 ans et plus et les femmes étant relativement surreprésentés comparativement aux vagues précédentes. Sans la pondération, les femmes demeurent surreprésentées dans l'échantillon, mais la proportion des groupes d'âge est semblable aux pourcentages pondérés des vagues précédentes. En général, la composition de l'échantillon en fonction des autres variables démographiques était relativement semblable d'une vague à l'autre, outre une légère hausse du pourcentage de francophones.

Au moment d'interpréter les résultats, il est important de tenir compte de la taille décroissante des échantillons d'une vague à l'autre. Plus l'échantillon est restreint, plus il devient difficile de cerner les tendances au sein de sous-groupes précis ou de relever les différences entre les sous-groupes, en particulier de façon continue (c'est-à-dire d'une vague à l'autre). La composition de l'échantillon est décrite de façon plus détaillée dans la section Méthodologie du présent rapport.

## Profil des répondants et répondantes par vague

<b>Caractéristique</b>	<b>Vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Vague 3 (n = 675)</b>
<b>Âge</b>			
Jeunes (de 15 à 19 ans)	2 %	2 %	2 %
Jeunes adultes (de 20 à 24 ans)	6 %	6 %	7 %
Adultes (25 ans et plus)	92 %	92 %	91 %
<b>Genre</b>			
Genre féminin	40 %	40 %	56 %
Genre masculin	60 %	60 %	44 %
Autre identité de genre	< 1 %	< 1 %	1 %
Préfèrent ne pas répondre	< 1 %	0 %	0 %
<b>Région</b>			
C.-B./Territoires	10 %	10 %	10 %
Alberta	13 %	13 %	10 %
Saskatchewan	4 %	4 %	3 %
Manitoba	4 %	4 %	3 %
Ontario	35 %	35 %	39 %
Québec	26 %	26 %	28 %
Atlantique	7 %	7 %	8 %
<b>État matrimonial</b>			
Jamais légalement marié(e)s ou vécu en union de fait	29 %	31 %	31 %
Légalement marié(e)s et non séparé(e)s	36 %	34 %	36 %
En union de fait	19 %	18 %	18 %
Séparé(e)s, mais toujours légalement marié(e)s	4 %	4 %	3 %
Divorcé(e)s	7 %	8 %	8 %
Veufs et veuves	3 %	3 %	3 %
Préfèrent ne pas répondre	2 %	3 %	1 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

## Profil des répondants et répondantes par vague (suite)

<b>Caractéristique</b>	<b>Vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Vague 3 (n = 675)</b>
<b>Emploi</b>			
Cadres intermédiaires ou supérieur(e)s	16 %	16 %	13 %
Professionnel(le)s	21 %	25 %	26 %
Technicien(ne)s ou auxiliaires	11 %	8 %	11 %
Personnel de vente et de service	12 %	12 %	14 %
Personnel de soutien administratif	12 %	14 %	15 %
Métiers industriels, de l'électricité et de la construction	6 %	5 %	4 %
Métiers liés à l'entretien, à la gestion du matériel, à l'installation, à la réparation ou à la manutention	5 %	4 %	3 %
Opérateur(trice)s ou assembleur(se)s de machines de transformation, de fabrication ou du secteur des services publics	4 %	3 %	3 %
Travailleurs et travailleuses en construction, agricoles, forestiers, de la pêche, en aménagement paysager ou généraux	6 %	9 %	5 %
Préfèrent ne pas répondre	6 %	5 %	5 %
<b>Revenu du ménage</b>			
NET : Moins de 40 000 \$	25 %	27 %	27 %
De 40 000 \$ à moins de 60 000 \$	16 %	16 %	15 %
De 60 000 \$ à moins de 80 000 \$	15 %	17 %	15 %
De 80 000 \$ à moins de 100 000 \$	15 %	13 %	12 %
De 100 000 \$ à moins de 150 000 \$	16 %	15 %	17 %
150 000 \$ et plus	8 %	7 %	7 %
Préfèrent ne pas répondre	5 %	6 %	5 %
<b>Identité</b>			
Membres d'une minorité visible	21 %	19 %	20 %
Membres de la communauté LGBTQ2+	11 %	8 %	9 %
Personnes vivant avec un handicap physique	S. O.	16 %	16 %
Personnes vivant avec une maladie mentale	S. O.	17 %	16 %
Aucune de ces réponses	71 %	57 %	55 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

## Profil des répondants et répondantes par vague (suite)

<b>Caractéristique</b>	<b>Vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Vague 3 (n = 675)</b>
<b>Identité autochtone</b>			
NET : Autochtones	5 %	7 %	7 %
Membres des Premières Nations	3 %	4 %	4 %
Métis(es)	2 %	3 %	3 %
Inuit(e)s	< 1 %	< 1 %	0 %
Non-Autochtones	86 %	86 %	86 %
Préfèrent ne pas répondre	9 %	7 %	8 %
<b>Niveau de scolarité</b>			
NET : Études secondaires ou moins	30 %	29 %	30 %
Apprentissage enregistré ou autre certificat ou diplôme d'une école de métiers	8 %	8 %	8 %
Collège, cégep ou autre certificat ou diplôme non universitaire	23 %	25 %	25 %
Certificat ou diplôme universitaire inférieur au baccalauréat	10 %	8 %	7 %
Baccalauréat	20 %	22 %	21 %
Diplôme d'études supérieures au baccalauréat	9 %	7 %	9 %
<b>Langue la plus souvent parlée à la maison</b>			
Anglais	79 %	73 %	72 %
Français	17 %	23 %	24 %
Autre	3 %	4 %	4 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

## C. Fréquence, antécédents et niveau de consommation

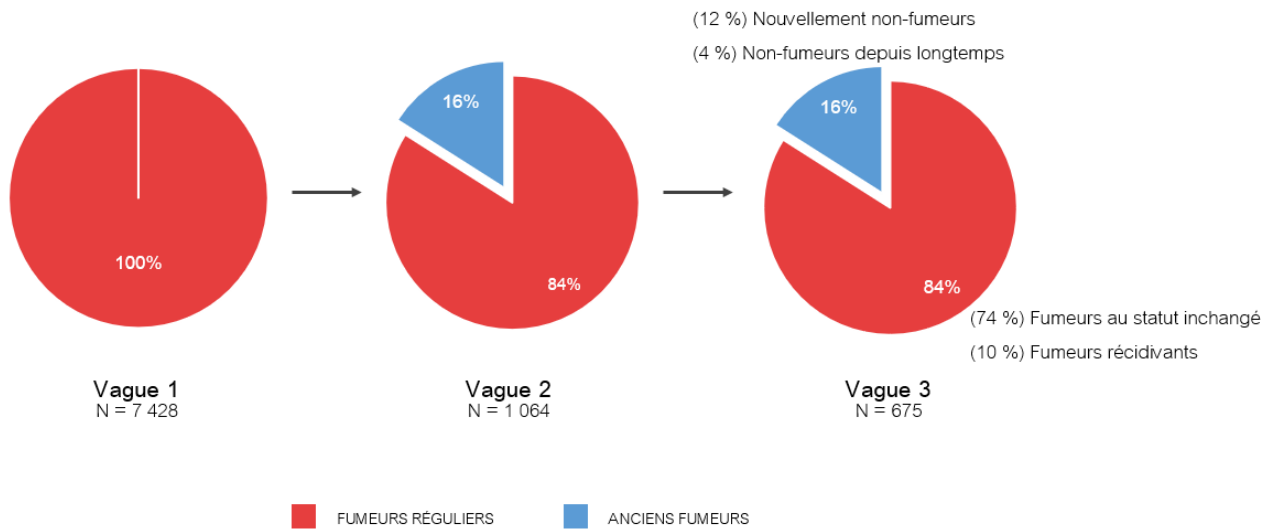
### 1. Statut d'usage du tabac

*La plupart du temps, les gens ont fumé de façon ininterrompue du sondage de référence jusqu'à la troisième vague; seulement une personne sur quatre a connu une période notable sans fumer entre l'une ou l'autre des vagues de sondage.*

L'évolution des habitudes d'usage du tabac au cours des trois vagues a pris la forme de quatre inclinations possibles à la fin de l'étude :

1. Les personnes qui fumaient toujours, soit celles qui fumaient au moment de répondre au sondage de référence (première vague) ainsi qu'à ceux des deuxième et troisième vagues.
2. Les personnes qui avaient cessé de fumer à plus long terme, c'est-à-dire celles qui fumaient à la première vague, mais qui avaient arrêté lors des vagues 2 ou 3.
3. Les personnes qui avaient récemment cessé de fumer, c'est-à-dire celles qui fumaient aux première et deuxième vagues, mais qui avaient renoncé à la troisième.
4. Les personnes ayant connu une rechute, c'est-à-dire celles qui fumaient à la première vague, avaient cessé à la deuxième, puis avaient recommencé à la troisième.

Dans l'ensemble des trois vagues, les trois quarts des répondants et répondantes (74 %) n'avaient jamais cessé de fumer (c'est-à-dire qu'ils avaient fumé au cours de la période de 30 jours précédant chacun des trois sondages). Chez ceux qui fumaient lors de la troisième vague, certains avaient augmenté (13 %) ou réduit (12 %) la fréquence de leur consommation de façon marquée, passant à un usage du tabac quotidien, hebdomadaire ou mensuel. On observe un roulement considérable entre les personnes dont les habitudes d'usage du tabac ont changé. En effet, seulement 4 % des répondants et répondantes de la troisième vague avaient cessé de fumer depuis longtemps, ce qui signifie que la majorité de ceux qui ne fumaient pas lors de la deuxième vague avaient connu une rechute à la troisième, et la majorité de ceux qui ne fumaient plus à la troisième vague avaient arrêté récemment, c'est-à-dire entre les deuxième et troisième vagues.



Une analyse plus détaillée des habitudes d'usage du tabac à chaque vague montre que, même lorsque les abandons sont inclus dans le total, le pourcentage de personnes qui fumaient tous les jours est demeuré pratiquement inchangé d'une vague à l'autre, connaissant une baisse d'environ 5 points entre la vague 1 (66 %) et la vague 3 (61 %). Ainsi, chez les répondants et répondantes qui fumaient toujours, le pourcentage de ceux qui s'y adonnaient de façon quotidienne avait en fait augmenté.

Si l'on se penche de plus près sur le statut d'usage du tabac au fil du temps, les personnes qui fumaient à l'occasion (c'est-à-dire toutes les semaines ou tous les mois) à la vague 1, bien qu'elles fussent plus nombreuses que celles qui fumaient alors tous les jours à avoir renoncé au tabac au moment de la troisième vague, étaient tout de même plus susceptibles d'avoir commencé à fumer tous les jours à la vague 3 qu'elles ne l'étaient d'avoir abandonné complètement.

#### Statut d'usage du tabac aux trois vagues de l'étude

<b>QA1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>
Tous les jours	66 %	63 %	61 %
Net : À l'occasion	34 %	23 %	23 %
<i>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</i>	20 %	15 %	15 %
<i>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</i>	13 %	8 %	8 %
Pas du tout	S. O.	14 %	16 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

#### Statut d'usage du tabac à la vague 2 en fonction du statut à la vague 1

<b>QA1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette?</b>	<b>Tous les jours à la vague 1 (n = 577)</b>	<b>Toutes les semaines à la vague 1 (n = 245)</b>	<b>Tous les mois à la vague 1 (n = 240)</b>
Tous les jours	79 %	26 %	8 %
Net : À l'occasion	11 %	57 %	56 %
<i>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</i>	9 %	41 %	31 %
<i>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</i>	2 %	16 %	25 %
Pas du tout	10 %	18 %	36 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

## Statut d'usage du tabac à la vague 3 en fonction du statut à la vague 1

<b>QA1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette?</b>	<b>Tous les jours à la vague 1 (n = 452)</b>	<b>Toutes les semaines à la vague 1 (n = 119)</b>	<b>Tous les mois à la vague 1 (n = 104)</b>
Tous les jours	69 %	52 %	40 %
Net : À l'occasion	18 %	32 %	34 %
<i>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</i>	12 %	19 %	25 %
<i>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</i>	6 %	13 %	9 %
Pas du tout	13 %	16 %	26 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

On observe à la vague 3 certaines différences significatives entre les sous-groupes démographiques dans les comportements et changements d'habitude en matière d'usage du tabac.

- Sur le plan régional, le pourcentage de rechute entre les vagues 2 et 3 était plus faible dans les provinces de l'Atlantique (2 %) que dans les autres régions.
- Les femmes étaient plus nombreuses que les hommes à ne pas fumer (15 % contre 9 %).
- Les répondants et répondantes dont le revenu se situait dans la tranche la plus élevée (100 000 \$ et plus) étaient plus susceptibles de ne pas fumer (18 %) que ceux dont le revenu était plus faible.

## 2. Nombre de cigarettes fumées par jour

*La majorité des gens consommaient de une à dix cigarettes par jour, les jours où ils fumaient, et ce, aux trois vagues.*

Le nombre de cigarettes fumées par jour est demeuré stable au cours des trois vagues de sondages, un peu plus de six personnes sur dix indiquant en fumer de une à dix, les jours où elles fumaient. Le nombre moyen de cigarettes fumées oscillait entre 10 et 10,5. Seuls 2 % des répondants et répondantes ont indiqué fumer chaque jour 31 cigarettes ou plus, et ce, aux trois vagues.

### Nombre de cigarettes fumées par jour

<b>QB2. Usage quotidien : Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour? Usage occasionnel : Les jours où vous fumez, combien de cigarettes consommez-vous environ?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
<i>Net : De 1 à 10</i>	61 %	62 %	63 %
1	10 %	10 %	9 %
De 2 à 5	29 %	30 %	32 %
De 6 à 10	22 %	22 %	23 %
De 11 à 20	30 %	28 %	28 %
De 21 à 30	8 %	7 %	7 %
31 ou plus	2 %	2 %	2 %
<i>Moyenne</i>	10,50	10,57	10,17
<i>Médiane</i>	10	9	8

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours et à l'occasion (vague 1 : n = 7 248; vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).*



En plus de fumer moins souvent, les répondants et répondantes qui fumaient à l'occasion (et non tous les jours) fumaient aussi moins de cigarettes les jours où ils fumaient.

### Nombre de cigarettes fumées par jour par fréquence

QB2. Usage quotidien : Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour? Usage occasionnel : Les jours où vous fumez, combien de cigarettes consommez-vous environ?	Vague 1		Vague 2		Vague 3	
	Usage quotidien (n = 4 140)	Usage occasionnel (n = 3 108)	Usage quotidien (n = 643)	Usage occasionnel (n = 265)	Usage quotidien (n = 415)	Usage occasionnel (n = 154)
Net : De 1 à 10	47 %	87 %	50 %	96 %	51 %	97 %
1	2 %	26 %	4 %	24 %	2 %	26 %
De 2 à 5	18 %	50 %	18 %	56 %	20 %	63 %
De 6 à 10	27 %	11 %	28 %	16 %	29 %	8 %
De 11 à 20	40 %	10 %	37 %	3 %	37 %	3 %
De 21 à 30	11 %	2 %	10 %	1 %	10 %	1 %
31 ou plus	2 %	1 %	3 %	0 %	2 %	0 %
Moyenne	13,25	5,08	13,13	3,59	12,72	3,30
Médiane	12	5	11	2	10	2

Échantillon : Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours et à l'occasion (vague 1 : n = 7 248; vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).

Peu de différences ont été relevées aux vagues 2 et 3 entre les sous-groupes démographiques et en fonction des habitudes d'usage du tabac :

- À la deuxième vague, les jeunes (95 %) et les jeunes adultes (92 %) étaient beaucoup plus susceptibles que les adultes (60 %) de fumer 10 cigarettes ou moins par jour. Une telle différence directionnelle était aussi présente à la vague 3, sans toutefois être significative en raison de la taille de l'échantillon.
- En ce qui a trait aux changements d'habitudes, les personnes qui avaient fumé de façon ininterrompue (c'est-à-dire de statut inchangé) de la deuxième à la troisième vague avaient tendance à fumer un plus grand nombre de cigarettes par jour (une moyenne de 11,93) que celles qui avaient arrêté, puis recommencé (8,39).

### 3. Moment de la première cigarette

*Le moment de la première cigarette de la journée était semblable à toutes les vagues; une majorité fumait pour la première fois dans les 30 minutes suivant le réveil.*

À chaque vague, chez les personnes ayant fumé au cours des 30 jours précédents, environ six sur dix fumaient leur première cigarette de la journée dans les 30 minutes suivant leur réveil. Le moment de la première cigarette était très semblable d'une vague à l'autre.

#### Moment de la première cigarette

<b>QB3. Combien de temps après votre réveil fumez-vous habituellement votre première cigarette?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
Net : Dans les 30 premières minutes	58 %	59 %	58 %
Moins de 5 minutes	18 %	16 %	17 %
De 6 à 30 minutes	40 %	43 %	41 %
De 31 minutes à 1 heure	17 %	17 %	18 %
Plus de 1 heure	26 %	24 %	25 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 7 428; vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).*

On n'a relevé aucune différence importante entre les sous-groupes démographiques, mais le moment de la première cigarette variait à la troisième vague en fonction des habitudes d'usage du tabac :

- Les personnes qui fumaient tous les jours étaient beaucoup plus susceptibles d'avoir leur première cigarette dans les 30 minutes suivant leur réveil (70 %), comparativement à celles qui fumaient à l'occasion (23 %).
- Les personnes qui avaient continué de fumer entre les vagues étaient plus enclines que celles qui avaient arrêté, puis rechuté à fumer dans les 30 minutes suivant leur réveil (66 % contre 46 %).

#### 4. **Indice de dépendance au tabac**

*La moitié des personnes qui fumaient tous les jours aux deuxième et troisième vagues présentaient une faible dépendance selon l'indice de dépendance au tabac.*

L'indice de dépendance au tabac permet d'attribuer un score aux personnes qui fument tous les jours en fonction des réponses à deux questions clés : le nombre de cigarettes qu'elles fument chaque jour et le délai entre leur réveil et leur première cigarette. Les personnes qui fument un plus grand nombre de cigarettes par jour et qui fument leur première cigarette peu après leur réveil se voient attribuer un score plus élevé, ce qui signifie une plus forte dépendance<sup>1</sup>.

Les scores selon l'indice de dépendance au tabac fluctuaient quelque peu d'une vague à l'autre, mais, dans l'ensemble, le score moyen était près de deux pour les trois sondages, et environ la moitié des personnes qui fumaient tous les jours présentaient une faible dépendance. Les répondants et répondantes se trouvant dans la catégorie de faible dépendance étaient moins nombreux aux deuxième et troisième vagues comparativement à la première; cela pourrait s'expliquer par le phénomène d'attrition, ceux qui présentaient une plus faible dépendance ayant réduit leur usage ou arrêté de fumer entre les vagues.

##### Indice de dépendance au tabac

Score	Total vague 1 (n = 4 140)	Total vague 2 (n = 643)	Total vague 3 (n = 415)
Faible dépendance (de 0 à 2)	65 %	52 %	53 %
Dépendance modérée (3 ou 4)	34 %	45 %	45 %
Forte dépendance (5 ou 6)	1 %	3 %	2 %
Moyenne	2,05	1,56	2,33
Médiane	2	2	2

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours.*

Comme cet indice a seulement été calculé chez les personnes qui fumaient tous les jours, l'échantillon pour cette question est composé d'un groupe de personnes plus homogène que l'échantillon total; on a donc observé peu de différences significatives dans l'indice de dépendance au tabac entre les sous-groupes démographiques et selon les habitudes d'usage du tabac.

<sup>1</sup> B3. Délai entre le réveil et la première cigarette : SCORE : 61 minutes ou plus = 0; de 31 à 60 minutes = 1; de 6 à 30 minutes = 2; de 0 à 5 minutes = 3.  
B2. Nombre de cigarettes fumées par jour : SCORE : de 1 à 10 cigarettes = 0; de 11 à 20 cigarettes = 1; de 21 à 30 cigarettes = 2; 31 cigarettes ou plus = 3.

## 5. Fréquence des fortes envies de fumer

*Les deux tiers des gens qui fumaient ressentait de fortes envies de fumer au moins une fois par jour. De telles envies étaient plus fréquentes chez les adultes de 25 ans et plus, de même que chez les répondants et répondantes qui avaient fumé de façon ininterrompue au cours des trois vagues.*

Parmi les personnes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant chacune des vagues, environ les deux tiers ressentait de fortes envies de fumer au moins une fois par jour, et près d'une sur dix ressentait une telle envie toutes les heures. Ces pourcentages sont demeurés relativement inchangés d'une vague à l'autre.

### Fréquence des fortes envies de fumer

<b>QB5. À quelle fréquence ressentez-vous de fortes envies de fumer?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
Jamais	5 %	4 %	2 %
Pas tous les jours	24 %	24 %	29 %
<i>Net : Au moins une fois par jour</i>	69 %	71 %	66 %
Tous les jours	34 %	37 %	34 %
Plusieurs fois par jour	25 %	25 %	24 %
Toutes les heures ou plus souvent	9 %	9 %	8 %
Je ne sais pas	3 %	2 %	3 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 7 428; vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).*

À la deuxième vague, les envies de fumer fréquentes (c'est-à-dire au moins tous les jours) étaient plus courantes chez les adultes (72 %) que chez les jeunes (46 %) et les jeunes adultes (59 %). Une telle différence directionnelle a aussi été relevée à la troisième vague, sans toutefois être significative.

Les envies fréquentes de fumer étaient aussi plus répandues chez les personnes ayant continué de fumer tout au long des trois vagues de l'étude (74 %) que chez celles qui avaient arrêté, puis rechuté entre la deuxième et la troisième vague (51 %).

## 6. Dépenses mensuelles pour des cigarettes

*Le montant moyen dépensé en cigarettes était sensiblement le même aux vagues 2 et 3, s'élevant à un peu plus de 160 \$ pour l'ensemble des personnes qui fumaient, soit un peu plus de 200 \$ chez celles qui fumaient tous les jours et plus de 50 \$ pour celles qui fumaient à l'occasion.*

Chez les répondants et répondantes qui fumaient au moment du sondage, une majorité a indiqué acheter de un à dix paquets de cigarettes par mois aux deuxième (64 %) et troisième (65 %) vagues, à un prix moyen de 16 \$ ou 17 \$ par paquet. Le montant moyen dépensé par mois s'élevait donc à 164 \$ à la vague 2 et à 163 \$ à la vague 3. Sans surprise, les dépenses moyennes variaient en fonction de la fréquence de l'usage du tabac : ceux qui fumaient tous les jours dépensaient un peu plus de 200 \$ par mois (vague 2 : 203 \$; vague 3 : 204 \$) tandis que ceux qui fumaient à l'occasion dépensaient en moyenne entre 50 \$ et 60 \$ par mois (vague 2 : 58 \$; vague3 : 53 \$).

### Nombre de paquets de cigarettes par mois

<b>QB6B. Combien de paquets de cigarettes avez-vous achetés au cours du dernier mois?</b>	<b>Total de la vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
De 1 à 10	64 %	65 %
De 11 à 20	19 %	17 %
De 21 à 30	11 %	12 %
31 ou plus	6 %	5 %
<i>Moyenne (à l'exclusion des zéros)</i>	11,7	11,3
<i>Médiane</i>	8	7

### Prix déclaré par paquet

<b>QB6C. Combien payez-vous habituellement pour un paquet de cigarettes?</b>	<b>Total de la vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
De 1 \$ à 10 \$	18 %	17 %
De 11 \$ à 20 \$	70 %	67 %
De 21 \$ à 30 \$	8 %	11 %
31 \$ ou plus	4 %	5 %
<i>Moyenne (à l'exclusion des zéros)</i>	16,08 \$	16,68 \$
<i>Médiane</i>	15,00 \$	15,00 \$

## Dépenses totales calculées par mois

<b>QB6B* QB6C</b> <b>Dépenses totales</b>	<b>Total de la</b> <b>vague 2</b> <b>(n = 908)</b>	<b>Total</b> <b>vague 3</b> <b>(n = 569)</b>
<i>Moyenne (à l'exclusion des zéros)</i>	164,25 \$	162,79 \$
<i>Médiane</i>	80,00 \$	96,00 \$

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).

Remarque : Toutes les moyennes figurant dans ce tableau ne tiennent pas compte des 0.

## Achat de cigarettes pour un usage quotidien comparativement à un usage occasionnel

	<b>Vague 2 – Usage</b> <b>quotidien</b> <b>(n = 643)</b>	<b>Vague 3 – Usage</b> <b>quotidien</b> <b>(n = 415)</b>	<b>Vague 2 – Usage</b> <b>occasionnel</b> <b>(n = 265)</b>	<b>Vague 3 – Usage</b> <b>occasionnel</b> <b>(n = 152)</b>
Nombre moyen de paquets (QB6B)	14,86	14,55	3,12	2,64
Coût moyen d'un paquet (QB6C)	15,35 \$	15,91 \$	18,07 \$	18,76 \$
Dépenses totales moyennes (QB6B * Q6BC)	203,29 \$	203,68 \$	57,83 \$	52,61 \$

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).

Remarque : Cette question a été ajoutée à la deuxième vague. Toutes les moyennes figurant dans ce tableau ne tiennent pas compte des 0.

Aux deux vagues, les adultes avaient tendance à acheter un plus grand nombre de paquets de cigarettes par mois que les jeunes et les jeunes adultes. À la vague 2, ils achetaient en moyenne 12 paquets par mois, tandis que les jeunes adultes en achetaient 5 et les jeunes, 6. À la vague 3, les adultes achetaient en moyenne 12 paquets par mois, tandis que les jeunes et jeunes adultes en achetaient 8 (les résultats ont été combinés en raison de la petite taille des échantillons).

Le coût déclaré par paquet était un peu plus bas au Québec tant à la vague 2 (14 \$) qu'à la vague 3 (16 \$), comparativement aux autres régions.

## 7. Perception de l'abordabilité des cigarettes

*Aux trois vagues, une personne sur trois trouvait qu'il n'était pas abordable de fumer.*

Parmi la totalité des gens qui fumaient toujours régulièrement, plus d'une personne sur trois trouvait qu'il n'était pas abordable de fumer (vague 2 : 37 %; vague 3 : 39 %). Ces résultats concordent avec ceux de la première vague.

### Perception de l'abordabilité des cigarettes

<b>QB7. Dans quelle mesure les cigarettes que vous achetez sont-elles abordables? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'elles sont très peu abordables et 10, qu'elles sont très abordables.</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
Abordables (de 8 à 10)	21 %	17 %	18 %
Neutres (de 4 à 7)	44 %	45 %	44 %
Peu abordables (de 1 à 3)	35 %	37 %	39 %
<i>Moyenne</i>	4,94	4,66	4,60
<i>Médiane</i>	5	5	4

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 7 248; vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).*

Selon les résultats de la deuxième vague, les adultes, qui avaient aussi tendance à fumer davantage et à acheter un plus grand nombre de paquets de cigarettes, étaient plus susceptibles de juger que fumer n'était pas abordable (39 %), comparativement aux jeunes (18 %) et aux jeunes adultes (20 %). Une telle différence directionnelle entre les groupes d'âge a aussi été relevée à la troisième vague.

Lorsqu'on se penche sur les comportements et changements d'habitudes, près d'une personne fumant tous les jours sur cinq (18 %) trouvait la cigarette abordable, alors que c'était le cas de 9 % des personnes qui fumaient de façon mensuelle.

Les répondants et répondantes fumant tous les jours étaient peut-être plus conscients du prix des cigarettes, parce qu'ils y pensaient plus fréquemment que ceux qui fumaient seulement à l'occasion. Ces résultats viennent mettre en évidence la variabilité chez les personnes qui fumaient tous les jours : alors que certaines ne se souciaient pas du coût, plus du tiers trouvait la cigarette inabordable.

## 8. Perception du prix des cigarettes

*Les deux tiers des gens ont remarqué que le prix des cigarettes avait augmenté entre la deuxième et la troisième vague. Les hausses de prix étaient plus évidentes pour les personnes qui fumaient toujours.*

Les deux tiers des répondants et répondantes de la troisième vague (66 %) ont dit avoir remarqué une hausse du prix des cigarettes depuis la deuxième vague; comme on pouvait s’y attendre, ce groupe était principalement composé de personnes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédents (70 %) plutôt que de gens qui avaient cessé de fumer au moment de la vague 3 (47 %).

### Perception du prix des cigarettes

<b>QB9. Avez-vous remarqué si les prix des cigarettes ont augmenté, ont diminué ou sont demeurés les mêmes depuis que vous avez répondu au dernier sondage en décembre 2022?</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>	<b>Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 569)</b>	<b>Ont arrêté de fumer (n = 106)</b>
Ils ont augmenté	66 %	70 %	47 %
Ils ont diminué	6 %	7 %	4 %
Ils sont demeurés les mêmes	16 %	17 %	11 %
Je ne sais pas	11 %	6 %	38 %

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).*

*Remarque : La question B9 a seulement été posée lors de la troisième vague.*

Lorsque l’on se penche sur les sous-groupes démographiques, on constate certaines divergences entre les régions, la hausse des prix étant plus souvent remarquée au Québec (78 %) que dans les autres régions, en particulier la Colombie-Britannique (53 %), les Prairies (66 %) et l’Ontario (61 %).



## 9. Incidence de l'inflation

*Plus des deux tiers des gens qui fumaient toujours à la troisième vague ont indiqué que l'inflation avait eu une incidence sur leur capacité à se procurer des cigarettes. Cette impression était encore plus présente chez ceux qui avaient recommencé à fumer entre les vagues 2 et 3.*

Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant la troisième vague devaient indiquer si la hausse du prix d'autres produits et biens essentiels avait eu une incidence sur leur capacité à se procurer des cigarettes. Dans l'ensemble, une majorité jugeait avoir été légèrement ou beaucoup touchée (71 %). Ceux ayant arrêté de fumer, puis rechuté entre les vagues 2 et 3 étaient encore plus fortement de cet avis, 82 % d'entre eux considérant avoir été légèrement ou beaucoup touchés par l'inflation, comparativement à 68 % chez ceux qui avaient continué de fumer sans interruption entre les vagues.

### Incidence de l'inflation sur la capacité à se procurer des cigarettes

<b>QB10. Dans quelle mesure les hausses de prix des aliments, du gaz et d'autres biens essentiels ont-elles exercé une influence sur votre capacité à vous procurer des cigarettes?</b>	<b>Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 569)</b>	<b>Statut d'usage du tabac inchangé (n = 337)</b>	<b>Ont connu une rechute (n = 67)</b>
Net : Beaucoup/légèrement	71 %	68 %	82 %
Beaucoup	29 %	28 %	28 %
Légèrement	42 %	41 %	54 %
Pas beaucoup	17 %	18 %	6 %
Pas du tout	13 %	13 %	12 %

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).*

*Remarque : La question B10 a seulement été posée lors de la troisième vague.*

Les différences entre les sous-groupes démographiques en ce qui a trait à l'incidence perçue de l'inflation étaient minimales, et ce, pour les régions, l'âge et le genre. Deux distinctions importantes ont toutefois été observées :

- En ce qui a trait au revenu du ménage, les gens qui gagnaient moins de 40 000 \$ par année étaient plus susceptibles de considérer avoir été *beaucoup* touchés (39 %) que ceux dont le revenu était plus élevé (24 %).
- Les répondants et répondantes dont le ménage comptait des enfants étaient plus nombreux à dire avoir été *beaucoup* ou *légèrement* touchés (79 %) que ceux sans enfant (67 %).

## 10. Intégration de la cigarette dans le budget

**QB11 : Comment intégrez-vous le tabagisme à votre budget (p. ex., en vous privant d'autres choses pour vous permettre d'acheter des cigarettes, en recherchant les détaillants ayant les plus bas prix, en réduisant la fréquence à laquelle vous fumez, etc.)?**

*La réduction de la consommation ou le renoncement au tabac étaient les stratégies budgétaires les plus courantes, suivies de près par les achats en grande quantité ou à prix réduit.*

Les répondants et répondantes qui fumaient au moment du sondage devaient indiquer, dans une question ouverte, de quelle façon ils intégraient la cigarette à leur budget. Ils ont décrit plusieurs stratégies, indiquant le plus souvent qu'ils tentaient de réduire leur consommation ou d'arrêter de fumer (25 %), ou encore qu'ils

essayaient de réaliser des économies au point de vente en achetant des produits du tabac en grande quantité ou à prix réduit (20 %). Souvent, le budget visait plutôt d'autres aspects de la vie. En effet, plus d'une personne sur dix a mentionné établir un budget en général et réduire ses dépenses pour pouvoir acheter des cigarettes (14 %), tandis que 8 % des gens ont mentionné précisément réduire leurs dépenses en produits de luxe et 5 %, en biens essentiels comme l'épicerie. L'achat de cigarettes dans une réserve a aussi été relevé fréquemment (5 %). Environ une personne sur dix a fait mention d'autres stratégies (9 %), comme le fait de travailler davantage, de chercher d'autres sources de revenu, de partager des produits du tabac et de puiser dans ses économies. Il convient de noter que personne n'a explicitement mentionné les achats transfrontaliers ou sur le marché noir.

<b>QB11. Comment intégrez-vous le tabagisme à votre budget?</b>	<b>Vague 3 (n = 569)</b>
Réduction de la consommation ou renoncement	25 %
Achats en grande quantité ou à prix réduit	20 %
Établissement d'un budget général et réduction des dépenses	14 %
Réduction des dépenses en produits de luxe	8 %
Réduction des dépenses en biens essentiels	5 %
Achats dans une réserve	5 %
Autre	9 %
Rien n'est fait	21 %
Aucune réponse	5 %
Je ne sais pas	2 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 3 : n = 569).*

Alors que l'abordabilité perçue différait peu entre les sous-groupes démographiques, les stratégies budgétaires variaient dans une certaine mesure :

- Les gens étaient plus enclins à réduire leur consommation au Québec (34 %) que dans toutes les autres régions (22 %).
- Les adultes de 25 ans et plus étaient plus susceptibles d'établir un budget en général (15 %) que les plus jeunes (6 %).
- Les adultes de 25 ans et plus étaient aussi plus nombreux que les autres à réduire leurs dépenses en produits de luxe (9 % contre 2 %).
- Les hommes (26 %) étaient plus nombreux que les femmes (18 %) à indiquer ne rien faire à ce sujet.

Si l'on se penche sur les habitudes d'usage du tabac :

- Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours étaient plus susceptibles que ceux qui fumaient à l'occasion de faire des achats en grande quantité ou à prix réduit (22 % contre 14 %).
- Ils étaient aussi plus nombreux à dire ne rien faire à ce sujet que ceux qui fumaient de façon hebdomadaire (23 % contre 15 %).

- Les personnes qui fumaient à l'occasion étaient quant à elles plus enclines que celles qui fumaient tous les jours à tenter de réduire leur consommation ou d'arrêter de fumer (36 % contre 21 %).

## 11. **Mise au rebut des mégots et des paquets de cigarettes**

*Les répondants et répondantes jetaient leurs mégots de façon inconstante, et un pourcentage considérable d'entre eux se débarrassaient des mégots et paquets de façon inappropriée au moins à l'occasion.*

Les répercussions de l'usage du tabac sur l'environnement sont souvent reléguées au second plan, derrière les préoccupations pour la santé. Les mégots constituent une forme courante de plastique à usage unique et contiennent de la nicotine, des métaux lourds et d'autres produits chimiques néfastes pour l'environnement lorsque jetés de façon inappropriée. Les paquets, qui comprennent une feuille d'aluminium et une pellicule de plastique, posent aussi problème. Le ramassage des mégots, qui forment une part importante des déchets s'accumulant dans les zones urbaines, peut représenter un fardeau pour les communautés. Les déchets liés à la cigarette peuvent être éliminés de façon plus sécuritaire dans les ordures ménagères. La réduction des dommages à l'environnement fait d'ailleurs partie des bienfaits liés à l'abandon du tabac<sup>2</sup>.

Pour mieux comprendre les perceptions relatives à la mise au rebut des cigarettes, les répondants et répondantes devaient indiquer, lors de la troisième vague, de quelle façon ils jetaient les différents composants des cigarettes et de l'emballage. Les résultats démontrent des habitudes inégales pour ce qui est de l'élimination appropriée. Même s'ils peuvent être expliqués en partie par la commodité, le manque de connaissances pourrait aussi être un facteur, puisque ce sujet est relativement nouveau dans le discours public.

Pour ce qui est des mégots, la moitié des gens ont indiqué les jeter toujours ou la plupart du temps dans les ordures à la maison (51 %). Les cendriers publics (31 %) et les poubelles publiques (16 %) étaient aussi des modes d'élimination courants. Les méthodes inappropriées n'étaient toutefois pas inhabituelles, 61 % des gens jetant leurs mégots par terre, 40 %, dans la toilette et 25 %, dans le compost au moins à l'occasion. Comme près d'une personne sur trois (31 %) a indiqué se débarrasser de ses mégots d'une autre façon, il existe probablement d'autres modes d'élimination courants et potentiellement inappropriés qui n'ont pas été décrits dans le sondage.

En ce qui a trait aux emballages, le recyclage était le moyen le plus courant de se débarrasser des cartouches (63 %) et des paquets (58 %), tandis que la pellicule de plastique et la feuille d'aluminium finissaient généralement à la poubelle (52 % et 63 %, respectivement).

---

<sup>2</sup> « Tobacco: Poisoning our planet », mai 2022, Organisation mondiale de la Santé.  
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240051287>

## Façons de se débarrasser des mégots de cigarette

<b>QB12. Les gens se débarrassent de leurs mégots de cigarettes de différentes manières. À quelle fréquence jetez-vous (avez-vous jeté) vos mégots de cigarettes de la manière suivante :</b>	<b>Toujours/la plupart du temps</b>	<b>Toujours</b>	<b>La plupart du temps</b>	<b>Parfois</b>	<b>Rarement</b>	<b>Jamais</b>
Dans les ordures à la maison	51 %	28 %	23 %	14 %	9 %	26 %
Dans un cendrier public	31 %	14 %	17 %	34 %	18 %	18 %
Dans une poubelle publique	16 %	6 %	9 %	23 %	16 %	45 %
Par terre	11 %	3 %	9 %	21 %	28 %	39 %
Dans la toilette	8 %	3 %	6 %	17 %	15 %	60 %
Dans le compost	8 %	3 %	5 %	9 %	9 %	75 %
Autre	31 %	18 %	13 %	13 %	6 %	51 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).

Remarque : La question B12 a seulement été posée lors de la troisième vague.

## Façons de se débarrasser des emballages de cigarettes

<b>QB13. Comment jetez-vous (ou avez-vous jeté) habituellement vos emballages de cigarettes?</b>	<b>Au recyclage</b>	<b>Dans la poubelle</b>	<b>Autre</b>
Carton	63 %	31 %	6 %
Emballage	58 %	37 %	5 %
Plastique	44 %	52 %	4 %
Papier aluminium	32 %	63 %	5 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).

Remarque : La question B13 a seulement été posée lors de la troisième vague.

Les membres des groupes suivants étaient les plus susceptibles de jeter *toujours* ou *la plupart du temps* leurs mégots dans les ordures à la maison :

- Les adultes de 25 ans et plus (52 %) et les jeunes adultes de 20 à 24 ans (46 %), comparativement aux jeunes de 15 à 19 ans (18 %).
- Les personnes qui fumaient tous les jours (60 %), comparativement à celles qui fumaient à l'occasion (38 %).

En ce qui a trait aux emballages, on a relevé peu de différences majeures entre les sous-groupes, mais les gens du Québec étaient considérablement plus susceptibles qu'ailleurs de jeter tous les composants de l'emballage au recyclage.

## D. Facteurs de consommation et qualité de vie

### 1. Satisfaction de la vie en général

Le niveau de satisfaction de la vie est demeuré en grande partie semblable d'une vague à l'autre, près de six personnes sur dix se disant satisfaites. À la troisième vague, le renoncement au tabac était associé à une plus grande satisfaction de la vie.

Les répondants et répondantes devaient évaluer leur satisfaction à l'égard de leur vie au moyen d'une échelle de 0 à 10. Aux trois vagues de l'étude, le niveau de satisfaction de la vie en général est demeuré relativement constant; un peu moins de six personnes sur dix ont accordé une note de 7 à 10 à chacune des vagues, et la note globale moyenne est demeurée pratiquement inchangée au fil du temps, à environ 6,4.

#### Satisfaction de la vie en général

QA2 Êtes-vous satisfait(e) de votre vie en général en ce moment? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 0 à 10, où 0 signifie que vous êtes très insatisfait(e) et 10, que vous êtes très satisfait(e).	Total vague 1 (n = 7 248)	Total vague 2 (n = 1 064)	Total vague 3 (n = 675)
Satisfaits (de 7 à 10)	55 %	56 %	56 %
Neutres (de 4 à 6)	32 %	31 %	33 %
Insatisfaits (de 0 à 4)	13 %	13 %	11 %
Moyenne	6,37	6,39	6,40
Médiane	7	7	7

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

La satisfaction globale à la troisième vague était en grande partie la même entre les sous-groupes démographiques :

- Les gens étaient plus susceptibles de se dire *satisfaits* au Québec (64 %) que dans les autres régions.
- Les personnes dont le revenu était inférieur à 40 000 \$ étaient moins enclines à se dire *satisfaites* (38 %), comparativement à celles des autres tranches de revenu.

En ce qui a trait aux changements d'habitudes, le renoncement au tabac était, lors de la troisième vague, associé à une plus grande satisfaction de la vie :

- Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant la vague 3 étaient moins nombreux que ceux qui ne fumaient pas à ce moment à se dire *satisfaits* (54 % contre 67 %). Une telle différence a aussi été relevée de façon directionnelle à la deuxième vague, sans être significative.
- Les personnes qui avaient renoncé au tabac depuis peu au moment de la vague 3 étaient plus susceptibles d'être *satisfaites* de leur vie (67 %) que celles qui avaient réduit leur consommation (47 %). Encore une fois, une telle différence directionnelle a aussi été relevée à la deuxième vague sans toutefois être significative.

## 2. Proches qui fument

*Le nombre de répondants et répondantes dont la majorité ou la totalité des amis, parents, membres de la famille et camarades de classe ou collègues fumaient a diminué entre la première et la deuxième vague.*

À la deuxième vague, la totalité des répondants et répondantes devaient indiquer qui, parmi leurs proches, fumait la cigarette. Cette question avait aussi été posée lors du sondage de référence. On observe une baisse entre les vagues 1 et 2 dans le pourcentage de gens qui ont indiqué que la plupart de leurs amis (de 20 % à 14 %), de leurs parents (de 16 % à 8 %), des membres de leur famille (de 14 % à 10 %) et de leurs camarades de classe ou collègues (de 14 % à 9 %) fumaient. Le pourcentage dont le partenaire fumait aussi est demeuré le même (38 %).

Même en retirant les personnes ayant réduit leur consommation ou arrêté de fumer entre les première et deuxième vagues, le pourcentage de répondants et répondantes ayant des proches qui fumaient aussi à la vague 2 était toujours considérablement plus faible pour les parents, les membres de la famille et les camarades de classe ou collègues. Plusieurs hypothèses pourraient expliquer ce changement, par exemple une tendance générale vers le renoncement au sein de la population en général ou des efforts visant à se distancier d'autres personnes qui fument en vue d'une tentative de renoncement. Il se peut aussi que les personnes chez qui la cigarette était plus ancrée dans leur mode de vie étaient moins susceptibles de prendre part aux vagues subséquentes du sondage.

### Vague 2 : proches qui fument

<b>QC1 Combien de personnes de votre entourage fument?</b>	<b>La totalité ou la plupart</b>	<b>Quelques personnes</b>	<b>Aucune personne</b>	<b>Sans objet</b>	<b>Je ne sais pas</b>
Amis	14 %	70 %	13 %	1 %	2 %
Parents/tuteurs	8 %	19 %	53 %	18 %	2 %
Membres de la famille	10 %	51 %	34 %	3 %	2 %
Camarades de classe ou collègues	9 %	47 %	19 %	20 %	4 %

<b>QC1B S'il y a lieu, est-ce que votre conjoint(e) ou partenaire fume?</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>	<b>Sans objet</b>	<b>Je ne sais pas</b>
Conjoint(e) ou partenaire	27 %	45 %	27 %	1 %
<i>En supprimant les réponses « Sans objet » et « Incertain(e) »</i>	38 %	62 %	–	–

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 2 : n = 1 064).*

*Remarque : La question C1 n'a pas été posée lors de la troisième vague.*

## La plupart ou la totalité fument

<b>QC1 La plupart ou la totalité des personnes suivantes fument</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Vague 2 – statut inchangé (n = 813)</b>	<b>Vague 2 – consommation réduite (n = 95)</b>	<b>Vague 2 – renoncement (n = 156)</b>
Amis	20 %	14 %	17 %	10 %	3 %
Parents/tuteurs	16 %	8 %	9 %	10 %	6 %
Membres de la famille	14 %	10 %	11 %	9 %	3 %
Camarades de classe ou collègues	14 %	9 %	9 %	10 %	3 %
<b>QC2 Conjoint(e) ou partenaire qui fume</b>	30 %	27 %	29 %	26 %	17 %
<i>En supprimant les réponses « Sans objet » et « Incertain(e) »</i>	40 %	38 %	42 %	33 %	21 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 1 : n = 7 248; vague 2 : n = 1 064).

Remarque : La question C1 n'a pas été posée lors de la troisième vague.

On a observé peu de différences majeures entre les sous-groupes démographiques :

- Les gens étaient moins susceptibles de dire que *la totalité ou la plupart* de leurs amis fumaient au Québec (8 %) que dans les autres régions.
- Les jeunes adultes étaient plus susceptibles de dire que *la totalité ou la plupart* de leurs camarades de classe ou collègues fumaient (19 %), comparativement aux adultes de 25 ans et plus (8 %).

### 3. Niveau d'accord avec les énoncés sur l'usage du tabac

*La cigarette était le plus souvent perçue comme un moyen de gérer son stress. Le niveau d'accord avec tous les énoncés sur l'usage du tabac a connu une baisse après la première vague, ce qui pourrait représenter un changement de mentalité tandis que certaines personnes ont arrêté de fumer.*

Aux trois vagues du sondage, les répondants et répondantes devaient indiquer leur niveau d'accord avec six énoncés sur l'usage du tabac. À la deuxième vague, on a observé une baisse significative de cinq à dix points pour les six énoncés, bien que le niveau d'accord soit demeuré le même entre les vagues 2 et 3. Comme la question a été posée à la totalité des répondants et répondantes, y compris à ceux ayant cessé de fumer, une telle baisse pourrait refléter un changement de mentalité chez ceux qui ne fumaient plus.

#### Niveau d'accord avec les énoncés sur l'usage du tabac

<b>QC2 En accord (note de 8 à 10) avec les énoncés sur l'usage du tabac</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>
Le tabagisme me permet de relaxer quand je suis stressé(e) ou bouleversé(e)	52 %	45 %	43 %
Je fume la cigarette en compagnie d'autres personnes qui fument	49 %	39 %	41 %
J'aime fumer quand je bois du café ou du thé	48 %	42 %	41 %
Le tabagisme occupe une place importante dans ma vie	26 %	20 %	22 %
Les données probantes médicales selon lesquelles le tabagisme est nocif ont été exagérées	20 %	13 %	11 %
Le tabagisme m'aide à garder le contrôle de mon poids	20 %	15 %	14 %

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.*



Lorsque l'on compare les répondants et répondantes qui ne fumaient plus du tout avec ceux qui fumaient toujours à la même fréquence (c'est-à-dire de statut inchangé), on observe une différence marquée dans les attitudes. En effet, ceux qui avaient arrêté de fumer aux deux vagues étaient nettement plus enclins à se montrer en désaccord avec la totalité des énoncés.

Une possible explication s'est dégagée lors des entrevues qualitatives (voir à section II-D sur le rôle de la cigarette dans la vie), au cours desquelles les personnes qui fumaient toujours ont exprimé des points de vue largement semblables aux énoncés présentés ici, même lorsqu'elles avaient la ferme intention d'arrêter. Il se peut donc que les gens ayant eu le temps de se distancier du tabac et de profiter des bienfaits liés au renoncement aient eu davantage tendance à délaissier ces croyances.

#### Niveau d'accord avec les énoncés sur l'usage du tabac

<b>QC2</b> <i>En accord (note de 8 à 10) avec les énoncés sur l'usage du tabac</i>	<b>Vague 2 : ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 908)</b>	<b>Vague 2 – ont cessé de fumer (n = 156)</b>	<b>Vague 3 – ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 569)</b>	<b>Vague 3 – ont arrêté de fumer (n = 106)</b>
Le tabagisme me permet de relaxer quand je suis stressé(e) ou bouleversé(e)	49 %	19 %	48 %	20 %
Je fume la cigarette en compagnie d'autres personnes qui fument	44 %	10 %	45 %	18 %
J'aime fumer quand je bois du café ou du thé	47 %	12 %	46 %	14 %
Le tabagisme occupe une place importante dans ma vie	23 %	3 %	26 %	2 %
Les données probantes médicales selon lesquelles le tabagisme est nocif ont été exagérées	13 %	10 %	12 %	7 %
Le tabagisme m'aide à garder le contrôle de mon poids	17 %	6 %	15 %	8 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).

Certaines différences dans les attitudes entre les régions ont été relevées à la deuxième vague, mais pas à la troisième :

- Au Québec, les gens étaient plus susceptibles que dans les autres régions de dire aimer fumer en buvant du café ou du thé (48 %) et de juger que la cigarette occupait une place importante dans leur vie (26 %). Ils étaient en revanche moins enclins à fumer en compagnie d'autres personnes (31 %).
- Les résidents et résidentes de l'Ontario étaient plus nombreux que ceux des autres régions à juger que les données médicales sur l'usage du tabac ont été exagérées (17 %).

Les adultes de 25 ans et plus étaient plus susceptibles que les répondants et répondantes plus jeunes d'être d'accord avec certains énoncés :

- Aux vagues 2 et 3, ils étaient plus nombreux à trouver que la cigarette leur permettait de relaxer (vague 2 : 46 %; vague 3 : 44 %).

- Aussi dans les deux vagues, ils étaient plus enclins à aimer fumer en buvant du café ou du thé (vague 2 : 44 %; vague 3 : 42 %).
- À la deuxième vague seulement, ils étaient plus susceptibles d'affirmer que la cigarette occupait une place importante dans leur vie (21 %).

#### 4. Raisons derrière les rechutes

*Les personnes qui avaient recommencé à fumer à la troisième vague après avoir arrêté entre la première et la deuxième ont le plus souvent indiqué que leur rechute avait été principalement causée par le stress au travail ou à la maison. Ce résultat concorde avec les observations tirées de la phase qualitative de l'étude.*

À la troisième vague de l'étude se trouvait un sous-ensemble de répondants et répondantes qui avaient arrêté de fumer à la vague 2, mais qui avaient recommencé à la vague 3. Ces personnes devaient indiquer si leur rechute avait été causée par un facteur en particulier.

Le stress à la maison est arrivé en tête, mentionné par plus d'une personne sur trois (39 %), suivi du stress au travail (28 %). Ces résultats concordent avec les constatations tirées des entrevues individuelles en profondeur, où les discussions ont révélé que le stress était un obstacle majeur chez les personnes éprouvant de la difficulté à arrêter de fumer à long terme. La difficulté à résister dans des situations sociales (22 %) et l'incapacité à combattre les envies de fumer (21 %) ont été relevées par une personne sur cinq. Les gens ont aussi souvent discuté des événements majeurs survenus dans leur vie (15 %) et de la prise de poids (15 %) au cours des entrevues qualitatives.

L'échantillon pour cette question était trop petit pour permettre une analyse plus poussée en fonction des sous-groupes.

#### Vague 3 : Raisons derrière les rechutes

<b>QC2a</b> <i>En décembre 2022, vous avez indiqué que vous n'aviez pas fumé depuis un certain temps. Vos réponses indiquent maintenant que vous avez fumé au cours des 30 derniers jours. Y a-t-il une raison précise pour laquelle vous avez fumé? Votre réponse peut être différente de la mesure dans laquelle vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés à la question précédente.</i>	<b>Vague 3</b> (n = 67)
Stress à la maison	39 %
Stress au travail	28 %
Fumeurs autour de vous, et difficulté à résister	22 %
Incapacité à résister à l'envie	21 %
Événement majeur dans votre vie	15 %
Prise de poids	15 %
Décision qu'il serait plus facile d'arrêter une autre fois	12 %
Autre	4 %
Je ne sais pas	12 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient recommencé à fumer à la vague 3 (n = 67).*

## 5. Sensation de la cigarette

*Relativement peu de gens avaient une forte opinion de la sensation que procure la cigarette, mais la plupart penchaient davantage vers les associations négatives que vers les positives.*

Lors de la troisième vague, les répondants et répondantes devaient tous évaluer la sensation que leur procurait la cigarette au moyen de cinq échelles de sept points; les questions leur ont été présentées à l'écran sous forme de curseur à déplacer. Sur les cinq échelles, les réponses étaient concentrées au centre, la moitié ou les deux tiers des répondants et répondantes choisissant des réponses neutres (c'est-à-dire de 3 à 5) à chacune.

Pour ceux ayant sélectionné l'une des extrémités, l'usage du tabac était le plus souvent associé à des sensations négatives :

- Près de la moitié des gens trouvaient que fumer était malsain (47 %), alors que 4 % trouvaient cela sain.
- La sensation chimique (34 %) a aussi dépassé de beaucoup la sensation naturelle (4 %).
- De la même façon, les gens trouvaient la cigarette plus sale (29 %) que propre (4 %).
- La différence entre lourdeur (14 %) et légèreté (8 %) était en revanche beaucoup plus faible.
- La douceur (21 %) l'a toutefois emporté sur l'âpreté (9 %).

<b>QC3 Les gens éprouvent différentes sensations lorsqu'ils fument. Veuillez utiliser le curseur pour indiquer les sensations que vous éprouvez en fumant.</b>			
<b>1-2</b>	<b>3-5</b>	<b>6-7</b>	<b>Moyenne</b>
Âpre 9 %	Ni l'un ni l'autre 70 %	Douce 21 %	4,41
Propre 4 %	Ni l'un ni l'autre 67 %	Sale 29 %	4,80
Légèreté 8 %	Ni l'un ni l'autre 78 %	Lourdeur 14 %	4,28
Saine 4 %	Ni l'un ni l'autre 49 %	Malsaine 47 %	5,25
Naturelle 5 %	Ni l'un ni l'autre 61 %	Chimique 34 %	4,90

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).*

*La question C3 a seulement été posée lors de la troisième vague.*

Dans tous les groupes démographiques, on a observé peu de différences significatives dans ces perceptions de la cigarette. En ce qui a trait aux habitudes d'usage du tabac à la troisième vague, les gens qui ne fumaient plus percevaient la sensation saine et malsaine de façon comparable à ceux qui fumaient toujours, mais étaient beaucoup plus enclins à avoir des perceptions négatives sur toutes les autres échelles.

<b>QC3 Les gens éprouvent différentes sensations lorsqu'ils fument. Veuillez utiliser le curseur pour indiquer les sensations que vous éprouvez en fumant.</b>	<b>Ont arrêté de fumer (n = 154)</b>	<b>Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 569)</b>
Âpre	32 %	5 %
Sale	44 %	26 %
Lourdeur	33 %	11 %
Malsaine	51 %	46 %
Chimique	45 %	32 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).

La question C3 a seulement été posée lors de la troisième vague.

## E. Statut de vapotage et questions sur l'usage en alternance

### 1. Recours au vapotage

*Le vapotage était plus répandu chez les répondants et répondantes qui fumaient toujours que chez ceux qui avaient arrêté à la vague 3. Les jeunes, les jeunes adultes et les personnes qui avaient réduit leur usage du tabac sans toutefois arrêter complètement de fumer étaient un peu plus susceptibles de vapoter que les adultes et les personnes ayant complètement renoncé au tabac.*

Le pourcentage de répondants et répondantes qui vapotaient a diminué de 10 points entre la première (47 %) et la troisième vague (37 %) de sondages.

#### Recours au vapotage

<b>QD1 Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous utilisé un produit de vapotage avec ou sans nicotine?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>
Tous les jours	16 %	13 %	12 %
<i>Net : À l'occasion</i>	31 %	29 %	25 %
Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	19 %	16 %	16 %
Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine	12 %	13 %	9 %
Pas du tout	53 %	59 %	63 %
<b>Vapotent régulièrement (au moins une fois par semaine)</b>	<b>35 %</b>	<b>29 %</b>	<b>28 %</b>
<b>Vapotent actuellement (tous les jours ou à l'occasion)</b>	<b>47 %</b>	<b>41 %</b>	<b>37 %</b>
<b>Ne vapotent pas</b>	<b>53 %</b>	<b>60 %</b>	<b>63 %</b>

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 1 : n = 7 248; vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).

À la deuxième vague, quelques différences dans les habitudes de vapotage ont été relevées entre les groupes d'âge, mais ces distinctions statistiques ne se retrouvaient pas à la vague 3. Le vapotage était beaucoup plus répandu chez les jeunes (86 % vapotaient au moment du sondage) et les jeunes adultes (80 %) que chez les adultes de 25 ans et plus (38 %).

Le lien entre le vapotage et l'usage du tabac est complexe, mais, en général, le vapotage était plus courant chez les personnes qui fumaient toujours lors de la troisième vague (39 % avaient vapoté au cours des 30 jours précédents) que chez celles qui avaient renoncé au tabac à ce moment (27 % avaient vapoté au cours des 30 jours précédents). De façon plus précise, une comparaison entre les répondants et répondantes qui avaient réduit leur usage du tabac et ceux qui avaient arrêté de fumer aux vagues 2 et 3 a mis en lumière une différence intéressante : ceux qui avaient arrêté de fumer étaient beaucoup moins susceptibles de vapoter que ceux qui avaient seulement réduit leur usage du tabac. Ces résultats concordent avec les observations issues des entrevues qualitatives, où les gens ont souvent décrit l'abandon du tabac comme le renoncement à tous les produits à base de nicotine, y compris la cigarette, le vapotage et les outils de renoncement.

<b>QD1</b> <i>Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous utilisé un produit de vapotage avec ou sans nicotine?</i>	<b>Vague 2 – ont arrêté de fumer (n = 156)</b>	<b>Vague 2 – ont réduit leur usage du tabac (n = 95)</b>	<b>Vague 3 – ont arrêté de fumer (n = 84)</b>	<b>Vague 3 – ont réduit leur usage du tabac (n = 79)</b>
<b>Vapotent actuellement (régulièrement ou peu souvent)</b>	<b>41 %</b>	<b>60 %</b>	<b>29 %</b>	<b>53 %</b>
<b>Ne vapotent pas</b>	<b>59 %</b>	<b>40 %</b>	<b>71 %</b>	<b>47 %</b>

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient réduit leur usage du tabac ou arrêté de fumer (vague 2 – réduit : n = 95; arrêté : n = 156; vague 3 – réduit : n = 79; arrêté : n = 84).*

## **2. Fréquence du vapotage**

*Les répondants et répondantes qui vapotaient à l'occasion avaient tendance à le faire de un à dix jours par mois et à utiliser plus souvent des liquides avec nicotine que sans nicotine ou sans en connaître le contenu en nicotine.*

Chez les répondants et répondantes qui vapotaient à l'occasion, la majorité le faisait de un à dix jours par mois. Cette fréquence était sensiblement la même à la deuxième (75 %) et à la troisième vague (81 %), avec peu d'écart entre les sous-groupes démographiques ou selon les habitudes d'usage du tabac.

## Recours au vapotage

<b>QD1b</b> Au cours des 30 derniers jours, combien de journées avez-vous vapoté des liquides avec ou sans nicotine? (Veuillez exclure le vapotage de cannabis.)	Total vague 2 (n = 301)	Total vague 3 (n = 171)
1-10	75 %	81 %
11-20	20 %	15 %
21-30	5 %	4 %
Moyenne	7,74	6,81
Médiane	5	5

Échantillon : Les répondants et répondantes qui vapotaient à l'occasion (vague 2 : n = 301; vague 3 : n = 171).

Remarque : La question D1b a seulement été posée aux deuxième et troisième vagues.

Les répondants et répondantes ayant vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage utilisaient le plus souvent des liquides avec nicotine, les deux tiers vapotant de tels liquides au moins une fois par semaine (vague 1 : 66 %; vague 2 : 70 %; vague 3 : 66 %). Une personne sur trois avait vapoté des liquides sans nicotine au moins une fois par semaine (vague 1 : 39 %; vague 2 : 35 %; vague 3 : 35 %), et une personne sur quatre avait vapoté des liquides sans savoir s'ils contenaient de la nicotine à cette fréquence (vague 1 : 31 %; vague 2 : 23 %; vague 3 : 24 %).

## Fréquence du vapotage de liquides avec nicotine

<b>QD2</b> Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté les liquides ci-dessous au cours des 30 derniers jours?	Net : Au moins une fois par semaine	Tous les jours	Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine	Pas du tout
Vague 1	66 %	34 %	32 %	25 %	9 %
Vague 2	70 %	33 %	37 %	21 %	10 %
Vague 3	66 %	30 %	36 %	22 %	12 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 4 137; vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

## Fréquence du vapotage de liquides sans nicotine

<b>QD2</b> Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté les liquides ci-dessous au cours des 30 derniers jours?	<b>Net : Au moins une fois par semaine</b>	<b>Tous les jours</b>	<b>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</b>	<b>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</b>	<b>Pas du tout</b>
Vague 1*	39 %	12 %	27 %	23 %	38 %
Vague 2	35 %	9 %	26 %	18 %	47 %
Vague 3	35 %	10 %	25 %	22 %	43 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 4 137; vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

## Fréquence du vapotage de liquides sans savoir s'ils contenaient de la nicotine

<b>QD2</b> Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté les liquides ci-dessous au cours des 30 derniers jours?	<b>Net : Au moins une fois par semaine</b>	<b>Tous les jours</b>	<b>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</b>	<b>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</b>	<b>Pas du tout</b>
Vague 1	31 %	11 %	20 %	21 %	48 %
Vague 2	23 %	5 %	18 %	15 %	61 %
Vague 3	24 %	9 %	15 %	15 %	61 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 4 137; vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

Si l'on se penche précisément sur le vapotage de liquides avec nicotine, qui est le plus courant, on observe peu de variations à la deuxième vague entre les sous-groupes démographiques ou selon les habitudes d'usage du tabac. À la troisième vague, on relève toutefois quelques distinctions en fonction des comportements liés à la cigarette. En effet, le vapotage de liquides avec nicotine au moins une fois par semaine était alors plus courant au sein des groupes suivants :

- Les personnes qui fumaient lors de cette vague (69 %), comparativement à celles qui avaient arrêté (45 %).
- Les personnes qui avaient augmenté leur usage du tabac entre les vagues 2 et 3 (82 %), comparativement à celles qui avaient réduit leur usage (57 %) ou qui avaient arrêté de fumer (46 %).

Des tendances semblables ont été observées à la vague 3 relativement au vapotage de liquides sans nicotine (38 % chez ceux qui fumaient toujours et 17 % chez ceux qui avaient renoncé au tabac) et de liquides de contenu en nicotine inconnu (26 % chez ceux qui fumaient toujours et 10 % chez ceux qui avaient renoncé au tabac).

Ces résultats laissent entendre que, même si le vapotage est considéré par plusieurs comme un outil de renoncement au tabac, au sein de cette population en particulier, son rôle dans les tentatives d'abandon n'est pas tranché, certaines personnes vapotant tout en continuant de fumer ou en plus de fumer.

### 3. Âge au début du vapotage

*La plupart des répondants et répondantes qui vapotaient avaient commencé à le faire après l'âge de 25 ans, mais cela reflète probablement la composition de l'échantillon et l'arrivée récente du vapotage légal au Canada*

Les personnes qui vapotaient au moment de la première vague et celles qui avaient récemment commencé à vapoter au moment de répondre aux deuxième et troisième vagues devaient indiquer l'âge qu'elles avaient lorsqu'elles avaient vapoté pour la première fois. La plupart avaient commencé à vapoter après l'âge de 25 ans, en particulier aux vagues 2 et 3. Ce résultat reflète les groupes d'âge qui se retrouvaient dans l'échantillon, puisque les personnes ayant commencé à vapoter aux vagues 2 et 3 indiquaient nécessairement un âge près de leur âge réel. Au cours des trois sondages, l'âge avancé auquel les gens avaient commencé à vapoter reflète également l'arrivée relativement récente du vapotage comme option légale au Canada. Les répondants et répondantes plus âgés n'avaient pas l'occasion de commencer à vapoter à un plus jeune âge.

#### Âge au début du vapotage

<b>QD3 Quel âge aviez-vous quand vous avez vapoté pour la première fois?</b>	<b>Total vague 1 (n = 4 137)</b>	<b>Total vague 2 (n = 89)</b>	<b>Total vague 3 (n = 105)</b>
Moins de 16 ans	7 %	5 %	7 %
Jeunes (de 16 à 19 ans)	14 %	12 %	17 %
Jeunes adultes (de 20 à 24 ans)	18 %	6 %	17 %
Adultes (25 ans et plus)	61 %	78 %	59 %
<i>Moyenne</i>	24,49	35,48	28,62
<i>Médiane</i>	20	35	26

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant la vague 1 (n = 4 137) et ceux qui avaient récemment commencé à vapoter au cours des 30 jours précédant les vagues 2 et 3 (vague 2 : n = 89; vague 3 : n = 105).*

On n'observe aucune différence majeure entre les sous-groupes démographiques ou selon les habitudes d'usage du tabac aux vagues 2 et 3.



#### 4. Moment de la première utilisation de liquides avec nicotine

*Aux vagues 2 et 3, un peu plus de quatre personnes sur dix vapotaient des liquides avec nicotine dans les 30 minutes suivant leur réveil, ce qui marque une baisse par rapport à la première vague.*

Comparativement à l'usage du tabac, il était moins courant de vapoter des liquides avec nicotine dans les 30 minutes suivant le réveil. En effet, aux trois vagues, un peu plus de quatre personnes sur dix ont indiqué vapoter des liquides avec nicotine peu après leur réveil (vague 1 : 44 %; vague 2 : 43 %; vague 3 : 45 %), alors que six personnes sur dix fumaient leur première cigarette durant cette période (voir la discussion sur la question B3).

##### Moment de la première utilisation de liquides avec nicotine

<b>QD3B Combien de temps après votre réveil vapotez-vous habituellement un liquide avec nicotine?</b>	<b>Total vague 1 (n = 3 756)</b>	<b>Total vague 2 (n = 400)</b>	<b>Total vague 3 (n = 220)</b>
Net : Dans les 30 premières minutes	44 %	43 %	45 %
Moins de 5 minutes	18 %	10 %	9 %
De 6 à 30 minutes	26 %	33 %	36 %
De 31 minutes à 1 heure	17 %	18 %	19 %
Plus de 1 heure	39 %	40 %	36 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté des liquides avec nicotine au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 3 756; vague 2 : n = 400; vague 3 : n = 220).*

On n'observe aucune différence significative entre les principaux sous-groupes démographiques dans le temps écoulé entre le réveil et le vapotage. En ce qui a trait aux changements d'habitudes liées à la cigarette :

- Les personnes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage de la vague 3 étaient plus susceptibles que celles qui ne fumaient plus à ce moment de vapoter des liquides avec nicotine dans les 30 minutes suivant leur réveil (47 % contre 33 %). Ce lien n'a pas été relevé à la vague 2.

## 5. Fréquence quotidienne du vapotage

*Il était un peu plus fréquent de vapoter des liquides de contenu en nicotine inconnu, peut-être parce que ce type de liquides était plus souvent utilisé dans un contexte social.*

Comparativement aux cigarettes, qui sont plus faciles à dénombrer pour mesurer l'ampleur et la fréquence de l'usage du tabac, le vapotage est difficile à quantifier. Les gens peuvent vapoter en brèves séances de quelques bouffées seulement, ou encore en séances plus longues, comparables au fait de fumer une cigarette en entier. Pour mesurer approximativement l'intensité du vapotage, on a demandé aux personnes qui vapotaient combien de séances de vapotage distinctes elles effectuaient chaque jour en utilisant des liquides avec nicotine, sans nicotine ou sans savoir s'ils contenaient de la nicotine.

Pour les liquides avec nicotine, les gens vapotaient en général 5 fois ou moins par jour (vague 1 : 55 %; vague 2 : 42 %; vague 3 : 43 %), bien que des pourcentages semblables vapotaient 11 fois ou plus par jour (vague 1 : 41 %; vague 2 : 37 %; vague 3 : 39 %). Le vapotage de liquides sans nicotine suivait à peu près la même tendance.

Pour ce qui est des liquides dont le contenu en nicotine était inconnu, la fréquence quotidienne avait tendance à être un peu plus élevée : environ la moitié des gens en vapotaient 11 fois ou plus par jour (vague 1 : 45 %; vague 2 : 54 %; vague 3 : 47 %). Cela pourrait s'expliquer par le fait que les liquides de contenu en nicotine inconnu sont plus souvent utilisés dans des contextes sociaux ou pour les tours de vapotage, et non comme substitut à la cigarette ou outil de renoncement au tabac, où le contenu en nicotine est important.

### Fréquence quotidienne du vapotage

QD4 Les jours où vous vapotez, environ combien de fois par jour consommez-vous habituellement...	Un liquide avec nicotine			Un liquide sans nicotine			Un liquide, sans savoir s'il contenait de la nicotine		
	Vague 1 (n = 3 756)	Vague 2 (n = 400)	Vague 3 (n = 220)	Vague 1 (n = 2 545)	Vague 2 (n = 240)	Vague 3 (n = 143)	Vague 1 (n = 2 135)	Vague 2 (n = 180)	Vague 3 (n = 98)
5 fois ou moins	37 %	42 %	43 %	41 %	48 %	46 %	39 %	36 %	36 %
De 6 à 10 fois	16 %	20 %	19 %	18 %	13 %	13 %	16 %	9 %	16 %
Net : 11 fois et plus	45 %	37 %	39 %	41 %	45 %	39 %	45 %	54 %	47 %
De 11 à 15 fois	10 %	11 %	15 %	12 %	12 %	11 %	13 %	20 %	17 %
De 16 à 20 fois	10 %	11 %	8 %	10 %	12 %	14 %	10 %	15 %	12 %
De 21 à 25 fois	6 %	3 %	5 %	7 %	7 %	6 %	7 %	11 %	7 %
De 26 à 30 fois	3 %	2 %	3 %	4 %	2 %	3 %	6 %	3 %	5 %
31 fois ou plus	4 %	2 %	< 1 %	2 %	0 %	1 %	3 %	1 %	0 %
Vapotent en continu	12 %	8 %	6 %	5 %	6 %	4 %	5 %	4 %	6 %

Echantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 3 756; vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

La fréquence du vapotage variait peu selon l'âge, le genre ou la région, et ce, aux vagues 2 et 3.

En ce qui concerne les comportements et changements d'habitudes liés à l'usage du tabac, la fréquence du vapotage était nettement plus faible chez les personnes qui ne fumaient plus au moment de la vague 3 que chez celles qui avaient fumé dans les 30 jours précédents. Lorsqu'on examine précisément les gens qui vapotaient cinq fois ou moins par jour :

- Les deux tiers (67 %) des gens qui avaient cessé de fumer à la vague 3 vapotaient des liquides avec nicotine 5 fois ou moins par jour, alors que c'était le cas de 40 % de ceux qui fumaient toujours.
- Pour les liquides sans nicotine, ces pourcentages s'élèvent à 75 % chez ceux qui avaient renoncé au tabac et à 44 % chez ceux qui avaient fumé au cours des 30 jours précédents.
- Enfin, 71 % de ceux qui avaient renoncé au tabac vapotaient des liquides sans savoir s'ils contenaient de la nicotine à cette fréquence, comparativement à 33 % chez ceux qui avaient fumé au cours des 30 jours précédents.

En d'autres mots, chez les personnes qui vapotaient, celles qui utilisaient le vapotage et la cigarette en alternance vapotaient plus souvent que celles qui avaient renoncé au tabac. Cette constatation vient souligner la possible inefficacité du vapotage comme outil visant à faciliter les tentatives de renoncement au tabac chez les personnes qui fumaient toujours.

## 6. Indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine

*L'indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine a connu une baisse depuis la première vague.*

Comme pour l'indice de dépendance au tabac, l'indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine permet d'attribuer un score en fonction des réponses à deux questions : le nombre d'utilisations de liquides avec nicotine par jour et le délai entre le réveil et la première utilisation de tels liquides<sup>3</sup>. Les personnes qui utilisent des liquides avec nicotine plusieurs fois par jour et qui vapotent de tels liquides pour la première fois peu après leur réveil se voient attribuer un score plus élevé, ce qui signifie une plus forte dépendance.

Comparativement aux résultats du sondage de référence (c'est-à-dire de la première vague), on observe un changement chez les personnes qui vapotaient, un pourcentage plus élevé d'entre elles se situant dans la catégorie de faible dépendance aux vagues 2 et 3, bien que l'indice moyen soit resté près de 2 tout au long de l'étude.

### Indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine

Score	Total vague 1 (n = 3 756)	Total vague 2 (n = 400)	Total vague 3 (n = 220)
Faible dépendance (de 0 à 2)	60 %	65 %	65 %
Dépendance modérée (3 ou 4)	27 %	26 %	29 %
Forte dépendance (5 ou 6)	13 %	8 %	6 %
Moyenne des 3 catégories de dépendance	1,53	1,43	1,40
Moyenne de l'indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine (de 0 à 6)	2,09	1,83	1,79
Médiane des 3 catégories de dépendance	1	1	1
Médiane de l'indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine (de 0 à 6)	2	2	2

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 3 756; vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

L'indice de consommation de liquide de vapotage avec nicotine est sensiblement le même au sein des sous-groupes démographiques et en fonction des habitudes d'usage du tabac.

<sup>3</sup> D3B. Délai entre le réveil et la première utilisation de liquides avec nicotine : SCORE : 61 minutes ou plus = 0; de 31 à 60 minutes = 1; de 6 à 30 minutes = 2; de 0 à 5 minutes = 3.

D4A. Nombre d'utilisations de liquides avec nicotine : SCORE : de 1 à 10 fois (codes 01 ou 02) = 0; de 11 à 20 fois (codes 03 ou 04) = 1; de 21 à 30 fois (codes 05 ou 06) = 2; 31 fois ou plus (codes 07 ou 08) = 3.

## 7. Changements dans les habitudes de vapotage

*Les habitudes de consommation des personnes qui vapotaient avaient tendance à fluctuer au fil du temps.*

Comme le vapotage était souvent utilisé pour aider les gens à renoncer au tabac ou comme substitut de la cigarette, les habitudes de vapotage avaient tendance à fluctuer, et ce, même chez ceux qui avaient continué de vapoter de façon ininterrompue (comparativement à ceux qui venaient de commencer ou qui avaient arrêté). Entre la première et la deuxième vague, environ quatre personnes qui avaient continué de vapoter sur dix (41 %) ont indiqué que la fréquence de leur vapotage avait changé entre les deux vagues, tandis que c'était le cas de près de la moitié (47 %) entre la deuxième et la troisième vague.

### Changements dans les habitudes de vapotage

<b>QD4B Diriez-vous que, dans l'ensemble, vous vapotez plus, moins ou autant qu'en..., où vous avez répondu au sondage précédent?</b>	<b>Vague 2 (depuis la vague 1) (n = 354)</b>	<b>Vague 3 (depuis la vague 2) (n = 124)</b>
Plus	24 %	25 %
Autant	59 %	53 %
Moins	17 %	22 %
Net : Changement de la fréquence du vapotage	41 %	47 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient continué de vapoter entre les vagues (vague 2 : n = 354; vague 3 : n = 124).*

Ces changements plus subtils dans les habitudes de vapotage ne variaient pas de façon importante selon la région, l'âge ou le genre, et aucune différence n'a été relevée en fonction des habitudes d'usage du tabac.

## 8. Durée du vapotage à la fréquence actuelle

*Les changements dans la fréquence du vapotage chez les répondants et répondantes qui avaient continué de vapoter entre les vagues tendaient à être plus récents (remontant à deux mois ou moins). Chez ceux qui avaient commencé à vapoter depuis peu, ces changements étaient toutefois moins récents.*

Les répondants et répondantes dont la fréquence du vapotage avait changé devaient indiquer depuis combien de temps ils vapotaient à cette nouvelle fréquence.

Les changements étaient en général plutôt récents pour ceux qui avaient continué de vapoter entre les vagues. En effet, plus de la moitié d'entre eux avaient changé la fréquence de leur vapotage depuis deux mois ou moins (vague 2 : 55 %; vague 3 : 59 %).

Chez ceux qui avaient commencé à vapoter depuis peu, le changement de fréquence était habituellement moins récent, et ce, dans les deux vagues. À la deuxième vague, les trois quarts d'entre eux avaient commencé à vapoter au moins deux mois plus tôt (73 %); à la troisième, il s'agissait d'un peu plus de la moitié (54 %).

Les différences entre les vagues peuvent probablement être expliquées par le temps écoulé entre les vagues 1 et 2 et entre les vagues 2 et 3. La taille des échantillons est trop petite pour permettre une analyse plus poussée des sous-groupes.

### Durée du vapotage à la fréquence actuelle – vague 2

<b>QD5</b> Vous avez indiqué que vos habitudes de vapotage ont changé depuis le sondage auquel vous avez répondu en avril 2022. Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence?/Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence?	<b>Vague 2 – ont continué de vapoter (n = 148)</b>	<b>Vague 3 – ont continué de vapoter (n = 58)</b>	<b>Vague 2 – ont commencé à vapoter (n = 89)</b>	<b>Vague 3 – ont commencé à vapoter (n = 105)</b>
Net : Moins de 2 mois	55 %	59 %	27 %	46 %
Moins de 1 mois	14 %	19 %	17 %	17 %
De 1 mois à moins de 2 mois	41 %	40 %	10 %	29 %
Net : 2 mois ou plus	45 %	41 %	73 %	54 %
De 2 mois à moins de 5 mois	23 %	24 %	31 %	10 %
5 mois ou plus	22 %	17 %	42 %	44 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient continué de vapoter ou avaient commencé à vapoter (vague 2 – continué : n = 148; commencé : n = 89; vague 3 – continué : n = 58; commencé : n = 105).*

## 9. Saveurs les plus souvent utilisées

*Les saveurs de fruits et de tabac étaient les deux plus souvent utilisées par les gens qui vapotaient.*

Chez les répondants et répondantes qui vapotaient aux vagues 2 et 3, les saveurs de fruits étaient les plus populaires (vague 2 : 32 %; vague 3 : 36 %), suivies de la saveur de tabac (vague 2 : 16 %; vague 3 : 14 %).

## Saveurs les plus souvent utilisées

<b>QD5B Quelle saveur de liquide vapotez-vous le plus souvent?</b>	<b>Total vague 2 (n = 443)</b>	<b>Total vague 3 (n = 250)</b>
Fruits	32 %	36 %
Saveur de tabac	16 %	14 %
Menthol	13 %	10 %
Menthe	12 %	13 %
Bonbons/confiseries	6 %	3 %
Café/thé	5 %	5 %
Dessert	4 %	6 %
Sans saveur/aucune saveur dans la description	3 %	6 %
Saveur d'alcool	2 %	2 %
Autre	2 %	4 %
Je ne sais pas	5 %	2 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

\* Remarque : La question D5b n'a pas été posée lors de la première vague du sondage.

On a observé peu de différences significatives entre les sous-groupes démographiques :

- À la deuxième vague, les adultes de 25 ans et plus étaient plus susceptibles (17 %) que les groupes plus jeunes de choisir la saveur de tabac. Cette constatation se retrouvait aussi dans l'étude menée sur le vapotage.
- Toujours à la vague 2, alors que les saveurs de fruits étaient préférées à la fois des hommes et des femmes, ces dernières étaient plus enclines à les utiliser (42 % contre 25 % chez les hommes). La saveur occupant la deuxième place, soit le tabac, était quant à elle plus populaire auprès des hommes (19 %) que des femmes (11 %).

Peu de différences dans les préférences de saveurs ont été relevées selon les habitudes d'usage du tabac.

## 10. Type de dispositif de vapotage

*Les dispositifs réutilisables étaient un peu plus couramment utilisés que les dispositifs jetables. Les gens qui se servaient de dispositifs réutilisables tendaient à préférer ceux pouvant être remplis de liquide plutôt que ceux avec cartouches ou dosettes.*

On observe un certain chevauchement entre les dispositifs de vapotage jetables et réutilisables, six personnes sur dix en utilisant des réutilisables (vague 2 : 62 %; vague 3 : 60 %) tandis que près de la moitié en utilisaient des jetables (vague 2 : 47 %; vague 3 : 47 %). Ces pourcentages sont demeurés stables entre les vagues 2 et 3.

Chez les répondants et répondantes qui utilisaient des dispositifs réutilisables, il était un peu plus courant de remplir ceux-ci manuellement (vague 2 : 57 %; vague 3 : 64 %) que d'utiliser des cartouches ou dosettes préremplies (vague 2 : 51 %; vague 3 : 44 %).

## Type de dispositif de vapotage utilisé

<b>QD5F Quel type de dispositif de vapotage utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.</b>	<b>Total vague 2 (n = 443)</b>	<b>Total vague 3 (n = 250)</b>
Dispositif jetable	47 %	47 %
Dispositif réutilisable	62 %	60 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 443; vague 3 : n = 250).

Remarque : La question D5f n'a pas été posée lors de la première vague.

## Type de dispositif de vapotage réutilisable

<b>QD5G Quel type de dispositif de vapotage réutilisable utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.</b>	<b>Total vague 2 (n = 268)</b>	<b>Total vague 3 (n = 149)</b>
Dispositif à cartouches ou dosettes préremplies de liquide à vapoter; elles peuvent être remplacées par d'autres cartouches ou dosettes préremplies, mais ne peuvent être remplies manuellement	51 %	44 %
Dispositif à cartouche ou dosette de liquide à vapoter pouvant être remplie manuellement; les parties de l'atomiseur (p. ex., les bobines et les produits de remplissage) peuvent être personnalisées	57 %	64 %
Autre	2 %	1 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui utilisaient un dispositif de vapotage réutilisable (vague 2 : n = 268; vague 3 : n = 149).

Remarque : La question D5g n'a pas été posée lors de la première vague.

À la troisième vague, les adultes de 25 ans et plus étaient plus nombreux que les répondants et répondantes plus jeunes à utiliser des dispositifs jetables (49 % contre 30 %); cette différence n'était pas présente à la vague 2.

En ce qui a trait à l'usage du tabac et aux changements d'habitudes, certaines différences dans les dispositifs ont été relevées à la vague 3 :

- Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours utilisaient plus souvent des dispositifs jetables (54 %) que ceux qui fumaient à l'occasion (39 %).
- Ceux qui avaient fumé de façon ininterrompue de la deuxième à la troisième vague utilisaient davantage des dispositifs jetables (52 %) que ceux qui avaient arrêté de fumer depuis peu à la vague 3 (29 %). Ces derniers, en revanche, préféraient fortement les dispositifs réutilisables (75 %), comparativement à ceux qui fumaient toujours (55 %).
- Les formats de liquide (c'est-à-dire en cartouches, en dosettes ou dans une bouteille à remplir) variaient peu entre les groupes de la troisième vague.
- À la vague 2, aucune différence digne de mention ne s'est dégagée dans les dispositifs et les formats de liquide en fonction des habitudes d'usage du tabac.



## 11. Accès aux produits de vapotage

*Il est arrivé au tiers des répondants et répondantes qui vapotaient à la deuxième vague d'avoir de la difficulté à se procurer le dispositif ou la saveur qu'ils voulaient.*

Parmi les gens qui vapotaient à la deuxième vague, un peu plus du tiers (36 %) ont indiqué que, depuis la vague précédente, il leur était arrivé de ne pas pouvoir se procurer la saveur de liquide ou le dispositif de vapotage qu'ils voulaient. Le plus souvent, ils ont remédié à la situation en choisissant une autre saveur (30 %), en se rendant dans un autre magasin (22 %), en effectuant un achat en ligne (20 %) ou en choisissant un autre dispositif compatible avec leur saveur préférée (19 %). Des pourcentages presque égaux sont passés à la cigarette (16 %) ou encore ont réduit leur vapotage ou arrêté de vapoter (15 %).

### Accès aux produits de vapotage

<b>QD5J Depuis que vous avez répondu au sondage en avril 2022, y a-t-il eu un moment où vous n'avez pas pu vous procurer la saveur de liquide ou le dispositif de vapotage que vous vouliez?</b>	<b>Total vague 2 (n = 443)</b>
Oui	36 %
Non	64 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédents (vague 2 : n = 443).*

*Remarque : La question D5j a seulement été posée lors de la deuxième vague.*

### Adaptation lorsque les produits de vapotage n'étaient pas offerts

<b>QD5M Comment avez-vous surmonté ces difficultés à vous procurer le dispositif ou la saveur de liquide de vapotage que vous vouliez? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.</b>	<b>Total vague 2 (n = 164)</b>
Vous avez utilisé une autre saveur qui était offerte pour votre dispositif	30 %
Vous avez trouvé un autre magasin dans votre province	22 %
Vous avez magasiné en ligne	20 %
Vous êtes passé à un autre dispositif qui pouvait être utilisé avec la saveur que vous vouliez	19 %
Vous avez remplacé votre utilisation par la cigarette	16 %
Vous avez réduit votre vapotage ou cessé complètement	15 %
Vous l'avez acheté de quelqu'un d'autre	14 %
Vous avez fabriqué votre propre saveur	9 %
Vous avez trouvé un magasin dans une autre province	9 %
Vous avez remplacé votre utilisation par une autre substance (p. ex. alcool, cannabis)	7 %
Autre	2 %
Je ne sais pas	2 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui n'ont pas pu se procurer la saveur de liquide ou le dispositif de vapotage qu'ils voulaient (vague 2 : n = 164).*

*Remarque : La question D5m a seulement été posée lors de la deuxième vague.*

Les jeunes adultes de 20 à 24 ans étaient plus nombreux que les adultes de 25 ans et plus à dire avoir éprouvé de la difficulté à se procurer le produit de vapotage qu'ils voulaient (53 % contre 34 %). Cela pourrait s'expliquer par les différentes préférences de dispositifs et de saveurs entre les groupes d'âge.

Bien que les difficultés rencontrées fussent semblables, quelles que soient les habitudes d'usage du tabac, les personnes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédents le sondage étaient plus susceptibles de remédier à la situation en se rendant dans un autre magasin (24 %) ou en achetant les produits voulus en ligne (22 %), comparativement à celles qui ne fumaient plus à la vague 2 (1 % et 1 %, respectivement). Cette constatation laisse entendre que, pour les répondants et répondantes qui fumaient et vapotaient, l'acquisition des produits

désirés était peut-être plus urgente qu'elle ne l'était pour ceux qui vapotaient seulement au moment de la deuxième vague, possiblement parce que plusieurs d'entre eux vapotaient pour réduire leur usage du tabac (18 %) ou arrêter de fumer (17 %).

## 12. Raisons pour lesquelles les personnes qui fument vapotent également

*Pour les personnes qui fumaient toujours et celles qui avaient arrêté de fumer, le vapotage servait souvent à éviter de fumer ou à réduire sa consommation, mais était aussi utilisé par pur plaisir.*

Le vapotage revêtait différentes fonctions pour les personnes qui fumaient aussi la cigarette, de même que pour celles ayant renoncé au tabac. Celles qui fumaient au moment des vagues 2 et 3 vapotaient le plus souvent pour réduire leur usage du tabac (vague 2 : 19 %; vague 3 : 18 %), mais il était aussi courant de vapoter par pur plaisir (vague 2 : 17 %; vague 3 : 16 %). Les répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer, quant à eux, vapotaient le plus souvent pour éviter la cigarette (vague 2 : 32 %; vague 3 : 21 %), par plaisir (vague 2 : 17 %; vague 3 : 24 %) et parce qu'ils considéraient le vapotage comme moins néfaste que le tabac (vague 2 : 22 %; vague 3 : 21 %).

### Raisons de vapoter (pour les personnes qui fumaient aussi et celles ayant renoncé au tabac)

QD7 Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez en plus de fumer la cigarette?/Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez?	Total vague 1 (n = 4 137)	Vague 2		Vague 3	
		Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 404)	Ont arrêté de fumer (n = 39)*	Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 221)	Ont arrêté de fumer (n = 29)*
J'essaie de réduire le nombre de cigarettes que je fume	20 %	19 %	S. O.	18 %	S. O.
Par plaisir (goût/effet relaxant)	23 %	17 %	17 %	16 %	24 %
J'essaie d'arrêter de fumer	16 %	14 %	S. O.	17 %	S. O.
Je peux vapoter aux moments et aux endroits où je ne peux pas fumer la cigarette	15 %	19 %	12 %	16 %	3 %
Par habitude	12 %	11 %	4 %	8 %	14 %
Par dépendance/je suis incapable d'arrêter/il est difficile d'arrêter	10 %	7 %	2 %	8 %	3 %
C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer	S. O.	10 %	22 %	14 %	21 %
Pour éviter de recommencer à fumer la cigarette	S. O.	S. O.	32 %	S. O.	21 %
Autre	2 %	1 %	3 %	3 %	10 %
Je ne sais pas	2 %	3 %	9 %	1 %	3 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé et vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 1 : n = 4 137; vague 2 : n = 404; vague 3 : n = 221) ET ceux qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédents, mais avaient cessé de fumer (vague 2 : n = 39; vague 3 : n = 29).*

\* Attention : Échantillons de petite taille.

En ce qui a trait à l'usage en alternance (c'est-à-dire les gens qui avaient fumé et vapoté au cours des 30 jours précédents), on observe peu de différences démographiques :

- À la vague 2, les adultes de 25 ans et plus (19 %) et les jeunes adultes (23 %) étaient plus susceptibles de vapoter lorsqu'il leur était impossible de fumer, comparativement aux jeunes (9 %). Cette raison était aussi plus courante en Colombie-Britannique (42 %) que dans les autres régions (de 10 % à 20 %).
- À la deuxième vague, les hommes étaient plus nombreux que les femmes à vapoter parce que cette habitude était moins nocive que la cigarette (13 % contre 7 %).

Les échantillons de personnes qui vapotaient, mais avaient cessé de fumer sont de trop petite taille pour permettre une analyse par sous-groupe plus poussée.

## F. Transition, renoncement et rechute

### 1. Tentative d'abandon ou de réduction de l'usage du tabac

À chaque vague, les deux tiers des répondants et répondantes qui fumaient tentaient activement de réduire leur consommation, tandis que le tiers tentait d'arrêter de fumer.

Deux répondants et répondantes sur trois qui fumaient au moment de répondre à la vague 2 (67 %) et à la vague 3 (68 %) tentaient de réduire leur consommation, mais seulement un peu plus d'une personne sur trois tentait activement d'arrêter de fumer (38 % aux deux vagues).

#### Tentative d'abandon ou de réduction de l'usage du tabac

QE1 Essayez-vous actuellement...?	Total vague 2 (n = 908)	Total vague 3 (n = 569)
D'arrêter de fumer	38 %	38 %
De fumer moins souvent	67 %	68 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).

Remarque : La question était formulée différemment lors de la première vague.

À la deuxième vague, les femmes étaient plus nombreuses que les hommes à tenter de réduire leur consommation (73 % contre 64 %); cette différence n'a pas été observée à la troisième vague.

Les personnes qui fumaient tous les jours étaient moins susceptibles d'essayer de réduire leur usage du tabac tant à la vague 2 qu'à la vague 3; lors de la troisième vague, elles étaient aussi moins susceptibles d'essayer de renoncer au tabac. Cela pourrait signifier que, alors que certaines personnes se détournent de la cigarette au fil du temps, celles qui fument toujours quotidiennement sont plus ancrées dans leurs habitudes et ont moins tendance à tenter d'arrêter de fumer.

#### Tentative d'abandon ou de réduction selon la fréquence de l'usage du tabac

QE1 Essayez-vous actuellement...?	Vague 2 – fument tous les jours (n = 643)	Vague 2 – fument à l'occasion (n = 265)	Vague 3 – fument tous les jours (n = 415)	Vague 3 – fument à l'occasion (n = 154)
D'arrêter de fumer	31 %	56 %	30 %	60 %
De fumer moins souvent	66 %	71 %	65 %	78 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours (vague 2 : n = 643; vague 3 : n = 415) et ceux qui fumaient à l'occasion (vague 2 : n = 265; vague 3 : n = 154).

Lorsque l'on se penche sur la répartition finale de l'usage du tabac à la troisième vague, les personnes qui avaient connu une rechute n'étaient pas beaucoup plus susceptibles de tenter d'arrêter de fumer (37 %) ou de réduire leur consommation (67 %), comparativement à celles qui avaient continué de fumer de façon ininterrompue (30 % tentaient d'arrêter et 66 % tentaient de réduire leur consommation). Ainsi, même si, selon les constatations tirées des autres questions, les personnes qui ont connu une rechute fumaient moins souvent et un moins grand nombre de cigarettes, elles percevaient leurs efforts et leurs intentions de la même façon.

## 2. Tentative d'abandon sérieuse ayant duré plus de 24 heures

*Aux vagues 2 et 3, quatre répondants et répondantes sur dix parmi ceux qui avaient fumé au cours des 30 jours précédents ont indiqué avoir sérieusement tenté d'arrêter depuis le sondage précédent.*

Chez les répondants qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant les vagues 2 et 3, quatre sur dix ont indiqué avoir, depuis le sondage précédent, fait une tentative d'abandon sérieuse ayant duré plus de 24 heures.

### Tentative sérieuse de renoncement au tabac

<b>QE2 Depuis le dernier sondage, avez-vous sérieusement tenté d'arrêter et cessé pendant plus de 24 heures?</b>	<b>Total vague 2 (depuis la vague 1) (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (depuis la vague 2) (n = 569)</b>
Oui	42 %	39 %
Non	58 %	61 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).*

Les jeunes (62 %) et les jeunes adultes (68 %) étaient plus susceptibles d'avoir tenté d'arrêter de fumer à la vague 2 que les adultes (40 %). Cette différence n'était pas significative à la vague 3.

En ce qui a trait aux habitudes d'usage du tabac :

- Les tentatives de renoncement sérieuses étaient plus courantes chez les personnes qui fumaient à l'occasion (vague 2 : 61 %; vague 3 : 62 %) que chez celles qui fumaient tous les jours (vague 2 : 35 %; vague 3 : 30 %).
- Ceux et celles ayant réduit leur consommation entre les vagues étaient plus susceptibles d'avoir fait une tentative de renoncement sérieuse (vague 2 : 59 %; vague 3 : 63 %) que les répondants qui avaient continué de fumer et dont les habitudes n'avaient pas changé (vague 2 : 40 %; vague 3 : 30 %).
- À la troisième vague, les personnes qui avaient rechuté (45 %) étaient plus nombreuses que celles qui avaient continué de fumer à la même fréquence (30 %) à avoir essayé d'arrêter.
- Aussi à la vague 3, les tentatives de renoncement étaient signalées plus souvent par ceux et celles qui avaient augmenté la fréquence de leur usage du tabac (49 %) que par ceux qui fumaient à la même fréquence entre les vagues (30 %). Cette constatation soulève des questions intéressantes sur la possibilité que, pour certains, une tentative d'abandon ratée ait l'effet inverse et entraîne une augmentation de l'usage du tabac.

### 3. La plus longue période sans fumer

*Plus de la moitié des gens qui avaient essayé d'arrêter de fumer aux vagues 2 et 3 avaient seulement réussi à le faire pendant quelques jours.*

Les personnes qui avaient sérieusement tenté d'arrêter de fumer aux vagues 2 et 3 devaient indiquer la plus longue période qu'elles avaient réussi à passer sans fumer. Pour plus de la moitié, cette période se calculait en jours (vague 2 : 55 %; vague 3 : 58 %). Environ une personne sur quatre avait arrêté pendant plus d'un mois (vague 2 : 22 %; vague 3 : 25 %).

#### La plus longue période sans fumer

QE3 Quelle a été la plus longue période pendant laquelle vous n'avez pas fumé?	Total vague 1 (n = 4 600)*	Total vague 2 (depuis la vague 1) (n = 389)	Total vague 3 (depuis la vague 2) (n = 222)
Jours (moins d'une semaine)	26 %	55 %	58 %
Semaines (moins d'un mois)	17 %	22 %	17 %
Mois (moins d'un an)	30 %	22 %	25 %
De 1 à 10 ans	26 %	S. O.	S. O.
11 ans ou plus	2 %	S. O.	S. O.

*Échantillon : Vague 1 : les répondants et répondantes qui avaient sérieusement tenté d'arrêter (n = 4 600); vagues 2 et 3 : ceux qui avaient sérieusement tenté d'arrêter depuis la vague précédente (vague 2 : n = 389; vague 3 : n = 222).*

*\* Remarque : Lors de la première vague, cette question était posée à la totalité des répondants et répondantes ayant déjà sérieusement tenté d'arrêter devapoter, sans paramètre de temps. Aux deuxième et troisième vagues, cette question était seulement posée à ceux ayant sérieusement tenté d'arrêter depuis la vague précédente. Les résultats de la première vague sont présentés à titre d'information.*

La durée de la plus longue période sans fumer ne variait pas de façon significative entre les régions, les groupes d'âge et les genres, et ce, ni à la vague 2 ni à la vague 3.

À la troisième vague, on relève toutefois quelques distinctions en fonction des habitudes d'usage du tabac :

- Les répondants et répondantes qui fumaient tous les jours ont plus souvent mesuré leur plus longue période sans fumer en jours (71 %), comparativement à ceux qui fumaient à l'occasion (40 %).
- Les tentatives durant des mois étaient plus répandues chez les personnes qui fumaient à l'occasion (40 %) que chez celles qui fumaient tous les jours (14 %).
- Les tentatives durant quelques jours étaient plus courantes chez les répondants et répondantes qui avaient continué de fumer à la même fréquence (71 %) et chez ceux qui avaient augmenté leur consommation (71 %) que chez ceux qui avaient réduit leur consommation à la troisième vague (36 %) ou qui avaient connu une rechute entre les vagues 2 et 3 (30 %).
- Ceux ayant connu une rechute étaient plus susceptibles de signaler avoir arrêté de fumer pendant quelques semaines (33 %) ou quelques mois (37 %), comparativement à ceux qui avaient continué de fumer à la même fréquence entre les vagues (13 % en mois, 16 % en semaines).

- Ceux qui avaient réduit leur usage du tabac à la troisième vague étaient aussi plus nombreux que ceux dont la fréquence de la consommation était demeurée inchangée à dire ne pas avoir fumé pendant quelques mois (46 % contre 16 %).

Les répondants et répondantes qui fumaient de façon constante à chaque vague de l'étude ont signalé des périodes plus courtes sans fumer entre les vagues, comparativement à ceux qui avaient arrêté de fumer ou connu une rechute.

#### 4. Temps écoulé depuis le renoncement

*La majorité des gens qui avaient cessé de fumer aux deuxième et troisième vagues avaient renoncé au tabac depuis au moins six mois.*

Les répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer aux deuxième et troisième vagues devaient indiquer à quand remontait leur renoncement. Comme environ huit mois s'étaient écoulés entre le sondage de référence (vague 1) et celui de la vague 2, et quatre autres mois entre les vagues 2 et 3, les participants devaient indiquer leur réponse en mois.

Aux deux vagues, une majorité a indiqué avoir cessé de fumer depuis au moins six mois (vague 2 : 71 %; vague 3 : 55 %). Des changements ont été observés entre les vagues, les abandons étant plus récents à la vague 3 (44 %) qu'à la vague 2 (28 %), ce qui vient rappeler les abandons et les rechutes qui se sont produits entre les vagues de l'étude.

##### Temps écoulé depuis le renoncement au tabac

<b>QE3b Depuis combien de temps avez-vous arrêté de fumer?</b>	<b>Total vague 2 (n = 156)</b>	<b>Total vague 3 (n = 106)</b>
Net : Moins de 6 mois	28 %	44 %
1 mois	18 %	16 %
2 mois	2 %	8 %
De 3 à 5 mois	8 %	20 %
Net : 6 mois ou plus	71 %	55 %
De 6 à 8 mois	11 %	10 %
9 mois ou plus	60 %	45 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer (vague 2 : n = 156; vague 3 : n = 106).*

*Remarque : La question E3b n'a pas été posée lors de la première vague.*

En raison de la petite taille de l'échantillon de répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer aux vagues 2 et 3, on a observé peu de différences dignes de mention entre les principaux groupes démographiques. À la troisième vague, les hommes étaient plus nombreux que les femmes à avoir arrêté de fumer depuis moins d'un mois (28 % contre 9 %).

## 5. Nombre de tentatives d'abandon depuis la vague précédente

*Les répondants et répondantes qui fumaient toujours, mais qui avaient sérieusement tenté d'arrêter entre les vagues, avaient fait en moyenne trois tentatives d'abandon, laissant supposer des fluctuations cycliques dans les tentatives d'abandon qui cadrent avec les constatations tirées du volet qualitatif de l'étude.*

Chez les répondants et répondantes qui fumaient toujours, mais qui avaient sérieusement tenté d'arrêter entre les vagues de sondages, environ la moitié a indiqué avoir fait au moins deux tentatives durant cette période (vague 2 : 50 %; vague 3 : 47 %). Aux deux vagues, le nombre moyen de tentatives était de près de 3. Ces résultats sont très près des expériences de renoncement rapportées durant le volet qualitatif de l'étude; pour plusieurs, le processus de tentatives d'abandon et d'échecs était un cycle rapide et répété.

### Nombre de tentatives d'abandon depuis la vague précédente

<b>QE4 Depuis que vous avez répondu au sondage précédent, combien de fois avez-vous essayé d'arrêter de fumer?</b>	<b>Total vague 2 (depuis la vague 1) (n = 389)</b>	<b>Total vague 3 (depuis la vague 2) (n = 222)</b>
Une tentative	28 %	32 %
Net : Deux tentatives ou plus	50 %	47 %
2	20 %	19 %
De 3 à 5	23 %	22 %
De 6 à 19	6 %	5 %
20 et plus	1 %	1 %
Je ne sais pas	23 %	21 %
Moyenne	2,97	2,91
Médiane	2	2

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient sérieusement essayé d'arrêter de fumer depuis la vague précédente (vague 2 : n = 389; vague 3 : n = 222).*

Le nombre de tentatives de renoncement était semblable selon les régions, les groupes d'âge et les genres. On a aussi relevé peu de variations en fonction des habitudes d'usage du tabac.



## 6. Méthodes de substitution de la nicotine utilisées depuis le sondage précédent

*Qu'ils aient réussi ou non, les répondants et répondantes qui avaient tenté d'arrêter de fumer entre les vagues de sondages n'ont pour la plupart utilisé aucune méthode de substitution de la nicotine. Chez ceux ayant eu recours à de tels moyens, la gomme à mâcher et les timbres étaient les plus courants.*

Aux deuxième et troisième vagues, les répondants et répondantes qui avaient arrêté de fumer et ceux qui avaient sérieusement tenté d'arrêter devaient répondre à des questions sur les méthodes de substitution de la nicotine (autres que le vapotage). Au sein de ce groupe, plus de la moitié n'avait eu recours à aucune des méthodes présentées (vague 2 : 52 %; vague 3 : 54 %). Ceux ayant fait appel à de telles méthodes avaient le plus souvent utilisé de la gomme à mâcher à la nicotine (vague 2 : 29 %; vague 3 : 26 %), suivie des timbres (vague 2 : 19 %; vague 3 : 17 %).

### Méthodes de substitution de la nicotine utilisées (plusieurs réponses permises)

QE5 <i>S'il y a lieu, lesquelles des méthodes suivantes de substitution de la nicotine avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?</i>	Total vague 1 (n = 4 600)*	Total vague 2 (depuis la vague 1) (n = 451)	Total vague 3 (depuis la vague 2) (n = 281)
Gomme à mâcher à la nicotine	40 %	29 %	26 %
Timbres à la nicotine	36 %	19 %	17 %
Inhalateur de nicotine	12 %	6 %	7 %
Pastille à la nicotine	12 %	8 %	7 %
Vaporisateur buccal à la nicotine	6 %	3 %	5 %
Vaporisateur nasal à la nicotine	5 %	4 %	4 %
Aucune de ces réponses	37 %	52 %	54 %
<i>Net : Ont utilisé au moins une méthode de substitution de la nicotine</i>	63 %	48 %	46 %

*Échantillon : Vague 1 : les répondants et répondantes qui avaient sérieusement tenté d'arrêter (n = 4 600); vagues 2 et 3 : ceux qui avaient sérieusement tenté d'arrêter ou qui avaient arrêté de fumer (vague 2 : n = 451; vague 3 : n = 281).*

*\* Remarque : Lors de la première vague, cette question était posée à la totalité des répondants et répondantes ayant déjà sérieusement tenté d'arrêter de vapoter, sans paramètre de temps. Aux deuxième et troisième vagues, cette question était seulement posée à ceux ayant sérieusement tenté d'arrêter depuis la vague précédente. Les résultats de la première vague sont présentés à titre d'information.*

À la deuxième vague, on a relevé quelques différences importantes entre les sous-groupes démographiques; ces différences n'étaient toutefois pas évidentes à la troisième vague.

- La gomme à mâcher à la nicotine était utilisée moins souvent dans les Prairies (15 %) qu'en Colombie-Britannique (35 %) et en Ontario (41 %).
- Les adultes de 25 ans et plus étaient plus nombreux que les jeunes de 15 à 19 ans à avoir recours aux timbres (20 % contre 4 %).

Certaines différences ont aussi été relevées en fonction des comportements et des changements d'habitudes liés à la cigarette :

- À la deuxième vague, les répondants et répondantes qui fumaient toujours (malgré leurs tentatives d'abandon) étaient plus susceptibles d'indiquer avoir utilisé de la gomme à mâcher, des timbres, des pastilles, des inhalateurs et des vaporisateurs nasaux, comparativement à ceux qui ne fumaient plus à ce moment.
- À la troisième vague, ces distinctions n'étaient plus significatives, sauf en ce qui concerne la gomme à mâcher.

Ces méthodes de substitution de la nicotine semblaient visiblement être utilisées en plus du vapotage, et non à la place de celui-ci :

- La gomme à mâcher à la nicotine était davantage utilisée par les personnes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédents la vague 3 (38 %), surtout chez celles qui vapotaient et fumaient en alternance (46 %), comparativement aux personnes qui avaient cessé de vapoter (19 %) ou qui n'avaient jamais vapoté (17 %).

## 7. Autres méthodes de renoncement au tabac utilisées

*Les répondants et répondantes ayant tenté d'arrêter de fumer ont le plus souvent essayé de le faire d'un coup ou en réduisant le nombre de cigarettes fumées. Ces résultats concordent avec les constatations tirées du volet qualitatif selon lesquelles les méthodes basées sur la volonté étaient tenues en haute estime par les personnes qui souhaitent arrêter de fumer.*

Au sein du même groupe de répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer ou qui avaient récemment tenté d'arrêter, une vaste majorité avait eu recours à une méthode en particulier (vague 2 : 81 %; vague 3 : 83 %). Ils avaient le plus souvent arrêté d'un coup (vague 2 : 40 %; vague 3 : 39 %) ou en réduisant le nombre de cigarettes fumées (vague 2 : 30 %; vague 3 : 28 %).

Ces résultats concordent avec les anecdotes partagées au cours des entrevues individuelles en profondeur, où les gens étaient largement convaincus que la meilleure façon de renoncer au tabac (ou la seule qui fonctionne) consistait à arrêter d'un coup. Les volets quantitatif et qualitatif mettent en lumière un recours généralisé aux méthodes reposant sur la volonté (arrêt d'un coup ou réduction de la consommation) plutôt que sur les ressources mentales et émotionnelles (amis et famille, applications, livres et counseling). Même si, chez ceux et celles qui fumaient, plusieurs comprenaient que le stress sous toutes ses formes constituait un obstacle majeur à la réussite, ils semblaient mal connaître les autres moyens d'arrêter de fumer qui pourraient les aider à surmonter les facteurs de stress dans leur vie les ayant empêchés de réussir dans le passé. Ce sujet est abordé plus en détail dans la section du présent rapport décrivant les constatations du volet qualitatif.

### Autres méthodes de renoncement au tabac utilisées (plusieurs réponses permises)

QE6 Lesquelles des autres méthodes suivantes avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?	Total vague 1 (n = 4 600)*	Total vague 2 (depuis la vague 1) (n = 451)	Total vague 3 (depuis la vague 2) (n = 281)
Arrêt d'un coup (en anglais : <i>cold turkey</i> )	48 %	40 %	39 %
Réduction du nombre de cigarettes fumées	46 %	30 %	28 %
Vapotage	18 %	13 %	10 %
Médicament d'ordonnance (p. ex., Zyban, Wellbutrin ou Champix)	17 %	9 %	8 %
Promesse à un ami/membre de ma famille	17 %	13 %	13 %
Application pour téléphone intelligent	11 %	8 %	6 %
Livres de croissance personnelle	9 %	6 %	7 %
Consultation ou groupe de soutien (en personne, en ligne ou par téléphone)	7 %	3 %	7 %
Défis ou concours, p. ex., J'arrête, j'y gagne!	7 %	4 %	5 %
Acupuncture	6 %	6 %	4 %
Autre	1 %	2 %	4 %
Aucune de ces réponses	10 %	19 %	17 %
<b>Net : Mention d'une méthode</b>	<b>90 %</b>	<b>81 %</b>	<b>83 %</b>

*Échantillon : Vague 1 : les répondants et répondantes qui avaient sérieusement tenté d'arrêter (n = 4 600); vagues 2 et 3 : ceux qui avaient sérieusement tenté d'arrêter ou qui avaient arrêté de fumer (vague 2 : n = 451; vague 3 : n = 281).*

*\* Remarque : Lors de la première vague, cette question était posée à la totalité des répondants et répondantes ayant déjà sérieusement tenté d'arrêter devapoter, sans paramètre de temps. Aux deuxième et troisième vagues, cette question était seulement posée à ceux ayant sérieusement tenté d'arrêter depuis la vague précédente. Les résultats de la première vague sont présentés à titre d'information.*

À la troisième vague, les hommes étaient plus nombreux que les femmes à avoir arrêté de fumer d'un coup (47 % contre 33 %).

En ce qui a trait aux comportements et aux changements d'habitudes liés à la cigarette :

- Aux vagues 2 et 3, le pourcentage de gens ayant arrêté d'un coup était semblable entre les groupes, y compris chez ceux qui fumaient toujours, ceux qui avaient arrêté de fumer, ceux qui fumaient tous les jours ou à l'occasion et ceux qui avaient rechuté.
- Aux vagues 2 et 3, les personnes qui avaient cessé de fumer étaient moins susceptibles d'indiquer avoir eu recours à plusieurs méthodes de renoncement, comparativement à celles qui fumaient toujours. Les méthodes utilisées comprenaient la réduction du nombre de cigarettes fumées, les promesses à des amis ou à des membres de la famille, les médicaments d'ordonnance, le counseling et les concours. À la troisième vague, les livres de croissance personnelle et l'acupuncture étaient aussi plus souvent utilisés par les gens qui fumaient toujours.

À la vague 3, comme c'était le cas pour les méthodes de substitution de la nicotine, les autres méthodes de renoncement étaient souvent plus courantes chez les personnes qui vapotaient que chez celles pour qui ce n'était pas le cas, y compris la réduction du nombre de cigarettes, les promesses aux amis ou aux membres de la famille, le counseling, les applications et les concours.

## 8. Le vapotage pour renoncer à la cigarette

*Les saveurs de liquide de vapotage utilisées pour arrêter de fumer ne différaient pas de façon substantielle de celles utilisées en général.*

Aux vagues 2 et 3, un sous-ensemble de répondants et répondantes avaient renoncé au tabac et vapotaient ou encore avaient arrêté de vapoter au moment du sondage. Ce groupe devait indiquer les saveurs de vapotage utilisées au moment du renoncement au tabac. Les saveurs mentionnées étaient semblables à celles vapotées en général, les fruits arrivant en tête de classement (vague 2 : 42 %; vague 3 : 29 %), suivis du tabac à la vague 2 (13 %) et de la menthe à la vague 3 (19 %). Les gens étaient souvent incertains à ce sujet (vague 2 : 22 %; vague 3 : 31 %), peut-être notamment parce qu'ils avaient cessé de vapoter avant d'arrêter de fumer. La taille des échantillons était trop petite pour permettre une analyse plus poussée des sous-groupes.

### Saveurs de liquide de vapotage utilisées au moment d'arrêter de fumer

<b>QE8b S'il y a lieu, quelle saveur de liquide de vapotage utilisiez-vous quand vous avez cessé de fumer?</b>	<b>Total vague 2 (n = 85)</b>	<b>Total vague 3 (n = 68)</b>
Fruits	42 %	29 %
Saveur de tabac	13 %	6 %
Menthe	12 %	19 %
Bonbons/confiseries	9 %	4 %
Dessert	6 %	1 %
Menthol	6 %	3 %
Sans saveur/aucune saveur dans la description	5 %	3 %
Café/thé	3 %	7 %
Saveur d'alcool	2 %	0 %
Autre	1 %	7 %
Je ne sais pas	22 %	31 %

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient vapoté au cours des 30 jours précédant le sondage ou qui avaient cessé de vapoter, et qui avaient renoncé au tabac (vague 2 : n = 85; vague 3 : n = 68).*

*Remarque : La question E8b n'a pas été posée lors de la première vague.*

Les répondants et répondantes qui avaient précisément eu recours au vapotage pour les aider à réduire leur usage de tabac ou encore à éviter ou à arrêter de fumer devaient évaluer l'utilité de cette méthode. À la deuxième vague, environ la moitié (51 %) d'entre eux avaient trouvé le vapotage utile à cette fin, mais à la troisième vague, ce pourcentage a chuté à 37 %. Cette baisse pourrait s'expliquer par le phénomène d'attrition, ceux qui avaient réussi étant passés à la catégorie des répondants ayant arrêté de fumer, tandis que ceux qui fumaient toujours étaient plus ancrés dans leurs habitudes et éprouvaient plus de difficultés à arrêter.

Lorsque l'on se penche sur l'utilité perçue en fonction des caractéristiques démographiques, les différences observées sont peu nombreuses. À la troisième vague, le vapotage était considéré comme moins utile dans les provinces de l'Atlantique (13 %) que dans les Prairies (60 %) et au Québec (48 %). La taille des échantillons concernant les comportements et changements d'habitudes liés à la cigarette était trop petite pour permettre des comparaisons significatives.

#### Utilité du vapotage pour arrêter de fumer

<b>QE9</b> Dans quelle mesure le vapotage vous a-t-il aidé(e) à réduire le nombre de cigarettes fumées ou à arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il ne vous a pas du tout été utile et 10, qu'il vous a été extrêmement utile.	<b>Total vague 2 (n = 155)</b>	<b>Total vague 3 (n = 76)</b>
Utile (de 8 à 10)	51 %	37 %
Neutre (de 4 à 7)	46 %	62 %
Pas utile (de 1 à 3)	3 %	1 %
<i>Moyenne</i>	7,24	6,96
<i>Médiane</i>	8	7

*Échantillon : Les répondants et répondantes qui vapotaient ou avaient vapoté pour réduire leur consommation, ou encore pour éviter ou arrêter de fumer (vague 2 : n = 155; vague 3 : n = 76).*

*Remarque : La question E9 n'a pas été posée lors de la première vague.*

## 9. Confiance dans la capacité d'arrêter de fumer pour de bon

*Plus d'une personne sur trois était persuadée de réussir un jour à arrêter de fumer pour de bon, et ce, dans les trois vagues.*

La totalité des répondants et répondantes devaient indiquer dans quelle mesure ils croyaient être un jour capables d'arrêter de fumer pour de bon. Les résultats globaux pour l'ensemble des répondants, quels que soient les changements dans leurs habitudes d'une vague à l'autre, étaient plutôt constants. Plus d'une personne sur trois a accordé à son niveau de confiance une note se situant entre 8 et 10 (de 35 % à 39 %), avec une note moyenne tout juste supérieure à 6 pour les trois vagues.

## Confiance dans la capacité d'arrêter de fumer pour de bon

<b>QE10 Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez capable d'arrêter de fumer pour de bon? / Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez un jour capable d'arrêter de fumer pour de bon?</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>
Confiants (de 8 à 10)	36 %	39 %	35 %
Neutres (de 4 à 7)	48 %	46 %	49 %
Pas confiants (de 1 à 3)	16 %	15 %	17 %
<i>Moyenne</i>	6,30	6,46	6,30
<i>Médiane</i>	7	7	7

Échantillon : Vague 1 : Les répondants et répondantes qui fumaient au moment du sondage (n = 7 248); vagues 2 et 3 : ceux qui fumaient ou avaient cessé de fumer au moment du sondage (vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).

Le niveau de confiance variait peu entre les groupes démographiques d'intérêt. Certaines différences en fonction des habitudes d'usage du tabac méritent toutefois d'être soulignées chez les personnes dont le niveau de confiance se situait entre 8 et 10 :

- Les répondants et répondantes qui fumaient à l'occasion (vague 2 : 46 %; vague 3 : 45 %) étaient plus enclins que ceux qui fumaient tous les jours (vague 2 : 29 %; vague 3 : 29 %) à se dire confiants (note de 8 à 10).
- Ceux qui ne fumaient plus à la troisième vague (62 %) étaient plus confiants que ceux qui fumaient toujours (29 %).
- Les personnes qui avaient rechuté entre la deuxième et la troisième vague (30 %) avaient des opinions semblables à celles qui avaient continué de fumer sans interruption (29 %).

## 10. Importance du renoncement au tabac

*Près de la moitié des gens considéraient le renoncement au tabac comme un objectif important, et ce, dans les trois vagues. Ceux qui avaient arrêté de fumer aux vagues 2 et 3 étaient plus susceptibles que ceux qui fumaient toujours de trouver le renoncement important.*

Un peu comme à la question sur la confiance, l'importance relative du renoncement au tabac est demeurée semblable entre les vagues, même si plusieurs avaient connu différentes transitions au cours des trois vagues de l'étude. Un peu moins de la moitié des répondants et répondantes (de 43 % à 48 %) considéraient le renoncement au tabac comme un objectif important, l'importance moyenne à chaque vague se situant à environ 7 sur 10.

### Importance du renoncement au tabac

<b>QE11 Dans quelle mesure est-il important pour vous d'arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'arrêter de fumer n'a aucune importance et 10, que c'est votre objectif personnel le plus important.</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>
Objectif important (de 8 à 10)	48 %	47 %	43 %
Neutre (de 4 à 7)	42 %	41 %	46 %
Pas un objectif important (de 1 à 3)	10 %	11 %	11 %
<i>Moyenne</i>	7,00	6,93	6,88
<i>Médiane</i>	7	7	7

*Échantillon : Vague 1 : Les répondants et répondantes qui fumaient au moment du sondage (n = 7 248); vagues 2 et 3 : ceux qui fumaient ou avaient cessé de fumer au moment du sondage (vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).*

L'importance du renoncement au tabac était largement inchangée entre les sous-groupes selon la région, l'âge et le genre.

Aux vagues 2 et 3, les personnes qui avaient cessé de fumer étaient plus enclines (vague 2 : 74 %; vague 3 : 65 %) que celles qui fumaient toujours (vague 2 : 43 %; vague 3 : 39 %) à considérer le renoncement comme un objectif important, c'est-à-dire à accorder une note se situant entre 8 et 10.



## 11. Raisons d'arrêter de fumer

*Les préoccupations générales relatives à la santé étaient systématiquement classées parmi les principales raisons d'arrêter de fumer, alors que, dans les entrevues qualitatives et lors de la troisième vague de sondages, les coûts et des diagnostics inquiétants, soit des enjeux pouvant être ressentis plus intensément et dans l'immédiat, se sont dégagés comme facteurs importants.*

Les répondants et répondantes qui fumaient au moment de chaque vague se sont vu présenter le texte suivant :

*Les gens envisagent d'arrêter de fumer pour différentes raisons. Même si vous n'avez pas l'intention d'arrêter de fumer pour le moment, il est possible que vous y pensiez ou que vous en entendiez parler de temps à autre.*

Ils devaient ensuite évaluer une série d'énoncés au moyen d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifiait que l'énoncé ne s'appliquait pas du tout à leur situation, et 10, qu'il s'appliquait parfaitement à eux, selon leurs propres points de vue concernant le renoncement au tabac.

L'énoncé considéré comme le plus pertinent (ayant le plus souvent reçu une note entre 8 et 10) pour ceux qui fumaient toujours était la conviction selon laquelle le renoncement au tabac serait la meilleure chose à faire pour leur santé. Bien que cet énoncé soit demeuré en première place à toutes les vagues de l'étude, le pourcentage de gens considérant qu'il s'appliquait à leur situation a connu une baisse, passant de 67 % à la vague 1 à 58 % à la vague 3.

Une baisse semblable a aussi été relevée pour l'énoncé concernant l'envie de prendre sa santé en main, considéré comme pertinent par 64 % des gens à la vague 1 et 56 % à la vague 3. Le pourcentage de répondants et répondantes qui étaient d'accord pour dire que s'ils arrêtaient de fumer, ce serait parce qu'ils y auraient réfléchi sérieusement et qu'ils croiraient que cela améliorerait de nombreux aspects de leur vie a aussi connu une baisse, passant de 59 % à la première vague à 53 % à la troisième.

Ce déclin relatif du pourcentage qui considère ces énoncés comme vrais est probablement dû en partie à l'attrition : les personnes qui trouvaient ces énoncés pertinents étaient plus susceptibles d'arrêter de fumer d'une vague à l'autre, et ont donc été exclues de la question.

À la troisième vague, trois nouveaux énoncés ont été ajoutés; ceux-ci reposaient sur des réponses et anecdotes fréquemment partagées lors des entrevues qualitatives qui se sont déroulées entre les vagues 2 et 3. Au cours des entrevues, certains ont indiqué que de réels problèmes de santé, comme le cancer ou l'emphysème, les motiveraient enfin à prendre le renoncement au sérieux. Lors du volet quantitatif, une personne sur trois (35 %) parmi celles qui fumaient à la vague 3 était d'avis que si elle arrêtrait de fumer, ce serait en raison d'un souci de santé ou d'un diagnostic inquiétant.

Il est aussi intéressant de noter que l'énoncé sur le renoncement en raison des coûts trop élevés des cigarettes a été jugé pertinent plus souvent (30 %) que celui concernant les études sur les effets sur la santé (27 %). Les résultats quantitatifs issus de ces trois nouveaux énoncés cadrent avec les constatations tirées du volet qualitatif et, ensemble, laissent entendre que les gens sont davantage motivés à arrêter de fumer en présence de circonstances rendant l'usage du tabac véritablement intenable ou très peu pratique. En d'autres mots, les gens savent que fumer est mauvais pour eux d'un point de vue rationnel, mais ils ont souvent besoin de subir des conséquences directes pour arrêter.

## Usage du tabac au cours des 30 jours précédents : applicabilité des motifs précis pour arrêter de fumer

<b>QE12 La raison d'arrêter de fumer s'applique à eux (de 8 à 10) « Si j'arrêtais de fumer, ce serait... »</b>	<b>Total vague 1 (n = 7 248)</b>	<b>Total vague 2 (n = 908)</b>	<b>Total vague 3 (n = 569)</b>
Parce que je croirais personnellement que ce serait la meilleure chose à faire pour ma santé	67 %	63 %	58 %
Parce que j'aurais envie de prendre ma santé en main	64 %	58 %	56 %
Parce que j'y aurais réfléchi sérieusement et que je croirais que cela améliorerait de nombreux aspects de ma vie	59 %	52 %	53 %
Parce que je me sentirais coupable ou j'aurais honte de fumer	27 %	23 %	22 %
Parce que je subirais de la pression sociale pour le faire	23 %	19 %	21 %
Je ne pense pas du tout à arrêter de fumer	22 %	22 %	18 %
Parce que j'aurais peur pour ma santé ou que j'aurais reçu un diagnostic inquiétant	S. O.	S. O.	35 %
Parce que je ne pourrais pas me permettre d'acheter des cigarettes	S. O.	S. O.	30 %
Parce que j'ai consulté des études m'ayant amené à croire que c'était pire pour ma santé que je ne le pensais	S. O.	S. O.	27 %

Échantillon : Vague 1 : la totalité des répondants et répondantes (n = 7 248); vagues 2 et 3 : ceux qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage (vague 2 : n = 908; vague 3 : n = 569).

Si l'on se penche précisément sur la vague 3, en incluant tous les énoncés, les femmes ont accordé des notes plus élevées à plusieurs énoncés, comparativement aux hommes :

- « Parce que je croirais personnellement que ce serait la meilleure chose à faire pour ma santé » s'appliquait à 62 % des femmes et à 53 % des hommes.
- « Parce que j'aurais envie de prendre ma santé en main » s'appliquait à 61 % des femmes et à 49 % des hommes.
- « Parce que j'y aurais réfléchi sérieusement et que je croirais que cela améliorerait de nombreux aspects de ma vie » s'appliquait à 59 % des femmes et à 46 % des hommes.
- « Parce que je me sentirais coupable ou j'aurais honte de fumer » s'appliquait à 26 % des femmes et à 18 % des hommes.

Au Québec, près de la moitié des gens estimaient possible d'arrêter de fumer en raison d'une crainte pour la santé ou d'un diagnostic inquiétant (48 %), un pourcentage plus élevé qu'en Colombie-Britannique (33 %), dans les Prairies (30 %) et en Ontario (28 %).

À la troisième vague, parmi des sous-groupes précis de répondants et répondantes qui fumaient toujours :

- « Parce que j'ai eu peur pour ma santé ou que j'ai reçu un diagnostic inquiétant » s'appliquait davantage à ceux qui fumaient tous les jours (38 %) qu'à ceux qui fumaient à l'occasion (29 %).
- « Parce que je croirais personnellement que ce serait la meilleure chose à faire pour ma santé » s'appliquait davantage aux personnes dont l'usage du tabac était demeuré inchangé entre les vagues

(62 %) qu'à celles qui fumaient davantage à la vague 3 qu'à la vague 2 (45 %).

Ceux qui avaient arrêté de fumer aux vagues 2 et 3 se sont vu présenter les mêmes énoncés, mais ceux-ci étaient plutôt introduits par la phrase « J'ai arrêté de fumer... »; ils devaient évaluer les énoncés sur la même échelle de 1 à 10, où 1 signifiait que l'énoncé ne s'appliquait pas du tout à eux et 10, qu'il s'appliquait parfaitement. La conviction qu'il s'agissait de la meilleure chose à faire pour sa santé était la principale raison invoquée à la vague 2 (74 %), mais le fait de prendre sa santé en main occupait la première place à la vague 3 (71 %).

#### Ont arrêté de fumer : applicabilité des motifs précis pour arrêter de fumer

<b>QE12b La raison d'arrêter de fumer s'applique à eux (de 8 à 10) « J'ai arrêté de fumer... »</b>	<b>Total vague 2 (n = 156)</b>	<b>Total vague 3 (n = 106)</b>
Parce que je croyais personnellement que c'était la meilleure chose à faire pour ma santé	74 %	66 %
Parce que j'avais envie de prendre ma santé en main	72 %	71 %
Parce que je croyais que c'était très important pour de nombreux aspects de ma vie	66 %	58 %
Parce que je me sentais coupable ou j'avais honte de fumer	41 %	37 %
Parce que je subissais de la pression sociale pour le faire	29 %	27 %
Parce que j'ai consulté des études m'ayant amené à croire que c'était pire pour ma santé que je ne le pensais	S. O.	42 %
Parce que je ne pouvais plus me permettre d'acheter des cigarettes	S. O.	36 %
Parce que j'aurais peur pour ma santé ou que j'aurais reçu un diagnostic inquiétant	S. O.	26 %

Échantillon : Les répondants et répondantes qui avaient cessé de fumer (vague 2 : n = 156; vague 3 : n = 106).

La petite taille de l'échantillon de personnes qui avaient cessé de fumer empêche toute analyse par sous-groupe.

## 12. Perception des tentatives de renoncement ratées et réussies

*Six personnes sur dix estimaient que leur incapacité d'arrêter de fumer relevait de leur propre faute; cette croyance était partagée dans tous les sous-groupes démographiques, quel que soit le statut d'usage du tabac.*

Une nouvelle question a été posée lors de la troisième vague afin de mesurer la façon dont sont perçues les tentatives de renoncement au tabac réussies et ratées. Les répondants et répondantes devaient indiquer leur niveau d'accord avec trois énoncés au moyen d'une échelle de 1 (ne s'applique pas du tout) à 10 (s'applique parfaitement). La plupart des gens estimaient être les seuls responsables de leur incapacité d'arrêter de fumer (59 % ont accordé à cet énoncé une note se situant entre 8 et 10 sur 10), tandis que la moitié considéraient comme une réussite le fait de réduire le nombre de cigarettes fumées (52 %). Une seule personne sur quatre jugeait pouvoir arrêter de fumer facilement si sa vie était moins stressante (23 %).

La tendance à se tenir soi-même responsable était évidente ici et cadrait avec les points de vue relevés fréquemment lors des entrevues qualitatives concernant la supériorité des tentatives de renoncement motivées par soi-même et dont le succès dépend principalement sur la volonté.

Ces perceptions étaient semblables dans l'ensemble des sous-groupes démographiques, et ne variaient pas de façon significative en fonction des comportements ou changements d'habitudes liés à la cigarette.

#### Perception des tentatives ratées et réussies

<b>QE13 Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord les énoncés suivants concernant le renoncement au tabac? (NET : L'énoncé s'applique)</b>	<b>Total vague 3 (n = 675)</b>	<b>Vague 3 Ont fumé au cours des 30 jours précédents (n = 569)</b>	<b>Vague 3 Ont arrêté de fumer (n = 106)</b>
Si je ne parviens pas à cesser de fumer, c'est entièrement ma faute et je suis la seule personne à blâmer.	59 %	59 %	59 %
Je considère comme une réussite le fait de réduire le nombre de cigarettes que je fume par jour ou par semaine.	52 %	53 %	46 %
Je pourrais arrêter de fumer facilement s'il y avait moins de stress dans ma vie.	23 %	22 %	26 %

ÉCHANTILLON : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).

## G. Perception du cannabis, de l'alcool et des effets nocifs relatifs

### 1. Fréquence de la consommation de cannabis

*La consommation de cannabis était plutôt courante chez les personnes qui fumaient, la moitié d'entre elles en ayant fumé à au moins une reprise au cours des 30 jours précédant le sondage. Le cannabis était moins souvent consommé par vapotage ou sous forme de produits comestibles.*

La consommation de cannabis était courante chez les répondants et répondantes. Le cannabis était le plus souvent fumé, environ la moitié des gens en ayant consommé de cette façon au cours des 30 jours précédant chacune des vagues et le quart en fumant tous les jours. Le vapotage et les produits comestibles étaient des méthodes de consommation moins fréquentes, trois personnes sur dix ayant consommé du cannabis de chacune de ces façons au cours du mois précédent, dont moins d'une personne sur dix l'ayant fait chaque jour.

## Vague 2 : Fréquence de la consommation de cannabis

<b>QF2</b> <i>Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous consommé du cannabis?</i>	<b>Net : En ont consommé au cours du dernier mois</b>	<b>Tous les jours</b>	<b>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</b>	<b>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</b>	<b>Pas du tout</b>
Vapoter	29 %	8 %	11 %	9 %	71 %
Fumer	52 %	25 %	14 %	14 %	48 %
Consommer des produits comestibles	30 %	3 %	10 %	17 %	70 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 2 : n = 1 064).

## Vague 3 : Fréquence de la consommation de cannabis

<b>QF2</b> <i>Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous consommé du cannabis?</i>	<b>Net : En ont consommé au cours du dernier mois</b>	<b>Tous les jours</b>	<b>Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours</b>	<b>Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine</b>	<b>Pas du tout</b>
Vapoter	29 %	7 %	12 %	11 %	71 %
Fumer	48 %	21 %	16 %	12 %	52 %
Consommer des produits comestibles	31 %	4 %	11 %	16 %	69 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 3 : n = 675).

## Tableau comparatif de la consommation de cannabis

<b>QF2</b> <i>Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous consommé du cannabis? (NET : Ont consommé du cannabis au cours des 30 derniers jours)</i>	<b>Vague 2 (n = 1 064)</b>	<b>Vague 3 (n = 675)</b>
Vapoter	29 %	29 %
Fumer	52 %	48 %
Consommer des produits comestibles	30 %	31 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).

Remarque : La question F2 était formulée différemment lors de la première vague.

On n'a observé aucune différence digne de mention entre les sous-groupes démographiques aux vagues 2 et 3. Certaines distinctions dans la consommation de cannabis ont toutefois été relevées entre les personnes qui avaient arrêté de fumer à la vague 2 ou 3 et celles qui fumaient toujours.

- À la deuxième vague, les répondants et répondantes qui fumaient toujours étaient plus susceptibles que ceux ayant arrêté d'avoir consommé du cannabis au cours des 30 jours précédents en le vapotant (30 % contre 17 %), en le fumant (58 % contre 17 %) ou en buvant ou mangeant des produits comestibles (32 % contre 20 %).

- Ceux qui fumaient encore la cigarette à la troisième vague étaient toujours plus susceptibles que ceux qui avaient arrêté d'avoir consommé des produits comestibles (33 % contre 21 %) ou fumé du cannabis (53 % contre 24 %) au cours des 30 jours précédents.

## 2. Fréquence de la consommation d'alcool

*Plus de cinq personnes sur dix avaient consommé au moins une boisson alcoolisée au cours des 30 jours précédents. Les gens qui fumaient toujours étaient plus susceptibles que ceux qui avaient arrêté d'avoir consommé de l'alcool, et ce, aux deux vagues.*

Aux vagues 2 et 3, on a demandé à tous d'indiquer la fréquence à laquelle ils avaient consommé de l'alcool au cours des 30 jours précédents. Les habitudes liées à la consommation d'alcool sont demeurées semblables au cours des deux vagues, plus de la moitié des gens ayant consommé de l'alcool au moins une fois par semaine, tandis qu'un peu moins du quart n'en avait pas consommé du tout durant cette période.

### Fréquence de la consommation d'alcool

<b>QF4</b> Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous bu au moins une boisson alcoolisée?	<b>Total vague 2</b> (n = 1 064)	<b>Total vague 3</b> (n = 675)
<i>Net : Au moins une fois par semaine</i>	54 %	54 %
Tous les jours	13 %	12 %
Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	41 %	42 %
Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine	23 %	22 %
Pas du tout	23 %	24 %

*Échantillon : La totalité des répondants et répondantes (vague 2 : n = 1 064; vague 3 : n = 675).*

*Remarque : La question F4 était formulée différemment lors de la première vague.*

Aucune différence significative entre les sous-groupes démographiques ne s'est dégagée entre les vagues 2 et 3. On a cependant observé quelques différences dans la consommation d'alcool aux vagues 2 et 3 selon les habitudes d'usage du tabac.

- À la deuxième vague, les répondants et répondantes qui fumaient toujours étaient plus susceptibles d'avoir bu de l'alcool au cours des 30 jours précédents que ceux qui avaient arrêté de fumer (78 % contre 68 %).
- En outre, ceux qui fumaient tous les jours à la vague 2 étaient aussi plus enclins à consommer de l'alcool de façon quotidienne (16 %) que ceux qui fumaient à l'occasion (7 %) ou qui avaient arrêté de fumer (9 %).
- Ces tendances se sont poursuivies à la vague 3, où les gens qui avaient fumé au cours des 30 jours précédant le sondage étaient plus susceptibles d'avoir bu de l'alcool durant cette période (79 %) que ceux qui avaient arrêté de fumer (65 %), et ceux qui fumaient tous les jours étaient aussi plus enclins à boire quotidiennement (16 %) que ceux qui fumaient à l'occasion (6 %) ou avaient arrêté de fumer (7 %).

### 3. Perception des effets nocifs relatifs

À partir d'une liste de six comportements liés à la consommation, l'usage du tabac était le plus souvent considéré comme nocif, les deux tiers des gens étant de cet avis à chacune des trois vagues.

Lors des trois vagues, les répondants et répondantes se sont vu présenter une liste de six comportements liés à la consommation et devaient évaluer dans quelle mesure ils considéraient chacun d'eux comme étant nocif au moyen d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifiait « pas du tout nocif » et 10, « extrêmement nocif ».

L'usage du tabac a systématiquement été perçu comme étant le comportement le plus nocif des six, environ les deux tiers des gens étant de cet avis dans chacune des trois vagues. Le vapotage de liquides avec nicotine suivait de près, environ la moitié des répondants et répondantes considérant ce comportement comme nocif. La malbouffe, l'alcool ainsi que le cannabis fumé et vapoté étaient systématiquement perçus comme étant nocifs par environ quatre personnes sur dix, tandis que deux sur dix étaient d'avis qu'aucun des comportements présentés n'était nocif.

#### Comportements nocifs – par vague

<b>QF6</b> Dans quelle mesure croyez-vous que chacun des comportements suivants est nocif s'il est adopté sur une base régulière? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il n'est pas du tout nocif et 10, extrêmement nocif. NET : Nocif (note de 8 à 10)	<b>Vague 1</b> (n = 7 248)	<b>Vague 2</b> (n = 1 064)	<b>Vague 3</b> (n = 675)
Fumer la cigarette	64 %	65 %	67 %
Vapoter du liquide avec nicotine (à l'exclusion du cannabis)	48 %	47 %	53 %
Manger de la malbouffe	43 %	40 %	43 %
Consommer de l'alcool	40 %	37 %	41 %
Vapoter du cannabis	39 %	39 %	43 %
Fumer du cannabis	36 %	36 %	40 %
Aucun comportement n'est nocif	17 %	20 %	19 %

Échantillon : La totalité des répondants et répondantes.

Aucune différence importante entre les sous-groupes n'est demeurée significative entre les vagues 2 et 3. Toutefois, la nocivité perçue variait en fonction du statut d'usage du tabac. En effet, les personnes qui avaient cessé de fumer étaient plus enclines que celles qui fumaient toujours à percevoir toutes les formes d'inhalation comme nocives.

- Fumer la cigarette (vague 2 : 78 % contre 63 %; vague 3 : 77 % contre 64 %)
- Fumer du cannabis (vague 2 : 48 % contre 34 %; vague 3 : 53 % contre 37 %)
- Vapoter du liquide avec nicotine (vague 2 : 61 % contre 45 %; vague 3 : 62 % contre 51 %)
- Vapoter du cannabis (vague 2 : 51 % contre 37 %)

## II. Constatations détaillées – entrevues individuelles qualitatives

### A. Contexte et objectifs des entrevues individuelles en profondeur

Après avoir répondu à la deuxième vague de sondages, les répondants et répondantes se sont vu demander s'ils seraient prêts à participer à une entrevue en profondeur. De ceux ayant répondu par l'affirmative, 115 ont été invités à participer à une entrevue, 45 ont fixé une date pour celle-ci et 38 y ont pris part entre le 4 janvier et le 1<sup>er</sup> février 2023. Les entrevues devaient permettre de mieux comprendre les facteurs qui provoquent des changements dans les habitudes d'usage du tabac, y compris les antécédents, les attitudes, les tentatives d'abandon, le renoncement et le vapotage.

### B. Caractéristiques démographiques et habitudes d'usage du tabac

Au moment des entrevues, huit personnes avaient arrêté de fumer, tandis que les autres fumaient toujours. La plupart avaient essayé le vapotage, mais seulement 13 vapotaient régulièrement. Parmi les huit qui avaient renoncé au tabac, trois étaient passées au vapotage comme substitut, tandis que trois autres avaient fait appel à d'autres méthodes pour arrêter de fumer.

Les caractéristiques démographiques et les habitudes d'usage du tabac des participants et participantes sont présentées ci-dessous :

Âge	
Jeunes (de 15 à 19 ans)	1
Jeunes adultes (de 20 à 24 ans)	1
Adultes (25 ans et plus)	36
Genre	
Genre féminin	28
Genre masculin	10
Région	
C.-B./Territoires	3
Alb./Sask./Man.	5
Ontario	20
Québec	8
Atlantique	2
Statut d'usage du tabac à la vague 1	
Tous les jours	25
Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	8
Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine	5
Statut d'usage du tabac à la vague 2	
Tous les jours	25
Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours	2
Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine	3
Pas du tout	8



## C. Situation de vie et changements récents

Questionnés au sujet de leur vie au moment de l'entrevue, les participants et participantes ont souvent mentionné le stress en général et les inquiétudes découlant de la pandémie de COVID-19 et de l'inflation. Les soucis liés au travail et les questions personnelles ont aussi fréquemment été relevés spontanément.

*« Le travail, encore le travail, toujours le travail. Je suppose que c'est la même chose pour tout le monde. Vous savez, dans un tel contexte, nous vivons certaines difficultés liées, entre autres, à l'inflation, à la hausse du prix des aliments et de l'essence. Voilà donc les problèmes à l'heure actuelle, et cela affecte la santé mentale. »*

*« Ça ne va pas depuis le début de la pandémie. Cela me rend fou. J'ai perdu mon emploi pour cette raison. »*

*« J'ai pris ma retraite en avril 2022, alors j'essaie de m'adapter. Mes enfants n'habitent plus à la maison. J'ai des petits-enfants, et j'aide à m'en occuper. »*

Quelques personnes ont mentionné des changements majeurs survenus dans leur vie, comme un déménagement, la naissance d'un petit-enfant, un nouvel emploi ou une retraite récente. Parfois, ces changements étaient à la fois source de bonheur et de stress, alors que d'autres avaient amené déception ou tristesse.

*« Je viens de finir de rembourser mon hypothèque. C'est énorme. »*

*« J'avais besoin d'en faire plus dans ma vie. Je me suis donc inscrit à quelques cours universitaires. Ce n'est pas facile. C'est même très difficile. Il y avait longtemps que je ne m'étais pas retrouvé sur les bancs d'école. »*

*« J'ai un trouble cardiaque, et je ne suis plus capable de travailler. »*

*« J'ai perdu mon frère. »*

Souvent, les participants et participantes ont volontairement mentionné des détails de leurs habitudes d'usage du tabac durant l'introduction de l'entrevue, soulignant habituellement que le stress ou les perturbations dans leur vie les avaient poussés à fumer davantage pour se soulager, ou rendaient difficile pour eux de tenter d'arrêter.

## D. Le rôle de la cigarette dans la vie

La plupart des gens fumaient toujours au moment de prendre part à leur entrevue, et seulement huit personnes avaient arrêté. Invités à indiquer ce que signifiait la cigarette pour eux et quelle place elle occupait dans leur vie, les participants ont le plus souvent dit fumer pour soulager leur stress. Ils ont précisé que fumer les aidait lorsqu'ils ressentaient de l'anxiété en général, les calmait lorsqu'ils étaient tendus et leur procurait un moment et un lieu dans la journée pour se détendre et décompresser.

*« La cigarette est ma meilleure amie. »*

*« Fumer me permet d'y voir plus clair, m'aide à prendre des décisions, me calme. »*

*« Pour moi, c'est un peu comme un anxiolytique. »*

*« Lorsque je suis tendu ou stressé, quelle qu'en soit la raison, j'allume une cigarette et cela me calme. J'aime fumer. »*

Quelques personnes ont dit fumer pour les distraire du stress dans leur quotidien, ou pour chasser l'ennui.

*« J'ai toujours trouvé que fumer permettait de réduire le stress. J'ai aussi toujours eu un problème de poids. Fumer m'aide à rester loin de la cuisine et à gérer mon stress. »*

*« C'est une distraction... Cela détourne mon attention des choses qui m'irritent le plus. »*

La cigarette représentait aussi une habitude sociale pour plusieurs. En effet, il était courant de fumer avec des amis, des collègues ou des membres de sa famille.

*« J'aime parfois fumer pour son aspect social. J'ai quelques amis qui fument, et pour moi, les deux vont de pair. »*

## **E. Vapotage, alcool et cannabis**

En plus de discuter de leurs habitudes d'usage du tabac, les participants et participantes devaient parler de leurs expériences concernant le vapotage, l'alcool et le cannabis en général, et leur lien avec la cigarette.

### **Vapotage**

La plupart des gens avaient essayé le vapotage à au moins une reprise, mais seulement quelques-uns vapotaient régulièrement. Chez ces derniers, le vapotage était perçu comme un substitut moins nocif que la cigarette, une façon de réduire son usage du tabac ou une option lorsque fumer était interdit.

*« Oui, cela comble certainement un vide. Cela semble plus doux pour mes poumons. »*

*« Il m'arrive de vapoter pour m'écarter de la cigarette. »*

*« Je ne fume plus du tout à l'intérieur. Je ne le fais jamais. Mon mari ne le supporte pas. Je vapote donc à l'intérieur. »*

Pour la plupart des gens, toutefois, le vapotage n'était pas l'équivalent de la cigarette en ce qui a trait au goût, à la sensation et à l'effet, ce qui en faisait un outil inefficace pour le renoncement au tabac. Plusieurs craignaient également que le vapotage même soit tout aussi nocif, ou même plus, que la cigarette. Le coût des produits de vapotage a aussi souvent été mentionné comme critique.

*« J'ai déjà vapoté, mais cela ne me plaît pas vraiment. Je ne sais pas. Je préférerais simplement fumer. Le vapotage n'est pas mal, mais cela ne procure pas le véritable goût de la cigarette. »*

*« Non. J'y ai pensé, me disant que cela pourrait m'aider. Qu'il serait plus facile d'arrêter de fumer si je l'essayais. Mais cela semble un peu plus cher que la cigarette. »*

*« Je l'ai essayé, mais c'était beaucoup trop cher. Tout allait très bien, mais c'est devenu très cher. »*

*« Le vapotage est tout aussi nocif, et il n'y a pas assez de données à ce sujet. »*

En ce qui concerne les expériences relatives au vapotage, il est important de réitérer que les personnes ayant pris part aux entrevues fumaient toujours ou n'avaient arrêté de fumer que depuis peu. Leur perception du vapotage différait probablement de celle des gens qui vapotaient plus qu'ils ne fumaient, ou de ceux qui avaient réussi à réduire leur usage du tabac ou à arrêter de fumer à l'aide du vapotage.

### Alcool

Au cours des entrevues, la plupart des gens ont indiqué boire de l'alcool avec modération, mais tout de même régulièrement. Quelques personnes ont mentionné ne boire que rarement ou s'abstenir complètement de consommer de l'alcool pour diverses raisons. Chez les 27 participants et participantes qui buvaient au moins à l'occasion, le lien entre l'alcool et la cigarette variait. Alors que certains ont insisté sur le fait qu'ils fumaient davantage lorsqu'ils consommaient de l'alcool, surtout dans des situations sociales, plusieurs ont indiqué que cela dépendait des circonstances. En effet, dans certains contextes, les gens pouvaient être moins enclins à fumer avec de l'alcool, par exemple parce qu'ils n'aimaient pas mêler les deux, parce qu'ils buvaient dans des environnements sociaux ou dans des établissements où il était difficile de fumer, ou encore parce que boire les tenait occupés.

*« Je bois de l'alcool, mais j'essaie d'arrêter progressivement. Quelques fois par semaine. La bière et la cigarette, le café et la cigarette. Ils vont si bien ensemble. »*

*« Les fins de semaine. Oui, cela intensifie mon envie de fumer. L'un déclenche l'autre. »*

*« Je bois de l'alcool une fois par semaine. Si je bois dans un contexte social, alors oui, je fume davantage. Lorsqu'il fait froid, ce n'est pas toujours le cas. »*

*« Je fais rarement les deux en même temps, alors pour ce qui est de les combiner, je dirais que non, il n'y a pas vraiment de lien entre les deux. C'est l'un ou l'autre. »*

### Cannabis

Au cours des entrevues, très peu ont dit consommer du cannabis (plusieurs autres ont cependant dit en avoir fait usage dans le passé)<sup>4</sup>. Ceux qui consommaient du cannabis ou en avaient déjà consommé le faisaient à des fins récréatives, pour se détendre, pour soulager la douleur ou pour les aider à dormir. Le cannabis était généralement perçu de façon distincte, sans rapport avec la cigarette.

*« J'ai commencé à fumer légalement de la marijuana avec la cigarette, ce qui m'a beaucoup aidé par la suite lorsque j'ai découvert que je souffrais d'un trouble anxieux. »*

*« À l'occasion. Je deviens très fatigué et je dors pendant 24 heures. Cela m'endort, alors il n'y a plus de place pour la cigarette. »*

*« Seulement du CBD de temps à autre pour la douleur. Je n'ai remarqué aucun changement dans ma consommation de cigarettes. »*

*« De façon récréative, lorsque j'étais jeune. J'ai essayé le cannabis pour m'aider avec mes douleurs chroniques, mais cela n'a eu aucun effet. »*

---

<sup>4</sup> Les résultats des sondages quantitatifs des vagues 2 et 3 indiquent un pourcentage plutôt élevé de gens ayant consommé du cannabis au cours des 30 jours précédents. Les participants et participantes aux entrevues étaient peut-être réticents à divulguer leur consommation de cannabis dans le cadre d'une entrevue en direct.

## F. Considérations et tentatives de renoncement au tabac

Lorsqu'il a été question du renoncement au tabac et de la façon dont chacun l'interprétait, plusieurs participants et participantes associaient la réussite à la *réduction* de l'usage du tabac plutôt qu'à l'abandon total. Ainsi, renoncer au tabac pouvait signifier fumer une cigarette pour faire face à des circonstances extrêmes, ou seulement lors de sorties entre amis. En fait, pour certains, il était satisfaisant de réduire la consommation à une ou deux cigarettes par jour. Dans de tels cas, le renoncement complet n'était pas jugé nécessaire, et quelques personnes craignaient que tenter d'arrêter entièrement ait l'effet inverse et les fasse fumer davantage.

*« J'essaie de réduire mon stress. Je ne tente plus d'arrêter complètement. Je m'accorde une cigarette ici et là. »*

*« Auparavant, arrêter signifiait ne plus du tout fumer. Maintenant, cela veut dire fumer pour me détendre ou avec des amis. Je ne pense plus à fumer dès mon réveil. Maintenant, je peux associer la cigarette à autre chose. Cela dépend de la météo ou de la situation sociale. »*

*« Réduire le nombre de cigarettes fumées chaque jour. Éventuellement, cela voudrait dire arrêter complètement. »*

Pour certaines personnes, cependant, le renoncement signifiait bien d'arrêter de fumer complètement, même si elles n'y étaient pas encore parvenues.

*« Je veux arrêter complètement, y compris le vapotage. »*

*« Ne plus du tout fumer. Ne plus vapoter non plus. »*

### Tentatives de renoncement antérieures

Au cours des entrevues, une majorité avait déjà tenté à plusieurs reprises d'arrêter de fumer et avait essayé plusieurs méthodes à cette fin. Certains participants et participantes avaient passé des mois, même des années sans fumer avant de rechuter, mais la plupart n'avaient réussi à arrêter que durant de courtes périodes. Même si ceux ayant renoncé au tabac pendant un certain temps avaient pour la plupart remarqué les bienfaits de ne pas fumer, ces bienfaits ne compensaient pas les envies de fumer. La majorité des gens ayant connu une rechute ont expliqué avoir recommencé à fumer en raison de circonstances stressantes.

*« Deux fois, avec un succès modéré. J'ai réussi à arrêter pendant au plus une semaine. »*

*« Deux fois. J'ai utilisé Champix ces deux fois, et c'était très efficace. »*

### Tentatives ratées jusqu'à présent

Certains participants et participantes fumaient toujours au moment de l'entrevue, mais jugeaient avoir connu un certain succès dans leur parcours vers le renoncement au tabac. Ils avaient par exemple réduit le nombre de cigarettes fumées par jour, étaient passés au vapotage, avaient renoncé entièrement à la nicotine ou ne ressentaient plus de manque.

*« J'ai déjà diminué ma consommation d'un paquet. J'ai pour objectif d'arrêter complètement la cigarette et de seulement vapoter. J'espère ne plus fumer d'ici un an, mais j'aimerais que ce soit avant. Je pourrai alors me préoccuper du vapotage. Une chose à la fois. »*

*« Je n'essaie pas activement d'arrêter. Je tente toutefois de trouver un équilibre, de réduire ma consommation progressivement et d'arriver à résister aux envies. Je me sens en général en meilleure santé, et je n'ai plus de quintes de toux. »*

## Tentatives réussies ou en cours

Huit des participants et participantes aux entrevues ne fumaient plus. Au moment de discuter de leur opinion du renoncement, plusieurs ont relevé les bienfaits pour leur santé mentale : ils avaient l'impression d'avoir l'esprit plus clair, ils dormaient mieux et étaient dans l'ensemble soulagés d'avoir passé les premières étapes et d'être libérés de la dépendance. Certains remarquaient aussi déjà les bienfaits physiques, comme le fait de moins tousser et d'avoir plus d'énergie, leur permettant de faire de l'exercice au quotidien ou de jouer avec leurs petits-enfants.

*« J'ai l'esprit plus clair... J'avais souvent le cerveau dans la brume. »*

*« Je peux monter les escaliers sans haleter. C'est merveilleux de ne plus en ressentir l'envie. J'ai remarqué que je ne ressentais plus l'état de manque. »*

*« Je me sentais vraiment bien, physiquement et mentalement. Ma toux avait disparu. »*

La prise de poids a souvent été soulevée parmi les préoccupations générales lors des discussions sur le renoncement. Chez les personnes qui avaient cessé de fumer, les femmes ont plus souvent rapporté avoir pris du poids à la suite de leur renoncement au tabac, un effet secondaire qui était souvent, mais pas toujours, non désiré. Pour certains, manger aidait à pallier l'état de manque. D'autres ont retrouvé le sens du goût et ont vu disparaître l'effet coupe-faim associé à la cigarette, ce qui les a menés à s'intéresser davantage à la nourriture et a fait augmenter leur appétit.

*« J'ai un plus gros appétit. »*

*« La nourriture a bien meilleur goût. J'ai plus faim, j'ai pris du poids, et j'ai plus d'appétit. »*

## G. Raisons d'arrêter de fumer

Même si on reconnaissait largement que fumer était peu souhaitable pour de nombreuses raisons, y compris le coût, les répercussions sociales et la santé, la simple reconnaissance des risques n'était pas un incitatif à arrêter. Invités à indiquer ce qui pourrait les motiver à arrêter de fumer, les participants et participantes ont le plus souvent affirmé que seule l'apparition d'un problème de santé grave les pousserait vraiment à déployer des efforts concertés en ce sens. En d'autres mots, la santé deviendrait seulement un incitatif au renoncement une fois que la cigarette les aura déjà rendus malades.

*« Si l'on me faisait passer des radiographies des poumons ou que l'on me montrait des preuves physiques. Je dois le voir pour le croire. J'entends toutes les statistiques, mais cela ne me touche pas encore. »*

*« Si je me rends au point où ma respiration devient limitée, où mon bien-être général est affecté. Ou encore si j'ai des enfants, ce serait quelque chose à envisager. »*

*« Si quelque chose changeait sur le plan de ma santé et que la cigarette pouvait aggraver les choses, j'envisagerais alors sérieusement d'arrêter de fumer. »*

La pression des membres de la famille a aussi souvent été mentionnée comme incitatif à arrêter de fumer. Plusieurs personnes ont évoqué les façons dont la cigarette était source de conflits dans leur famille, par exemple des proches limitant leurs visites ou l'accès aux petits-enfants en raison de l'usage du tabac. Bien qu'ils soient bouleversants, de tels conflits avaient davantage tendance à inciter les gens à fumer en cachette plutôt qu'à véritablement arrêter.

*« C'est un fardeau, parce que plus personne ne fume dans ma famille ou parmi mes amis. Personne. Je fais donc bande à part. »*

*« Je crois que je préférerais tout simplement arrêter pour ne plus avoir à m'inquiéter qu'ils ne découvrent que grand-maman fume. »*

*« Mon mari ne cesse de me le rappeler. Il me dit "tu te souviens, j'ai fait une crise cardiaque et j'ai arrêté de fumer, mais lorsque je te vois fumer, cela me donne envie de recommencer". Ça m'a beaucoup marquée. »*

Alors que la majorité des participants et participantes aux entrevues tentaient d'arrêter ou comptaient le faire, un petit segment n'avait aucunement l'envie ou l'intention d'arrêter de fumer. Pour ces participants, fumer faisait partie de leur vie et, même s'ils reconnaissaient volontiers qu'il s'agissait d'une mauvaise habitude pour leur santé, ils n'étaient tout simplement pas disposés à essayer d'arrêter.

*« Maintenant que j'habite seul et que ma santé se porte bien depuis le cancer, j'ai bien peur de n'avoir aucune autre raison d'arrêter. »*

*« Je ne souhaite pas vraiment arrêter pour le moment. Je veux réduire ma consommation. »*

## H. Intentions d'arrêter et méthodes de renoncement

En ce qui a trait aux outils pour le renoncement au tabac, un grand nombre de participants et participantes qui fumaient toujours et souhaitaient soit réduire leur consommation ou arrêter de fumer avaient tendance à rejeter les produits de substitution de la nicotine comme la gomme à mâcher ou les timbres, souvent en raison d'expériences antérieures. Les médicaments d'ordonnance (comme Champix et Zyban) semblaient mieux perçus, encore une fois en raison d'expériences passées ou d'anecdotes de proches. Certaines personnes considéraient aussi que le vapotage pourrait s'avérer utile, bien que plusieurs y aient déjà eu recours et aient rejeté cette option.

*« Champix (bien qu'il entraîne lui-même des effets secondaires), le vapotage également (si ce n'était pas aussi cher). »*

*« Le vapotage et Zyban sont les seuls moyens qui m'ont aidé. »*

*« Je ne crois pas. Si je me mets une idée en tête, je deviens très déterminé à y arriver. Je déteste échouer. Mais si je dois choisir un outil, les médicaments d'ordonnance sont ceux qui semblent les plus utiles. »*

Les gens qui comptaient renoncer au tabac se préparaient souvent mentalement à arrêter d'un coup. Ils décrivaient généralement cette méthode de façon catégorique comme étant le seul moyen efficace d'arrêter de fumer, mais étaient aussi d'avis qu'elle nécessitait les conditions idéales et un état d'esprit précis pour réussir. Les conditions idéales jugées nécessaires pour renoncer au tabac sont abordées plus loin dans le présent rapport.

*« Je ne crois pas que j'y aurais recours, parce que je ne l'ai jamais fait auparavant. J'ai déjà arrêté par ma simple volonté, et je crois que je pourrais le faire de nouveau. »*

*« C'est ainsi que j'y suis arrivé la première fois, et j'ai réussi à arrêter pendant trois mois. J'avais arrêté d'un coup. »*

*« J'arrêtera simplement. Il faut en avoir envie, et c'est ce que je ressens. Il faut le vouloir au plus profond de soi. »*

*« Je n'aime pas particulièrement les timbres ou la gomme à mâcher. Certains ont réussi avec ces méthodes, mais je ne crois pas que cela fonctionnerait pour moi. Je crois que je dois avoir recours à une méthode extrême pour m'aider à accélérer les choses, à faciliter et à faire avancer le processus. »*

Les personnes qui tentaient d'arrêter ou qui se préparaient à arrêter étaient généralement plutôt conscientes des embûches et des défis souvent associés au renoncement. Elles ont souvent mentionné des stratégies pour les aider à lutter contre les envies de fumer, le stress et l'ennui tandis qu'elles se détournaient de la cigarette. Ces stratégies comprenaient notamment les nouveaux loisirs ou passe-temps, l'activité physique, le remplacement de la fixation orale, par exemple en mangeant ou en mâchant de la gomme, et le changement des habitudes quotidiennes afin d'éviter les anciens déclencheurs.

*« Faire de l'exercice, trouver de nouveaux loisirs, me distraire. Participer à des sondages comme celui-ci me tient un peu occupé. Je réponds souvent à des sondages. »*

*« La gomme à mâcher, les bonbons. Tout ce qui dure un certain temps dans ma bouche. »*

*« Je fais davantage d'exercice pour soulager mon anxiété. Je suis des cours de yoga. »*

*« Je me tiens occupé par le travail. Je prends part à des activités, je sors, je passe du temps avec des amis. »*

Les participants et participantes qui avaient déjà tenté d'arrêter de fumer, sans succès, se montraient souvent curieux des méthodes qui pourraient les aider à mieux se comprendre et à déceler leurs sources de stress.

*« La thérapie : apprendre à me connaître et découvrir mes déclencheurs. J'ai tout essayé, et j'ai l'impression que la volonté pourrait vraiment me motiver. »*

*« Des thérapies plus accessibles et abordables. »*

## **I. Soutien pour arrêter de fumer**

Les participants et participantes ont parlé de réseaux de soutien principalement en faisant référence à leur cercle social et à leur famille. Quelques-uns ont aussi trouvé des ressources auprès de leur médecin.

*« Mon conjoint, mes enfants et mes amis m'aident. Mon collègue a récemment arrêté de fumer. »*

*« Ma partenaire est dans le même bateau. Nous réduisons notre consommation ensemble. Nous sommes pour l'autre le meilleur soutien, mais aussi le pire ennemi. »*

*« C'est mon médecin qui m'a recommandé Zyban, et c'est lui qui m'a le plus aidé. Ma famille en avait aussi long à dire. »*

*« Mon médecin m'a beaucoup encouragée, surtout lorsque j'ai développé de l'asthme. J'essaie de soutenir mon frère. »*

Comme les entrevues ont eu lieu en janvier 2023, une question portait sur le rôle des résolutions du Nouvel An dans le renoncement au tabac. Étonnamment, malgré le caractère opportun de la question, personne

n'accordait beaucoup d'importance aux résolutions ni ne les percevait comme un outil efficace pour les aider à arrêter de fumer.

*« Non, je n'ai jamais été du genre à prendre des résolutions. J'avais l'habitude de dire que je voulais perdre du poids, des choses de ce genre, mais j'ai pour devise de ne pas attendre au 1<sup>er</sup> janvier si je veux renoncer à quelque chose. Et si vous avez besoin d'aide, allez en chercher. »*

*« J'y ai pensé, mais pas vraiment pour cette année. J'aimerais arrêter vers la fin de la trentaine. »*

*« J'ai pris la résolution d'arrêter de prendre des résolutions. Cela ajoute de la pression, et ça ne fonctionne pas pour moi. »*

## J. Facteurs incitant à continuer de fumer

La majorité des gens qui fumaient toujours au moment de l'entrevue ont mentionné que le stress était le principal facteur derrière cette habitude.

*« C'est seulement le stress. »*

*« C'est le stress. J'ai beaucoup de préoccupations. Mes enfants, mes parents qui vieillissent... »*

La cigarette était aussi perçue comme un moyen de s'évader du quotidien, ou comme une activité sociale.

*« C'est un moment pour moi. »*

*« J'aime fumer lorsque je suis avec des amis, ou même avec mon fils. Nous sortons et passons un moment ensemble. »*

*« Je n'ai aucune envie d'arrêter. C'est agréable. »*

## Obstacles aux transitions

Pour pratiquement la totalité des participants et participantes, le stress était le principal facteur empêchant d'arrêter de fumer à long terme. Une majorité avait déjà vu leurs tentatives de renoncement bien intentionnées déraillées par des circonstances stressantes, comme une maladie ou un décès dans la famille, le stress au travail ou un déménagement. Dans de telles situations, l'effort constant requis pour éviter la cigarette était simplement écrasé par le besoin de soulager immédiatement le stress. D'autres défis, comme l'ennui, l'état de manque et une habitude bien ancrée, ont aussi été mentionnés.

*« Pour moi, c'est en grande partie le stress. Cela gâche tout chaque fois que je tente d'arrêter. »*

*« J'ai l'impression que c'est mon meilleur ami, ou une béquille. C'est quelque chose à faire, une habitude, un rituel. »*

*« Une journée stressante, quelque chose se brise dans la maison, un imprévu survient. Quelque chose d'inattendu. »*

*« L'habitude du café et de la cigarette, café et cigarette. »*



*« Je ressens un fort état de manque... Si je n'ai pas fumé depuis un moment, je le ressens dans tout mon corps. »*

On a observé une certaine réticence chez ceux et celles qui exprimaient le désir de renoncer au tabac un jour, la plupart disant souhaiter attendre « le bon moment » pour tenter sérieusement d'arrêter de fumer. Plusieurs souhaitaient d'abord parvenir à une étape de leur vie où les défis et facteurs de stress seraient moins nombreux. Une telle remise à plus tard était courante chez de nombreuses personnes qui fumaient toujours.

*« Au cours des prochaines années, j'espère que je fumerai moins, si l'environnement et mon état d'esprit s'y prêtent et que les choses vont bien. »*

*« Je vais essayer d'arrêter. Je dois perdre encore 27 lb pour revenir à un poids normal; j'ai discuté avec mon médecin ce matin, et ensuite je vais arrêter de fumer. »*

*« Je dirais que c'est lié au stress et, maintenant qu'une partie de ce stress disparaît de ma vie, je trouve cela plus facile et je pense davantage à arrêter. Vous savez, lorsque j'avais beaucoup de stress dans ma vie, je ne pensais pas du tout à arrêter, mais maintenant, mon opinion change en ce sens. »*

## Déclencheurs

Les déclencheurs sont des événements ou des situations qui augmentent considérablement le risque de rechute. Plusieurs participants et participantes ont relevé que la présence d'autres personnes qui fument était un déclencheur, et certains ont établi que l'odeur de la cigarette constitue un obstacle important lorsqu'ils tentent d'arrêter de fumer ou de réduire leur consommation.

*« Avoir certains de mes amis qui fumaient près de moi me donnait tellement envie de fumer et de prendre une bouffée de cigarette. »*

*« Lorsque je vois des gens fumer, cela me donne envie d'une cigarette et je m'efforce de combattre cela. »*

*« L'odeur de la cigarette. J'aime l'odeur, la senteur de la cigarette. J'ignore pourquoi, c'est un peu étrange. »*

*« Assurément la présence de personnes qui fument, vous sentez la cigarette. Vous voulez fumer aussi. »*

## K. Accès aux cigarettes

Une majorité n'a signalé aucun problème à accéder à des cigarettes. En général, on était d'avis que la cigarette était facilement accessible à ceux qui le voulaient, et les participants et participantes arrivaient mal à s'imaginer une situation où ils ne pourraient s'en procurer. Les rares personnes qui ont exprimé de quelconques difficultés ont principalement mentionné des problèmes financiers ou liés au transport.

*« Non, elles sont facilement accessibles. »*

*« Lorsque j'étais mère monoparentale, j'essayais tous les moyens possibles d'épargner. Il y a des jours où je n'avais pas grand-chose à fumer, mais mes enfants étaient nourris. »*

*« J'habite à environ 10 minutes de route de la ville. »*

*« Mon domicile se trouve tout juste à l'extérieur du réseau de transport en commun, il n'y a donc aucun autobus. »*

Invités à indiquer comment ils réagissent (ou réagiraient) sans accès à des cigarettes, les participants et participantes étaient partagés. Ceux qui fumaient de façon plus fréquente avaient tendance à décrire leur expérience comme étant stressante, tandis que ceux qui fumaient moins étaient souvent moins préoccupés.

*« Il ne s'agit pas d'une situation particulièrement stressante pour moi. J'attends simplement de pouvoir de nouveau fumer. »*

*« Cela vient ajouter beaucoup de stress... Je commence à réfléchir au fait que je ne peux pas fumer à ce moment, et que je dois demander à quelqu'un qui ne veut pas que je fume de m'aider à me procurer des cigarettes. »*

*« Nerveux, je suppose. Je deviens nerveux. »*

Comme stratégies d'adaptation, on a suggéré de trouver quelque chose pour se distraire, comme de boire ou de manger des bonbons, ou encore de se tourner vers d'autres produits contenant de la nicotine, comme la gomme à mâcher, les timbres ou le vapotage.

*« Je crois que j'irais probablement à la pharmacie pour acheter quelque chose qui m'aiderait, comme de la gomme à mâcher à la nicotine ou des timbres, quelque chose du genre. »*

*« Probablement le vapotage. »*

*« Si j'en avais vraiment besoin, je me mettrais un crayon dans la bouche pour le mâchouiller. Ou j'irais fouiller dans le tiroir à bonbons de mon petit-fils. »*

## **L. Dernières observations**

À la fin de l'entrevue, les participants et participantes ont été invités à ajouter tout autre chose que Santé Canada devrait savoir au sujet du renoncement au tabac. Il est apparu clairement que les gens étaient parfaitement conscients que fumer était mauvais pour eux. Ils voulaient toutefois faire comprendre à quel point il est difficile de renoncer au tabac, et que des ressources supplémentaires pour les aider en ce sens seraient beaucoup plus utiles que des messages visant à leur rappeler les effets néfastes du tabac.

*« C'est une dépendance, une très forte dépendance. Quelqu'un a déjà dit que c'est pire que l'héroïne, a déjà fait cette analogie. Je ne sais pas si c'est vrai. »*

*« À moins d'être passé par là, ce serait difficile pour eux de comprendre. Le plus difficile, c'est l'état de manque. »*

*« C'est l'aspect émotionnel; on peut traiter les symptômes ou tout ce que vous voulez, mais la gomme à mâcher ou les timbres n'arriveront pas à régler l'aspect émotionnel et psychologique. »*

*« Peut-être essayer de soutenir davantage les gens, offrir plus de programmes plutôt que de toujours faire preuve de négativité. Parce que je suis certain que toute personne qui fume sait que c'est mauvais pour elle. »*

*« Je suis toujours ouvert (et je crois que c'est le cas de plusieurs) à trouver quelque chose qui s'aspire comme la cigarette, qui procure la même sensation, mais qui n'en est pas une. Je crois que des tonnes de personnes arrêteraient de fumer s'il y avait une autre option qui procure la même sensation. »*

Les gens ont aussi souvent souligné que le gouvernement devrait avant tout dire aux jeunes de ne pas commencer à fumer, précisant avec regret qu'ils ont eux-mêmes commencé à fumer à un jeune âge. Quelques personnes ont laissé entendre que les publicités vidéo pourraient avoir une plus grande portée émotionnelle que le format imprimé ou les messages sur les paquets de cigarettes. On a aussi suggéré de montrer aux enfants des stratégies de gestion du stress et de sensibiliser les gens aux problèmes de santé mentale dans les écoles pour empêcher les jeunes de commencer à fumer.

*« Je crois qu'il devrait y avoir plus de publicités comme on voit à la télévision sur l'alcool au volant et le cannabis, mais ciblant davantage la cigarette. Je sais qu'il y a des mises en garde sur les paquets, mais je ne crois pas qu'elles interpellent autant les gens que des mises en garde verbales. »*

*« Si, lorsque j'avais 14 ans, on m'avait appris à mieux gérer mon stress – parce qu'on ne vient pas tous de foyers où l'on apprend ces aptitudes –, je n'aurais pas succombé à la pression des autres. Je crois que ce type de soutien devrait être plus facilement accessible, par exemple dans les écoles. »*

*« Cibler les jeunes, parce qu'ils sont les futurs fumeurs. »*

## Annexe A : Méthodologie de la phase quantitative

### 1. Conception et pondération de l'échantillon

Le volet quantitatif de ce projet de recherche consistait en deux sondages à échantillon récurrent :

1. **Deuxième vague de sondages auprès d'un échantillon récurrent** : Un sondage en ligne quantitatif auprès d'un échantillon récurrent de 1 075 Canadiens et Canadiennes qui ont été sélectionnés parmi les 7 248 personnes âgées de 15 ans et plus qui ont répondu au sondage de référence de 2022 (première vague) et qui fumaient la cigarette à ce moment. Ce sondage s'est déroulé du 13 décembre 2022 au 22 janvier 2023.
2. **Troisième vague de sondages auprès d'un échantillon récurrent** : Un deuxième sondage quantitatif en ligne a été mené auprès d'un échantillon récurrent de 675 Canadiens et Canadiennes ayant pris part à la deuxième vague de sondages. Ce sondage s'est déroulé du 5 avril au 1<sup>er</sup> juin 2023.

Le sondage de référence sur le tabac (première vague) s'est déroulé au printemps 2022 sous la forme d'un sondage national en ligne auprès de 7 248 Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fumaient au moment de leur participation. L'échantillon utilisé lors de ce sondage de référence est à la base de la présente étude quantitative.

Les deuxième et troisième vagues ont fait appel à une approche par échantillon récurrent, tentant de reprendre contact avec toutes les personnes ayant participé à la vague précédente (c'est-à-dire que les participants de la deuxième vague ont été sélectionnés à partir de l'échantillon de la première, tandis que ceux de la troisième vague ont été sélectionnés à partir de l'échantillon de la deuxième). Il convient de souligner que l'échantillon initial a été sélectionné de façon (a) à représenter le mieux possible la population qui fume selon l'âge, le genre et la province et (b) à maximiser le sous-échantillon de jeunes (de 15 à 19 ans) et de jeunes adultes (de 20 à 24 ans) qui fument afin de permettre une analyse adéquate dans les vagues subséquentes (malgré le phénomène d'attrition attendu).

Pour pouvoir inclure des jeunes âgés de moins de 18 ans, une invitation a été envoyée à des panellistes dont le profil indiquait qu'ils étaient les parents d'un enfant âgé de 15 à 17 ans. Ces panellistes ont par la suite dû consentir à ce que leur enfant participe à l'étude. L'enfant a pu, à partir de ce moment, répondre au sondage. Cette étape a été incluse à chacune des vagues afin de veiller au renouvellement du consentement des parents. Il convient de noter que l'âge dans chacune des vagues de sondages est celui indiqué lors du sondage de référence de 2022.

Les données de la deuxième vague ont été pondérées en fonction de l'âge, du genre et de la région de façon à représenter la population qui fume selon l'ECTN 2020. Les données de la troisième vague n'ont pas été pondérées en raison de la petite taille de l'échantillon, de façon à éviter de fausser les réponses individuelles. Cette décision de ne pas pondérer l'échantillon de la troisième vague a fait augmenter légèrement la proportion de répondants et répondantes de l'Ontario, a fait diminuer la proportion des 15 à 19 ans et a donné lieu à un changement dans la proportion des genres, les femmes étant quelque peu surreprésentées dans la vague 3.

Le profil démographique complet présenté au début du présent rapport démontre que les échantillons des deuxième et troisième vagues de l'étude étaient semblables pour la majorité des variables.

Caractéristiques démographiques de l'échantillon de la vague 2 :

Groupe démographique	% de personnes qui fument régulièrement (ECTN 2020)	Taille de l'échantillon non pondéré	Pourcentage non pondéré	Pourcentage pondéré
<b>Région</b>				
Atlantique	7,3 %	75	7 %	7 %
Québec	25,9 %	320	30 %	26 %
Ontario	35,0 %	389	37 %	35 %
Man./Sask./Alb.	21,3 %	180	17 %	21 %
C.-B./Territoires	10,5 %	100	9 %	10 %
<b>Groupe d'âge</b>				
15-19	2 %	48	5 %	2 %
20-24	6 %	116	11 %	6 %
25 ans et plus	92 %	900	85 %	92 %
<b>Genre</b>				
Genre masculin	60 %	449	42 %	60 %
Genre féminin	40 %	605	57 %	40 %
Autre identité de genre	–	5	< 1 %	< 1 %

Caractéristiques démographiques de l'échantillon de la vague 3 :

Groupe démographique	% de personnes qui fument régulièrement (ECTN 2020)	Taille de l'échantillon non pondéré	Pourcentage non pondéré
<b>Région</b>			
Atlantique	7,3 %	53	8 %
Québec	25,9 %	188	28 %
Ontario	35,0 %	262	39 %
Man./Sask./Alb.	21,3 %	104	15 %
C.-B./Territoires	10,5 %	68	10 %
<b>Groupe d'âge</b>			
15-19	2 %	11	2 %
20-24	6 %	48	7 %
25 ans et plus	92 %	616	91 %
<b>Genre</b>			
Genre masculin	60 %	296	44 %
Genre féminin	40 %	375	56 %
Autre identité de genre	–	4	< 1 %

Remarque : Le pourcentage de Canadiens et Canadiennes de 15 ans et plus qui fument est de 10,3 % à l'échelle nationale (selon les données de l'Enquête canadienne sur le tabac et la nicotine [ECTN] de 2020). Puisque les répondants et répondantes au sondage en ligne ont été recrutés à partir d'un panel à participation volontaire, l'échantillon est non probabiliste et aucune marge d'erreur ne peut être calculée. Les pourcentages rapportés ne peuvent être généralisés à d'autres groupes que l'échantillon à l'étude; il est donc impossible de tirer des inférences statistiques officielles entre l'échantillon et la population cible élargie qu'il vise à représenter.

## 2. *Conception du questionnaire*

Environics a travaillé de concert avec Santé Canada afin de mettre au point des questionnaires permettant d'assurer que les objectifs de la recherche sont remplis et les questions, bien formulées. Les questionnaires ont également été conçus de façon à respecter les normes du gouvernement fédéral en matière de recherche sur l'opinion publique. Une fois approuvés par Santé Canada, ils ont été traduits en français. La version définitive du questionnaire de la deuxième vague se trouve à l'annexe C, tandis que celle du questionnaire de la troisième vague est à l'annexe D.

## 3. *Préenquête*

Avant le lancement des deuxième et troisième vagues de sondages, Environics a fourni des liens tests à Santé Canada vers les versions dans chacune des langues, puis a apporté des changements en fonction des commentaires reçus. Une préenquête a ensuite été effectuée dans les deux langues officielles. Pour ce faire, Environics a sélectionné un nombre limité de dossiers et a effectué un pré-lancement dans chaque langue. Ces sondages préliminaires se terminaient par des questions d'approfondissement standard du gouvernement du Canada afin de s'assurer que la durée et le langage du sondage étaient appropriés. La préenquête de la vague 2 s'est déroulée le 13 décembre 2022, et 14 personnes y ont répondu (12 en anglais et 2 en français). La préenquête de la vague 3 s'est déroulée le 5 avril 2023, et 35 personnes y ont répondu (32 en anglais et 3 en français). Aucun changement ne s'est avéré nécessaire à la suite de cette préenquête.

## 4. *Travail sur le terrain*

Le sondage en ligne de la deuxième vague s'est déroulé du 13 décembre 2022 au 22 janvier 2023, et il fallait en moyenne 10,22 minutes pour y répondre. Celui de la troisième vague a été mené du 5 avril au 1<sup>er</sup> juin 2023, et il fallait en moyenne 9,52 minutes pour y répondre. Les sondages ont été effectués par Environics dans un environnement de sondage Web sécurisé doté de toutes les caractéristiques requises. Les analystes de données d'Environics ont programmé les questionnaires avant de soumettre ceux-ci à des tests approfondis afin d'assurer l'exactitude de l'organisation et de la collecte des données. Cette validation a permis de garantir que le processus de saisie des données était conforme à la logique de base du sondage. Le système de collecte de données a pris en charge les invitations, les quotas et les réponses aux questionnaires (l'enchaînement des questions et les intervalles valides). L'échantillon utilisé provenait du panel de Maru, un fournisseur de confiance. De plus, certains répondants et répondantes de la première vague qui ne faisaient plus partie du panel de Maru ont été joints directement lorsqu'ils avaient fourni une adresse courriel et qu'ils avaient consenti à ce que l'on communique de nouveau avec eux lors du sondage précédent.

Environics a assumé la responsabilité générale de tous les aspects du sondage sur le terrain. Le sondage a été effectué selon les étapes suivantes :

- Environics a programmé les sondages en ligne, qu'elle a hébergés sur un serveur sécurisé. Toutes les données ont été stockées sur des serveurs et serveurs de sauvegarde canadiens situés et seulement accessibles au Canada et physiquement indépendants de toute autre base de données, directement ou indirectement, situées à l'extérieur du Canada.

- Des invitations comprenant un lien URL unique (de façon à n'accepter qu'une seule version du sondage par personne) ont été envoyées à tous les membres du panel. Les personnes n'ayant pas répondu ont reçu des rappels périodiques pour les encourager à participer.
- Un soutien technique était offert aux participants et participantes au sondage en ligne en cas de besoin. Des mesures ont été prises afin d'assurer (et de garantir) la confidentialité et l'anonymat complets des réponses au sondage.
- Toutes les réponses aux sondages ont été saisies électroniquement à mesure qu'elles étaient soumises et regroupées dans un fichier de données électronique qui a ensuite été codé et analysé (y compris pour les questions ouvertes).

Tous les répondants et répondantes ont eu la possibilité de répondre au sondage dans la langue officielle de leur choix. Tous ont aussi été avisés que la recherche était commanditée par le gouvernement du Canada, que leur participation se faisait sur une base volontaire et que les renseignements recueillis étaient protégés en vertu des lois sur la protection de la vie privée.

Les répondants et répondantes au sondage, sélectionnés à partir de panels de personnes ayant accepté de participer à des sondages en ligne, ont été récompensés pour avoir pris part au sondage selon le programme incitatif du panel. La récompense a été structurée de façon à refléter la durée du sondage et la nature de l'échantillon.

L'ensemble du travail de recherche a été effectué en conformité avec les meilleures pratiques de l'industrie, notamment les Normes pour la recherche sur l'opinion publique effectuée par le gouvernement du Canada – Sondages en ligne (<https://www.tpsgc-pwgsc.gc.ca/rop-por/enligne-online-fra.html>), de même qu'avec les lois fédérales applicables (*Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques*, ou LPRPDE). Environics est l'un des membres fondateurs du Conseil de recherche et d'intelligence marketing canadien (CRIC) et a inscrit le sondage auprès du Service de vérification des recherches du CRIC. Celui-ci permet au public de vérifier la légitimité d'un sondage, de se renseigner sur les sondages en général et de déposer une plainte. Pour en savoir plus sur le CRIC : <https://www.canadianresearchinsightscouncil.ca/?lang=fr>

**L'erreur due à la non-réponse** résulte de l'impossibilité d'interroger les personnes admissibles au sondage. Dans un tel cas, le biais de non-réponse représente la différence entre les réponses des participants et participantes admissibles qui sont invités à participer et celles des personnes qui ont répondu au sondage. De plus, puisque le sondage faisait appel à un échantillon récurrent, certaines personnes n'étaient plus disponibles au fil du temps en raison de l'attrition du panel. Environics a fait tout son possible pour limiter les erreurs de non-réponse en invitant tous les répondants et répondantes de la première vague à prendre part à la deuxième, et en invitant tous ceux de la deuxième vague à prendre part à la troisième. En outre, les adresses courriel ont été recueillies lors du sondage de référence et de celui de la deuxième vague, de sorte qu'un plus grand nombre de personnes ont pu être rejointes, même celles ayant quitté le panel.

**L'erreur de mesure** est une erreur ou un biais qui se produit lorsque les sondages ne mesurent pas ce pour quoi ils ont été conçus. Ce type d'erreur résulte de lacunes sur le plan de l'instrument, de la formulation des questions, des erreurs de traduction, de l'ordre des questions, de l'enchaînement, des choix de réponse, etc. Environics et Santé Canada ont conçu des questionnaires qui limitent ce type d'erreur.

**Prise en compte de l'accessibilité pour les sondages en ligne.** Les personnes qui participent à des études sont diversifiées, et Environics s'efforce à ce que la mise en forme de ses sondages permette d'offrir une expérience conviviale pour tous. Nous avons configuré nos sondages en ligne de façon à ce que les lecteurs d'écran puissent

offrir une meilleure expérience aux personnes qui présentent un handicap. Nous testons nos sondages en ligne de façon exhaustive en faisant appel à des techniques reconnues par l'industrie et en utilisant des lecteurs d'écran. Environics s'assure que ses sondages en ligne sont conformes aux Directives pour l'accessibilité aux contenus Web.

## **5. Codage et dépouillement des données**

Après la collecte des données de chaque vague, mais avant leur analyse, des analystes ont procédé à un processus de nettoyage et de validation des données, conformément aux normes les plus rigoureuses du secteur. Les réponses aux questions ouvertes ont été codées, et Environics a mis sur pied des tableaux croisés de concert avec le chargé de projet. Les tableaux de données ont été soumis en format Excel.

Les données tirées du sondage de la deuxième vague ont été pondérées en fonction de l'âge, du genre et de la région de façon à ce que l'échantillon soit le plus représentatif possible de cette population selon les plus récentes informations du gouvernement du Canada (pourcentage de personnes qui fument tiré de l'ECTN de 2020). Après consultation avec les responsables du projet à Santé Canada, la décision de ne pas pondérer les données de la troisième vague a été prise.

Les différences entre les sous-groupes sont relevées en fonction des résultats du test statistique Z avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des pourcentages, et en fonction des résultats du test bilatéral T avec une probabilité de 95 % pour la comparaison des moyennes. Les comparaisons reposent sur les différences entre les sous-groupes exclusifs, et non sur les différences par rapport au total ou à des groupes qui se chevauchent.

La nature d'un échantillon récurrent vient quelque peu compliquer l'analyse des données entre les vagues, notamment en ce qui a trait aux différences entre les sous-groupes. En raison de la taille de l'échantillon, qui est réduite d'une vague à l'autre, et des changements de comportement chez les répondants et répondantes, certaines associations peuvent être effectuées dans une vague, mais pas dans l'autre. Indépendamment de la présence ou non de ces associations, les différences statistiques entre les sous-groupes sont mentionnées lorsqu'elles sont jugées importantes et pertinentes pour l'analyse.



## 6. Taux de réponse

Les taux de réponse aux sondages sont présentés dans les tableaux ci-dessous.

**Vague 2 : Répartition des communications pour le sondage en ligne**

Répartition	N
Messages délivrés (c)	7248
Sondages achevés (d)	1064
Répondants admissibles, mais qui ont abandonné (e)	74
Répondants non admissibles (f)	0
Aucune réponse (g)	6110
Quotas atteints (h)	0
<b>Taux de contact</b> (d + e + f + h)/c	15,70
<b>Taux de participation</b> (d + f + h)/c	14,68

**Vague 3 : Répartition des communications pour le sondage en ligne**

Répartition	N
Messages délivrés (c)	1064
Sondages achevés (d)	675
Répondants admissibles, mais qui ont abandonné (e)	37
Répondants non admissibles (f)	0
Aucune réponse (g)	352
Quotas atteints (h)	0
<b>Taux de contact</b> (d + e + f + h)/c	66,92
<b>Taux de participation</b> (d + f + h)/c	63,44

## Annexe B : Méthodologie de la phase qualitative

Les entrevues individuelles ont été menées du 4 janvier au 1<sup>er</sup> février 2023. Elles devaient permettre de mieux comprendre les facteurs qui provoquent des changements dans le statut d'usage du tabac et le recours au vapotage, y compris les tentatives d'abandon et le renoncement. Compte tenu de la nature potentiellement délicate du sujet, l'entrevue individuelle a été choisie comme format, puisqu'elle permet d'explorer de façon plus approfondie les habitudes d'usage du tabac dans un environnement favorisant la confiance et les discussions sincères. Les participants et participantes aux entrevues ont été sélectionnés à partir de l'échantillon du sondage de la deuxième vague, le recrutement ayant été intégré au questionnaire du sondage quantitatif. Le questionnaire de recrutement est joint au présent rapport à la fin du questionnaire de la vague 2, à l'annexe C.

### 1. Conception de l'échantillon

Un total de 38 entrevues ont été réalisées, soit 34 en anglais et 4 en français. Pour cerner les facteurs associés à une tentative de renoncement au tabac réussie comparativement à une tentative ratée, on souhaitait que la moitié des entrevues soient réalisées auprès de personnes ayant réussi à arrêter de fumer, et l'autre moitié auprès de personnes ayant déjà tenté d'arrêter, mais qui fumaient toujours. Toutefois, comme l'échantillon comptait peu de gens ayant arrêté de fumer, ces quotas étaient difficiles à atteindre. Tout a été mis en œuvre pour privilégier les invitations aux personnes ayant arrêté ou tenté d'arrêter de fumer. Au total, 8 entrevues ont été menées auprès de personnes ayant arrêté de fumer, et 26 auprès de personnes dont les tentatives de renoncement au tabac avaient échoué. Aucun autre quota n'a été fixé.

Pour encourager les gens à participer, une somme de 125 \$ était versée à tous ceux ayant pris part à l'exercice.

### 2. Recrutement

Le recrutement pour les entrevues s'est fait par l'intermédiaire du sondage en ligne de la deuxième vague. Celui-ci comprenait une section servant à la sélection pour les entrevues qualitatives ainsi qu'une invitation à y participer. Le questionnaire de recrutement comprenait des questions standards visant à confirmer que les participants et participantes répondaient bien aux critères d'une étude qualitative, conformément aux exigences du gouvernement du Canada :

- Ils devaient répondre à tous les critères précisés pour l'étude, c'est-à-dire qu'ils fumaient lors du sondage de référence.
- Aucun participant (ni aucun membre du ménage ou de la famille immédiate) ne devait travailler dans un domaine lié de près ou de loin avec le sujet de l'étude, dans un ministère ou un organisme du gouvernement connexe, en publicité, en étude de marché, en relations publiques ou dans les médias (radio, télévision, journaux, production cinématographique ou vidéographique, etc.). Les personnes ayant travaillé dans ces domaines au cours des cinq dernières années ont aussi été exclues.
- Puisque l'étude était sous forme d'entrevues individuelles en profondeur et que le recrutement s'est fait à partir de l'échantillon d'un sondage, les relations entre les participants ne posaient pas problème.
- Aucun participant recruté ne devait avoir pris part à une séance d'étude qualitative au cours des six derniers mois.
- Aucun participant recruté ne devait avoir pris part à plus de quatre séances d'étude qualitative au cours des cinq dernières années.

Les données provenant des répondants et répondantes au sondage qui étaient admissibles et qui ont choisi de prendre part au volet qualitatif ont été extraites dans un fichier contenant les coordonnées, les renseignements démographiques de base et les réponses à des questions clés du sondage visant à déterminer les tentatives de renoncement, ainsi que les réponses aux questions de sélection. L'équipe de recherche d'Environics s'est servie de ce fichier pour recruter les personnes admissibles aux entrevues.

S'appuyant sur le fichier extrait du sondage initial, Environics Research a envoyé directement aux répondants et répondantes admissibles un courriel les invitant à participer à une entrevue. Le texte de l'invitation était formulé de façon à inclure des renseignements essentiels au sujet de l'étude de façon à vaincre les réticences, tout en assurant le maintien de la confidentialité.

Les invitations ont été transmises selon la priorité, en fonction des quotas ciblés pour la région, la langue et les tentatives de renoncement. Au total, 115 personnes ont été invitées à prendre part à une entrevue, 45 ont fixé une date pour celle-ci et 38 y ont pris part.

### **3. Entrevues**

Au total, 38 entrevues ont été réalisées entre le 4 janvier et le 1<sup>er</sup> février 2023. Les entrevues devaient durer moins de 30 minutes, mais les discussions se sont souvent poursuivies au-delà du temps prévu.

Environics a rédigé une première version du guide de discussion, puis l'a transmise à Santé Canada aux fins de révision et d'approbation. Le guide abordait notamment les facteurs provoquant des changements dans les habitudes d'usage du tabac (comme le stress et l'abandon du tabac), les outils de renoncement utilisés ainsi que les obstacles au changement. Les entrevues ont été menées par l'intermédiaire d'une plateforme en ligne appelée Recollective, qui permettait aux gens de fixer la date et l'heure de leur propre entrevue, au moment qui leur convenait le mieux. Les entrevues pouvaient se dérouler en anglais ou en français.

Au début de chaque entrevue, la personne à l'animation confirmait le consentement à poursuivre et vérifiait l'identité et l'admissibilité. Les séances ont été enregistrées avec l'autorisation des participants et participantes et transcrites automatiquement par la plateforme Recollective. Toutes les données issues des entrevues ont été stockées de façon sécurisée sur des serveurs situés au Canada. Les enregistrements ont été transcrits, puis supprimés immédiatement à la fin de chaque séance. Les transcriptions ont été fournies à Santé Canada sans aucun renseignement identificatoire.

## Annexe C : Questionnaire de la vague 2

---

Santé Canada

Automne 2022/Printemps 2023, Étude longitudinale sur le tabagisme

### Vague 2 – Questionnaire

---

#### PAGE D'ACCUEIL

Please select your preferred language for completing the survey./Veuillez choisir la langue dans laquelle vous préférez répondre au sondage.

01 – English/Anglais

02 – Français/French

---

#### Renseignements généraux

#### INVITATION POUR LES PARENTS ET LES TUTEURS LÉGAUX DES RÉPONDANTS DE 15 À 17 ANS

Plus tôt cette année, vous avez permis à votre adolescent de 15, 16 ou 17 ans de prendre part à un important sondage sur le tabagisme mené par Santé Canada. Nous lui sommes très reconnaissants de sa participation et nous aimerions en savoir davantage sur ses opinions à cet égard.

Cette fois encore, ce sondage durera environ 15 minutes. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le tabagisme et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Puisque la confidentialité des réponses fournies par les participants est importante dans le cadre de ce sondage, nous vous demandons de vous assurer que votre adolescent y prendra part dans un endroit où ses réponses ne pourront pas être vues par d'autres personnes. Toutes les réponses fournies demeureront anonymes et confidentielles.

**Comment fonctionne le sondage en ligne?**

- Votre enfant est invité à nous faire part de son opinion sur le tabagisme.
- La participation de votre enfant à cette étude est entièrement volontaire.
- Votre décision de permettre ou non à votre enfant de participer à ce sondage n'aura aucune conséquence sur vos relations avec le gouvernement du Canada.

**Qu'advient-il des renseignements personnels de votre enfant?**

- Les renseignements personnels que votre enfant communiquera à Santé Canada seront traités conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et recueillis sous l'autorité de l'article 4 de la *Loi sur le ministère de la Santé*, en vertu de la *Directive sur les pratiques relatives à la protection de la vie privée du Conseil du Trésor*. Nous recueillerons uniquement les renseignements nécessaires à la réalisation de notre projet de recherche.
- **Objectif de la collecte** : Nous devons recueillir certains des renseignements personnels de votre enfant, par exemple ses données démographiques (âge, sexe), pour être en mesure de mieux comprendre le sujet à l'étude. Les réponses de votre enfant seront toutefois regroupées avec celles des autres participants aux fins d'analyse et de rédaction du rapport; l'identité de votre enfant ne sera jamais révélée.
- **Pour plus d'information** : Le processus de collecte des renseignements personnels est décrit dans le Fichier de renseignements personnels ordinaires pour les communications publiques – POU 914, sur le site Info Source, accessible en ligne à l'adresse [infosource.gc.ca](http://infosource.gc.ca).
- **Vos droits en vertu de la Loi sur la protection des renseignements personnels** : En plus d'assurer la protection des renseignements personnels de votre enfant, la *Loi sur la protection des renseignements personnels* autorise ce dernier à demander d'avoir accès à ces renseignements et à voir à ce qu'ils soient corrigés au besoin. Les renseignements personnels de votre enfant seront recueillis, utilisés, conservés et divulgués par Environics conformément à la loi provinciale applicable en matière de protection de la vie privée ou à la *Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques* (LPRPDE). Veuillez cliquer [ici](#) pour voir la politique de confidentialité d'Environics.
- Les réponses que votre enfant fournira dans le cadre de ce sondage demeureront anonymes et ne lui seront en aucun cas directement attribuées.

**Que se passera-t-il à la suite du sondage?**

- Le rapport final, rédigé par Environics, pourra être consulté par la population sur le site de Bibliothèque et Archives Canada (<http://www.bac-lac.gc.ca/>).

Pour toute question au sujet de ce sondage, veuillez communiquer avec Environics, à l'adresse [stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca).

[stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca) Si vous acceptez que votre enfant prenne part à ce sondage, veuillez lui fournir le lien vers ce dernier.

Votre adolescent peut également accéder au sondage en copiant l'adresse URL suivante dans la fenêtre de son navigateur : [URL]

Nous vous remercions de votre soutien dans le cadre de cette importante recherche.

**[LE LIEN MÈNE À LA SECTION « INTRODUCTION POUR TOUS LES RÉPONDANTS » CI-DESSOUS](#)**

**TOUS LES RÉPONDANTS**

Plus tôt cette année, vous avez pris part à un sondage sur le tabagisme mené par Santé Canada. Nous vous remercions d'y avoir participé et aimerions en savoir davantage sur vos opinions à cet égard, que vous fumiez ou non actuellement.

Cette fois encore, ce court questionnaire de **15 minutes** est mené par Environics, une société canadienne de recherche sur l'opinion publique, pour le compte de Santé Canada. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le tabagisme et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Certaines des questions sont semblables ou identiques à celles du premier sondage. Nous vous demandons d'y répondre **en fonction de ce que vous pensez ou de ce que vous faites à l'heure actuelle**, sans réfléchir à vos réponses précédentes.

**RÉPONDANTS DE 15, 16 OU 17 ANS SEULEMENT** : Comme cela s'est produit plus tôt cette année, ton parent ou tuteur légal a accepté que tu participes à cette étude des plus importantes. Ta participation est entièrement volontaire; il t'appartient donc de décider si tu souhaites répondre à nos questions. Nous espérons toutefois que tu le feras! Tu peux répondre au sondage sur ton ordinateur, ton portable, ta tablette ou ton téléphone. Tu peux mettre un terme à ta participation à tout moment si tu ne te sens pas à l'aise de répondre, ou encore choisir de ne pas répondre à certaines questions. Tes réponses ne seront pas montrées à tes parents, à tes tuteurs légaux, à tes enseignants ou à toute autre personne; nous te demandons donc de répondre le plus honnêtement possible.

**Comment fonctionne le sondage en ligne?**

- Vous êtes invité à nous faire part de votre opinion sur le tabagisme.
- Votre participation à cette étude est entièrement volontaire.
- Votre décision de participer ou non à ce sondage n'aura aucune conséquence sur vos relations avec le gouvernement du Canada.

**Qu'advient-il de vos renseignements personnels?**

- Les renseignements personnels que vous communiquerez à Santé Canada seront traités conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et recueillis sous l'autorité de l'article 4 de la *Loi sur le ministère de la Santé* en vertu de la *Directive sur les pratiques relatives à la protection de la vie privée du Conseil du Trésor*. Nous recueillerons uniquement les renseignements nécessaires à la réalisation de notre projet de recherche.
- **Objectif de la collecte** : Nous devons recueillir certains de vos renseignements personnels, par exemple vos données démographiques (âge, sexe), pour être en mesure de mieux comprendre le sujet à l'étude. Vos réponses seront toutefois regroupées avec celles des autres participants aux fins d'analyse et de rédaction du rapport; votre identité ne sera jamais révélée.
- **Pour plus d'information** : Le processus de collecte des renseignements personnels est décrit dans le Fichier de renseignements personnels ordinaires pour les communications publiques – POU 914, sur le site Info Source, accessible en ligne à l'adresse [infosource.gc.ca](http://infosource.gc.ca).
- **Vos droits en vertu de la Loi sur la protection des renseignements personnels** : En plus d'assurer la protection de vos renseignements personnels, la *Loi sur la protection des renseignements personnels* vous autorise à demander d'avoir accès à ces renseignements et à voir à ce qu'ils soient corrigés au besoin. Vos renseignements personnels seront recueillis, utilisés, conservés et divulgués par Environics conformément à la législation provinciale applicable en matière de protection de la vie privée ou à la *Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques* (LPRPDE). Veuillez cliquer [ici](#) pour voir la politique de confidentialité d'Environics.
- Les réponses que vous fournirez dans le cadre de ce sondage demeureront anonymes et ne vous seront en aucun cas directement attribuées.

**Que se passera-t-il à la suite du sondage?**

- Le rapport final, rédigé par Environics, pourra être consulté par la population sur le site de Bibliothèque et Archives Canada (<http://www.bac-lac.gc.ca/>).

Pour toute question au sujet de ce sondage, veuillez communiquer avec Environics, à l'adresse [stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca).

**[PASSER AU QUESTIONNAIRE DE RECRUTEMENT]**

< NOTE DE PROGRAMMATION : Toutes les questions sont obligatoires.>

**Admissibilité/sélection**

- S1. [QUESTION SUPPRIMÉE; INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]  
 S2. [QUESTION SUPPRIMÉE; INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]  
 S3. [QUESTION SUPPRIMÉE; CALCULER À PARTIR DU CODE POSTAL, ET INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1 EN VARIABLE SÉPARÉE]

**A. Statut de fumeur**

[QUESTION CLÉ SUR LE STATUT DE FUMEUR]

A1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette? Était-ce :

- 01 – Tous les jours  
 02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours  
 03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine  
 04 – Jamais

FUMEUR DANS LES 30 DERNIERS JOURS (30DJ) : A1 = 1, 2, 3

FUMEUR QUOTIDIEN : A1 = 1

FUMEUR OCCASIONNEL : A1 = 2, 3

FUMEUR – STATUT INCHANGÉ : STATUT INITIAL DE FUMEUR 30DJ ET A1 = 1, 2, 3

ANCIEN FUMEUR : A1 = 4

NOTE DE PROGRAMMATION : CRÉER LES VARIABLES DE VAGUE 2 POUR CAPTER LES TRANSITIONS CI-DESSOUS.

Vague 1	Vague 2	Vague 3
Fumeur quotidien	Statu quo (Fumeur quotidien)	<i>Statu quo (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Réduction (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Répondant ayant arrêté de fumer</i>
	Réduction (Fumeur occasionnel)	<i>Rechute (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Statu quo (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Répondant ayant arrêté de fumer</i>
	Répondant ayant arrêté de fumer	<i>Rechute (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Rechute (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Statu quo (Non-fumeur actuel)</i>



Fumeur occasionnel	Augmentation (Fumeur quotidien)	<i>Statu quo (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Réduction (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Répondant ayant arrêté de fumer</i>
	Statu quo (Fumeur occasionnel)	<i>Rechute (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Statu quo (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Répondant ayant arrêté de fumer</i>
	Répondant ayant arrêté de fumer	<i>Rechute (Fumeur quotidien)</i>
		<i>Rechute (Fumeur occasionnel)</i>
		<i>Statu quo (Non-fumeur actuel)</i>

A2. [POSER À TOUS] Êtes-vous satisfait(e) de votre vie en général en ce moment? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 0 à 10, où 0 signifie que vous êtes très insatisfait(e) et 10, que vous êtes très satisfait(e).

0 – Très insatisfait(e)

10 – Très satisfait(e)

### B. Antécédents/fréquence et niveau de consommation (1,5 minute)

B1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B2. [SI FUMEUR QUOTIDIEN (A1=01)] Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour?  
[SI FUMEUR OCCASIONNEL (A1=02-03)] Les jours où vous fumez, combien de cigarettes consommez-vous environ?

\_\_\_ cigarettes par jour [INSCRIRE LE NOMBRE] [FOURCHETTE 1-150]

B3. [FUMEUR 30DJ] Combien de temps après votre réveil fumez-vous habituellement votre première cigarette?

01 – Moins de 5 minutes

02 – De 6 à 30 minutes

03 – De 31 minutes à 1 heure

04 – Plus de 1 heure

B4. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B5. [FUMEUR 30DJ] À quelle fréquence ressentez-vous de fortes envies de fumer?

- 01 – Jamais
- 02 – Pas tous les jours
- 03 – Tous les jours
- 04 – Plusieurs fois par jour
- 05 – Toutes les heures ou plus souvent
- 99 – Je ne sais pas

B6. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B6b. [FUMEUR 30DJ] Combien de paquets de cigarettes avez-vous achetés au cours du dernier mois? VEUILLEZ INSCRIRE UN NOMBRE.

B6c. [SI B6 > 0] Combien payez-vous habituellement pour un paquet de cigarettes? VEUILLEZ INSCRIRE UN NOMBRE.

B6d. Si l'on multiplie le nombre de paquets de cigarettes que vous avez achetés au cours du dernier mois et le montant que vous payez habituellement par paquet, on peut estimer que vous avez dépensé [B6b\*B6c] \$ pour des cigarettes. Est-ce bien vrai?

- 01 – Oui
- 02 – Non

[SI NON, AFFICHER LE TEXTE QUI SUIT ET REVENIR À B6B.]

Veillez vérifier les montants en dollars que vous avez inscrits pour chaque article et y apporter des corrections, au besoin.

B7. [SI FUMEUR 30DJ] Dans quelle mesure les cigarettes que vous achetez sont-elles abordables? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'elles sont très peu abordables et 10, qu'elles sont très abordables.

- 01 – Très peu abordables
- 10 – Très abordables

B8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

**[REMARQUE : INDICE DE CONSOMMATION CALCULÉ EN ARRIÈRE-PLAN]**

**C. Facteurs de consommation, dissonance cognitive, stigmatisation, obstacles au changement et qualité de vie (1,5 minute)**

C1. [TOUS] Combien de personnes de votre entourage fument?

A)	Aucune personne	Quelques personnes	Toutes ou la plupart des personnes	Sans objet	Incertain(e)
a. Amis					
b. Camarades de classe ou collègues					
c. Membres de la famille					
d. Parents/tuteurs					

C1b. [TOUS] S'il y a lieu, est-ce que votre conjoint(e) ou partenaire fume?

B)	Oui	Non	Sans objet	Incertain(e)
e. Conjoint(e) ou partenaire				

C2. [TOUS] Les énoncés suivants correspondent à ce que certaines personnes pourraient dire ou penser du tabagisme. Dans quelle mesure êtes-vous en accord avec chacun d'eux? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que vous êtes fortement en désaccord, et 10, que vous êtes fortement en accord.

01 – Fortement en désaccord

10 – Fortement en accord

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- J'aime fumer quand je bois du café ou du thé.
- Les données probantes médicales selon lesquelles le tabagisme est nocif ont été exagérées.
- Le tabagisme occupe une place importante dans ma vie.
- Le tabagisme me permet de relaxer quand je suis stressé(e) ou bouleversé(e).
- Je fume la cigarette en compagnie d'autres personnes qui fument.
- Le tabagisme m'aide à garder le contrôle de mon poids.

**D. Statut de vapoteur et questions pour les utilisateurs mixtes (3 minutes)**

MONTRER : Les prochaines questions portent sur le vapotage. Les produits de vapotage comprennent divers produits qui contiennent un élément chauffant produisant, à partir d'un liquide, un aérosol que les utilisateurs peuvent inhaler à l'aide d'un embout buccal. Ils incluent un éventail de dispositifs, par exemple les similicigarettes, les appareils à réservoir et les vaporisateurs modifiés.

[QUESTION CLÉ SUR LE STATUT DE VAPOTEUR]

D1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous utilisé un produit de vapotage avec ou sans nicotine?

*Veillez exclure le vapotage de cannabis.*

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

04 – Jamais

**VAPOTEUR 30DJ : D1 = 1, 2, 3**

**NOUVEAU VAPOTEUR 30DJ : STATUT INITIAL DE NON-VAPOTEUR ET D1 = 1, 2, 3**

**VAPOTEUR – STATUT INCHANGÉ : STATUT INITIAL DE VAPOTEUR 30DJ ET D1 = 1, 2, 3**

**VAPOTEUR RÉGULIER : D1 = 1, 2**

**UTILISATEUR EN ALTERNANCE : FUMEUR 30DJ ET D1 = 1, 2, 3**

**RESTE DE CE STATUT INITIAL : UTILISATEUR MIXTE : FUMEUR 30DJ ET D1 = 1, 2**

**ANCIEN VAPOTEUR : STATUT INITIAL DE VAPOTEUR 30DJ ET D1 = 4**

D1b. [SI D1 = 2, 3] Au cours des 30 derniers jours, combien de journées avez-vous vapoté des liquides avec ou sans nicotine? (Veillez exclure le vapotage de cannabis.)

\_\_\_\_ jours [FOURCHETTE 1-30]

D2. [POSER SI VAPOTEUR 30DJ] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté les liquides ci-dessous au cours des 30 derniers jours...?

*Veillez exclure le vapotage de cannabis.*

GRILLE

a) Un liquide avec nicotine

b) Un liquide sans nicotine

c) Un liquide, sans savoir s'il contenait de la nicotine

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

04 – Jamais

D3. [POSER SI VAPOTEUR 30DJ] Quel âge aviez-vous quand vous avez vapoté pour la première fois?

ENTRER L'ÂGE EN ANNÉES, DOIT ÊTRE  $\leq$  À L'ÂGE DU RÉPONDANT, LIMITER ÉGALEMENT L'ÂGE MINIMUM [FOURCHETTE 5-99]

D3b. [SI D2A = 01, 02, 03] Combien de temps après votre réveil vapotez-vous habituellement un liquide avec nicotine?

01 – Moins de 5 minutes

02 – De 6 à 30 minutes

03 – De 31 minutes à 1 heure

04 – Plus de 1 heure

D4. [POSER SI VAPOTEUR 30DJ] Les jours où vous vapotez, environ combien de fois par jour consommez-vous habituellement...?

GRILLE

*Veillez sélectionner une seule réponse par énoncé.*

Un liquide avec nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE AVEC NICOTINE À D2A] Un liquide sans nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE SANS NICOTINE À D2B]

Un liquide, sans savoir s'il contenait de la nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE, SANS SAVOIR S'IL CONTENAIT DE LA NICOTINE À D2C]

01 – 5 fois ou moins par jour

02 – De 6 à 10 fois par jour

03 – De 11 à 15 fois par jour

04 – De 16 à 20 fois par jour

05 – De 21 à 25 fois par jour

06 – De 26 à 30 fois par jour

07 – 31 fois ou plus par jour

08 – Je vapote continuellement tout au long de la journée

[REMARQUE : INDICE DE CONSOMMATION DE LIQUIDE DE VAPOTAGE AVEC NICOTINE CALCULÉ EN ARRIÈRE-PLAN]

D4b. [SI VAPOTEUR ACTUEL] Diriez-vous que, dans l'ensemble, vous vapotez plus, moins ou autant qu'en avril 2022, où vous avez répondu au sondage précédent?

- 01 – Plus
- 03 – Autant
- 02 – Moins

D5. [SI VAPOTEUR 30DJ, D4b = 1, 2] Vous avez indiqué que vos habitudes de vapotage ont changé depuis le sondage auquel vous avez répondu en avril 2022. Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence? [SI NOUVEAU VAPOTEUR] Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence?

- 01 – Moins de 1 mois
- 02 – De 1 mois à moins de 2 mois
- 03 – De 2 mois à moins de 5 mois
- 04 – 5 mois ou plus

D5b. [VAPOTEUR 30DJ] Quelle saveur de liquide vapotez-vous **le plus souvent**?

[~~RÉPARTIR ALÉATOIREMENT LA LISTE DANS LA GRILLE~~]

- 01 – Fruits
- 02 – Bonbons/confiseries
- 03 – Café/thé
- 04 – Dessert
- 05 – Menthe
- 06 – Menthol
- 07 – Saveur de tabac
- 08 – Saveur d'alcool
- 09 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 97 – Autre [ANCRER]
- 99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

D5f. [VAPOTEUR 30DJ] Quel type de dispositif de vapotage utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

01 – Dispositif jetable, conçu pour usage unique jusqu'à épuisement de la pile ou de la cartouche de liquide

02 – Dispositif réutilisable, conçu pour utilisation à long terme; sa pile peut être rechargée et ses pièces sont amovibles ou remplaçables 05 – Autre (veuillez préciser) :

\_\_\_\_\_

D5g. [SI FD5f = 02] Quel type de dispositif réutilisable de vapotage utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

01 – Dispositif à cartouches ou dosettes préremplies de liquide à vapoter; elles peuvent être remplacées par d'autres cartouches ou dosettes préremplies, mais ne peuvent être remplies manuellement

02 – Dispositif à cartouche ou dosette de liquide à vapoter pouvant être remplie manuellement; les parties de l'atomiseur (p. ex., les bobines et les produits de remplissage) peuvent être personnalisées

05 – Autre (veuillez préciser) : \_\_\_\_\_

D5j. [VAPOTEUR 30DJ] Depuis le [DATE], y a-t-il eu un moment où vous ne pouviez pas vous procurer le dispositif ou la saveur de liquide de vapotage que vous vouliez?

01 – Oui

02 – Non

D5m. Comment avez-vous surmonté ces difficultés à vous procurer le dispositif ou la saveur de liquide de vapotage que vous vouliez? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

[RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- 01 – Vous avez magasiné en ligne
- 02 – Vous avez trouvé un autre magasin dans votre province
- 03 – Vous avez trouvé un magasin dans une autre province
- 04 – Vous avez acheté le produit de quelqu'un d'autre
- 05 – Vous avez réduit votre vapotage ou cessé complètement
- 06 – Vous avez utilisé une autre saveur qui était offerte pour votre appareil
- 09 – Vous avez utilisé un autre appareil offrant la saveur que vous vouliez
- 07 – Vous avez remplacé votre utilisation par la cigarette
- 08 – Vous avez remplacé votre utilisation par une autre substance (p. ex., alcool, cannabis)
- 10 – Vous avez préparé vos propres saveurs
- 98 – Autre (veuillez préciser)
- 99 – Je ne sais pas

D6. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D7. [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez en plus de fumer la cigarette?

[VAPOTEUR 30DJ AYANT DÉJÀ FUMÉ] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez?

*Veuillez sélectionner une seule réponse.*

RÉPARTIR ALÉATOIREMENT 01-08.

- 01 – Par dépendance/je suis incapable d'arrêter/il est difficile d'arrêter
- 02 – Par habitude
- 03 – Par plaisir (goût/effet relaxant)
- 04 – [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] J'essaie d'arrêter de fumer
- 05 – [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] J'essaie de réduire le nombre de cigarettes que je fume
- 06 – Je peux vapoter aux moments et aux endroits où je ne peux pas fumer la cigarette
- 07 – [VAPOTEUR 30DJ AYANT DÉJÀ FUMÉ] Pour éviter de recommencer à fumer la cigarette
- 08 – C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer
- 97 – Autre (veuillez préciser)
- 99 – Je ne sais pas

D8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D9. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D10. [QUESTION SUPPRIMÉE]



**E. Transitions, cessation et rechute – Antécédents, prévisions, pourquoi et comment**

Antécédents, prévisions, pourquoi et comment

E1. [FUMEUR 30DJ] Essayez-vous actuellement...?

a – D'arrêter de fumer

b – De fumer moins souvent

01 – Oui

02 – Non

E2. [FUMEUR 30DJ] Depuis le sondage auquel vous avez répondu en avril 2022, avez-vous sérieusement tenté d'arrêter et cessé pendant plus de 24 heures?

01 – Oui

02 – Non [PASSER À E7 SI APPLICABLE, SINON SAUTER À E10]

E3. [E2 = 01] Quelle a été la plus longue période pendant laquelle vous n'avez pas fumé?

\_\_\_\_ jours [FOURCHETTE 1-6] OU \_\_\_\_ semaines [FOURCHETTE 1-3] OU \_\_\_\_ mois [FOURCHETTE 1-11]

[ANCIEN FUMEUR] Depuis combien de temps avez-vous arrêté de fumer?

\_\_\_\_ mois [FOURCHETTE 1-11]

E4. [FUMEUR 30DJ] Depuis le [DATE], combien de fois avez-vous essayé d'arrêter de fumer?

\_\_\_\_ fois [FOURCHETTE 1-365]

99 – Je n'ai pas essayé d'arrêter de fumer depuis le [DATE]

E5. [E4 <> 99 OU ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, depuis le sondage auquel vous avez répondu en avril 2022, lesquelles des méthodes suivantes de substitution de la nicotine avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?

*Veillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.*

01 – Timbre à la nicotine

02 – Gomme à mâcher à la nicotine

03 – Inhalateur de nicotine

04 – Vaporisateur nasal à la nicotine

05 – Pastille à la nicotine

06 – Vaporisateur buccal à la nicotine

97 – Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]

E6. [E4 <> 99 OU ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, depuis le sondage auquel vous avez répondu en avril 2022, lesquelles des autres méthodes suivantes avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?

*Veillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.*

RÉPARTIR ALÉATOIREMENT 01-10.

- 01 – Arrêt d'un coup (en anglais : *cold turkey*)
- 02 – Vapotage [AFFICHER SI D7 ≠ 4, 5, OU 7]
- 03 – Réduction du nombre de cigarettes fumées
- 04 – Promesse à un ami/membre de ma famille
- 05 – Consultation ou groupe de soutien (en personne, en ligne ou par téléphone)
- 06 – Application pour téléphone intelligent
- 07 – Médicament d'ordonnance (p. ex., Zyban, Wellbutrin ou Champix)
- 08 – Défis ou concours (p. ex., J'arrête, j'y gagne!)
- 09 – Acupuncture
- 10 – Livres de croissance personnelle
- 98 – Autre (veuillez préciser) :
- \_\_\_\_\_ 97 – Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]

E7. [QUESTION SUPPRIMÉE]

E8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

E8b. [(VAPOTEUR 30DJ OU ANCIEN VAPOTEUR) ET ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, quelle saveur de liquide de vapotage utilisiez-vous quand vous avez cessé de fumer?

- 01 – Fruits
- 02 – Bonbons/confiseries
- 03 – Café/thé
- 04 – Dessert
- 05 – Menthe
- 06 – Menthol
- 07 – Saveur de tabac
- 08 – Saveur d'alcool
- 09 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 97 – Autre [ANCRER]
- 99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

E9. [D7 = 4, 5 OU 7, OU E6 = 02] Dans quelle mesure le vapotage vous a-t-il aidé(e) à réduire le nombre de cigarettes fumées ou à arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il ne vous a pas du tout été utile et 10, qu'il vous a été extrêmement utile.

- 01 – Pas du tout utile
- 10 – Extrêmement utile

E10. [POSER SI E1 = 01 OU ANCIEN FUMEUR] Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez capable d'arrêter de fumer pour de bon?

[POSER SI E1 = 02, 03] Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez un jour capable d'arrêter de fumer pour de bon?

*Veillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que vous n'êtes pas du tout confiant(e) et 10, extrêmement confiant(e).*

01 – Pas du tout confiant(e)

10 – Extrêmement confiant(e)

E11. [POSER SI FUMEUR 30DJ OU ANCIEN FUMEUR] Dans quelle mesure est-il important pour vous d'arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'arrêter de fumer n'a aucune importance et 10, que c'est votre objectif personnel le plus important.

01 – Aucune importance

10 – Objectif personnel le plus important

E12. [POSER SI FUMEUR 30DJ] Les gens envisagent d'arrêter de fumer pour différentes raisons. Même si vous n'avez pas l'intention d'arrêter de fumer pour le moment, il est possible que vous y pensiez ou que vous en entendiez parler de temps à autre.

Veillez examiner les énoncés suivants concernant les raisons pour lesquelles les gens pourraient essayer d'arrêter de fumer, puis indiquer dans quelle mesure chacun d'eux s'applique à vous. Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que l'énoncé ne s'applique pas du tout, et 10, qu'il s'applique parfaitement à vous.

01 – Ne s'applique pas du tout à vous

10 – S'applique parfaitement à vous

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT, MAIS AFFICHER F EN DERNIER]

[AFFICHER AVEC ÉNONCÉS A À E] Si j'arrêtais de fumer, ce serait...

- a) Parce que j'aurais envie de prendre ma santé en main.
- b) Parce que je me sentirais coupable ou j'aurais honte de fumer.
- c) Parce que je croirais personnellement que ce serait la meilleure chose à faire pour ma santé.
- d) Parce que j'y aurais réfléchi sérieusement et que je croirais que cela améliorerait de nombreux aspects de ma vie.
- e) Parce que je subirais de la pression sociale pour le faire.
- f) [TOUJOURS AFFICHER EN DERNIER, NE PAS AFFICHER « Si j'arrêtais de fumer, ce serait... »] Je ne pense pas du tout à arrêter de fumer.

E12b. [ANCIEN FUMEUR] Les gens cessent de fumer pour différentes raisons.

Veillez examiner les énoncés suivants concernant les raisons pour lesquelles les gens pourraient arrêter de fumer, puis indiquer dans quelle mesure chacun d'eux s'applique à vous. Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que l'énoncé ne s'applique pas du tout, et 10, qu'il s'applique parfaitement à vous.

01 – Ne s'applique pas du tout à vous

10 – S'applique parfaitement à vous

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

[AFFICHER AVEC ÉNONCÉS A À E] J'ai arrêté de fumer...

- a) Parce que j'avais envie de prendre ma santé en main.
- b) Parce que je me sentais coupable ou j'avais honte de fumer.
- c) Parce que je croyais personnellement que c'était la meilleure chose à faire pour ma santé.
- d) Parce que je croyais que c'était très important pour de nombreux aspects de ma vie.
- e) Parce que je subissais de la pression sociale pour le faire.

## F. Perception du cannabis, de l'alcool et des effets nocifs relatifs (3 minutes)

Les questions suivantes concernent le cannabis. Pour les besoins de ce sondage, le terme cannabis désigne également la marijuana, le pot ou le haschisch.

F1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F2. [~~POSER F2A SI F1A = OUI; POSER F2B SI F1B = OUI; POSER F2C SI F1C = OUI~~] Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous consommé du cannabis?  
*Veillez sélectionner une réponse pour chaque énoncé.*

	Tous les jours (01)	Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours (02)	Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine (03)	Jamais (04)
a. Vapoter				
b. Fumer				
c. Consommer des produits comestibles				

F2b. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F2c. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F3. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F4. [POSER SI F3=OUI] Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous bu au moins une boisson alcoolisée?

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

99 – Jamais

F5. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F6. [POSER À TOUS] Dans quelle mesure croyez-vous que chacun des comportements suivants est nocif *s'il est adopté sur une base régulière*? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il n'est pas du tout nocif et 10, extrêmement nocif. [GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- a) Vapoter du liquide avec nicotine (à l'exclusion du cannabis)
- b) Fumer la cigarette
- c) Vapoter du cannabis
- d) Fumer du cannabis
- e) Consommer de l'alcool
- f) Manger de la malbouffe

01 – Pas du tout nocif

10 – Extrêmement nocif

### G. Caractéristiques du répondant (2,5 minutes)

Les questions suivantes portent sur votre ménage et vous-même, et vous sont posées à des fins statistiques uniquement. Sachez que toutes vos réponses demeureront entièrement anonymes.

G1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]

G2. Quelle est votre situation matrimoniale actuelle?

01 – Jamais légalement marié(e) ou vécu en union de fait

02 – Légalement marié(e) et non séparé(e)

03 – En union de fait

04 – Séparé(e), mais toujours légalement marié(e)

05 – Divorcé(e)

06 – Veuf(ve)

99 – Je préfère ne pas répondre

G3. [QUESTION SUPPRIMÉE]

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]

G4. Appartenez-vous à l'un ou l'autre des groupes suivants?

*Veillez sélectionner une réponse pour chaque énoncé.*

c) une personne vivant avec une déficience physique

d) une personne vivant avec une maladie mentale

01 – Oui

02 – Non

99 – Je préfère ne pas répondre

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1 SUR LE STATUT DE LGBTQ ET DE MINORITÉ VISIBLE]

G5. Quel est le plus haut niveau de scolarité que vous avez atteint?

*Veillez sélectionner une seule réponse.*

01 – Études secondaires en partie, ou équivalent

02 – Diplôme d'études secondaires, ou équivalent

03 – Apprentissage enregistré ou autre certificat ou diplôme d'une école de métiers

04 – Diplôme d'études collégiales ou préuniversitaires, ou certificat ou diplôme non universitaire

05 – Certificat ou diplôme universitaire inférieur au baccalauréat

06 – Baccalauréat

07 – Diplôme d'études supérieures au baccalauréat

99 – Je préfère ne pas répondre

G6. Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre situation professionnelle actuelle?

*Veillez sélectionner une seule réponse.*

01 – Travailleur(se) à temps plein, c'est-à-dire 35 heures ou plus par semaine

02 – Travailleur(se) à temps partiel, c'est-à-dire moins de 35 heures par semaine

03 – Travailleur(se) autonome

04 – Sans emploi, mais à la recherche d'un emploi

05 – Étudiant(e) à temps plein ou à temps partiel

06 – Retraité(e)

07 – Je ne fais pas partie de la population active (personne au foyer à temps plein, ou sans emploi et ne cherchant pas de travail)

97 – Autre [NE PAS PRÉCISER]

99 – Je préfère ne pas répondre

G7. [POSER SI G6 = 04] Êtes-vous au chômage depuis plus d'un an?

01 – Oui

02 – Non

99 – Je préfère ne pas répondre

G8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

G9. [POSER SI G6 = 01, 02, 03] Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre occupation *principale*?  
[POSER SI G7 = 02] Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre occupation *la plus récente*?

01 – Cadre moyen(ne) ou supérieur(e)

- Exemples : président(e), vice-président(e), premier(ère) dirigeant(e), directeur(rice) financier(ère), directeur(rice) de l'exploitation, directeur(rice), doyen(ne), registraire, sous-ministre, sous-ministre adjoint(e), directeur(rice) général(e), directeur(rice) ou gestionnaire

02 – Professionnel(le)

- Exemples : avocat(e), docteur(e), infirmier(ère), dentiste, professeur(e), ingénieur(e), comptable, vétérinaire, optométriste, enseignant(e), travailleur(euse) social(e), analyste des recherches et des politiques ou journaliste

03 – Technicien(ne) ou auxiliaire

- Exemples : parajuriste, éducateur(rice) de la petite enfance, instructeur(rice), inspecteur(rice), agent(e) de l'autorité, opticien(ne) ou concepteur(rice) graphique

04 – Personnel de vente et de service

- Exemples : vendeur(se) au détail ou en gros, commis ou agent(e)

05 – Personnel de soutien administratif

- Exemples : adjoint(e) administratif(ve), commis de bureau, assistant(e) médical(e), commis à la saisie de données ou réceptionniste

06 – Métiers industriels, de l'électricité et de la construction

- Exemples : électricien(ne), plombier(ère), monteur(se) de tuyaux, menuisier(ère) ou chaudronnier(ère)

07 – Métiers liés à l'entretien, à la gestion du matériel, à l'installation, à la réparation ou à la manutention

- Exemples : conducteur(rice) de camion ou de véhicule de transport en commun, opérateur(rice) de grue, équipage de train, machiniste, mécanicien(ne) de véhicules de transport ou en chauffage ou débardeur(se)

08 – Opérateur(rice) ou assembleur(se) de machines de transformation, de fabrication ou du secteur des services publics

09 – Travailleur(se) en construction, agricole, forestier(ère), de la pêche, en aménagement paysager ou travailleur(se) général(e)

99 – Je préfère ne pas répondre

G10. [POSER UNIQUEMENT SI 16 ANS ET +] Laquelle des catégories suivantes correspond le mieux au revenu annuel total, avant impôts, de tous les membres de votre ménage (toutes sources confondues) pour l'année 2020?

*Veillez sélectionner une seule réponse.*

01 – Moins de 20 000 \$

02 – De 20 000 \$ à moins de 40 000 \$

03 – De 40 000 \$ à moins de 60 000 \$

04 – De 60 000 \$ à moins de 80 000 \$

- 05 – De 80 000 \$ à moins de 100 000 \$
- 06 – De 100 000 \$ à moins de 150 000 \$
- 07 – 150 000 \$ et plus
- 99 – Je préfère ne pas répondre

G11. [QUESTION SUPPRIMÉE]

G12. [POSER UNIQUEMENT SI 18 ANS ET +] Y a-t-il des enfants âgés de moins de 18 ans qui vivent dans votre foyer?

- 01 – Oui
- 02 – Non
- 99 – Je préfère ne pas répondre

G12b. Quels sont les trois premiers caractères de votre code postal? Ces renseignements ne serviront pas à vous identifier.

\_\_\_\_ [CHAMP TEXTUEL]

- 99 – Je préfère ne pas répondre

G12c. [SI VALEUR INITIALE – VAGUE 1 – S1 = 17 À 20] Quel âge avez-vous actuellement?

- 17 ans
- 18 ans
- 19 ans
- 20 ans
- 21 ans

G12d. Bénéficiez-vous d'une couverture d'assurance qui rembourse en tout ou en partie vos médicaments d'ordonnance?

- 01 – Oui
- 02 – Non
- 99 – Je préfère ne pas répondre

[PANELS APPLICABLES : DEMANDER UNE ADRESSE COURRIEL AFIN D'ENVOYER UN MESSAGE DE SUIVI POUR LES VAGUES SUIVANTES.]

G13. Nous souhaitons recueillir votre adresse courriel pour communiquer avec vous afin d'en apprendre davantage sur l'évolution de vos habitudes en tant que fumeur(se) au fil du temps. Si vous nous autorisez à reprendre contact avec vous, veuillez fournir votre adresse courriel ci-dessous. Elle ne sera pas utilisée à d'autres fins. Cette demande a été approuvée par votre panel de recherche. Votre participation continuera d'être entièrement volontaire.

\_\_\_\_\_ Veuillez inscrire votre adresse courriel. – DEMANDER UN FORMAT D'ADRESSE  
COURRIEL VALIDE

- 99 – Je préfère ne pas fournir mon adresse courriel



Voilà qui met fin au sondage. Au nom de Santé Canada, nous vous remercions de nous avoir fait part de votre opinion. Les résultats de ce sondage seront accessibles sur le site Web de Bibliothèque et Archives Canada au cours des prochains mois.

### QUESTIONS DE SÉLECTION/INVITATION À L'ENTREVUE INDIVIDUELLE

1. Dans la zone de texte ci-dessous, décrivez ce que vous croyez être **la meilleure chose** qui vous soit jamais arrivée. Veuillez **décrire cet événement de la manière la plus précise et détaillée possible**; expliquez non seulement ce qui est arrivé, mais également comment vous vous êtes senti à ce moment.

77 – ZONE DE TEXTE : [FIXER LE MINIMUM DE CARACTÈRES À 50]\

2. Sur une échelle de 1 à 10, dans quelle mesure les énoncés suivants correspondent-ils à ce que vous ressentez? Une note de 10 signifie que l'énoncé décrit extrêmement bien ce que vous ressentez, et une note de 1 signifie que l'énoncé ne décrit pas du tout ce que vous ressentez. Vous pouvez également choisir n'importe quelle note entre 1 et 10.

1 < NE DÉCRIT PAS      -----      DÉCRIT BIEN > 10

- a. Si on me demande de décrire quelque chose, je peux habituellement le faire de façon détaillée.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- b. Je me sens à l'aise d'exprimer mes sentiments en ligne.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- c. Mes amis me demandent souvent mon opinion sur différents sujets.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- d. J'ai généralement une opinion ou un point de vue sur les différents enjeux.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- e. J'aime échanger des idées avec d'autres personnes sur une variété de sujets.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- f. Les gens me disent que je suis une personne créative.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

- g. J'exprime mon point de vue, même avec les personnes qui pensent différemment de moi.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

TOUS LES RÉPONDANTS DOIVENT AVOIR ATTRIBUÉ UNE NOTE DE « 7 », « 8 », « 9 », OU « 10 » À AU MOINS 4 ÉNONCÉS. SI CE N'EST PAS LE CAS ET QUE LE RÉPONDANT CORRESPOND À TOUS LES AUTRES CRITÈRES, METTRE LE RÉPONDANT EN ATTENTE

QUAL1. Nous réaliserons une étude qualitative de suivi pour mieux comprendre votre expérience en tant que fumeur(se). Des entrevues individuelles approfondies seront menées auprès de gens comme vous, qui fument la cigarette ou l'ont déjà fait. **Les participants recevront un montant de 125 \$ en guise de remerciement pour le temps qu'ils nous auront consacré.**

Les discussions seront menées par Environics Research (<https://environicsresearch.com/>) pour le compte du gouvernement du Canada.

Les séances auront lieu dans les prochaines semaines. Elles prendront la forme d'entrevues individuelles d'environ 15 minutes. La discussion sera menée par un chercheur hautement qualifié d'Environics Research qui posera des questions sur votre expérience en tant que fumeur(se).

Les données recueillies seront stockées de façon sécuritaire sur les serveurs d'Environics Research à Toronto pendant environ 12 mois, aux fins de documentation et d'analyse uniquement. Environics Research prendra des mesures raisonnables pour conserver vos renseignements personnels seulement pendant la période requise pour réaliser l'étude. Pour en savoir plus, veuillez consulter la politique de confidentialité d'Environics Research : **Error! Hyperlink reference not valid.**

La participation à ces entrevues est entièrement volontaire. Pour y participer, vous devrez fournir vos prénom, nom de famille et numéro de téléphone. Veuillez noter que ces renseignements (nom et numéro de téléphone) ne seront utilisés que pour vous inviter si vous êtes sélectionné(e) pour participer à l'étude, et ils ne seront pas associés à vos réponses formulées lors de l'entrevue.

Souhaitez-vous participer à l'étude?

- Oui
- Non

QUAL2. Votre participation aux entrevues est anonyme; l'intervieweur aura accès uniquement à votre prénom et à certaines données démographiques de base (âge, genre, région, statut relatif à la cigarette). L'information que vous fournirez ne sera associée à votre nom sur aucun document écrit. Des représentants du gouvernement du Canada pourraient enregistrer les discussions pour faciliter l'analyse des résultats de l'étude, alors nous vous demandons de ne pas divulguer votre nom ou de l'information permettant de vous identifier.

Acceptez-vous ces modalités de participation?

- Oui
- Non

QUAL3. Veuillez nous fournir les coordonnées suivantes pour que nous puissions vous acheminer les renseignements concernant les entrevues si vous êtes choisi(e) pour y participer :

Prénom	
Nom de famille	
Adresse courriel	
Numéro de téléphone	

Je ne veux pas fournir mes coordonnées (vous ne serez pas invité[e] à participer).

Voilà qui met fin au sondage. Au nom de Santé Canada, nous vous remercions de nous avoir fait part de votre opinion. Les résultats de ce sondage seront accessibles sur le site Web de Bibliothèque et Archives Canada au cours des prochains mois.

[NOTE DE PROGRAMMATION : INSÉRER LES QUESTIONS DE PRÉTEST]

## Annexe D : Questionnaire de la vague 3

---

Santé Canada

Automne 2022/Printemps 2023, Étude longitudinale sur le tabagisme

### Vague 3 – Questionnaire

---

#### PAGE D'ACCUEIL

Please select your preferred language for completing the survey./Veuillez choisir la langue dans laquelle vous préférez répondre au sondage.

01 – English/Anglais

02 – Français/French

---

#### Renseignements généraux

#### INVITATION POUR LES PARENTS ET LES TUTEURS LÉGAUX DES RÉPONDANTS DE 15 À 17 ANS

L'année dernière, vous avez permis à votre adolescent de 15, 16 ou 17 ans de prendre part à un important sondage sur le tabagisme mené par Santé Canada ainsi qu'à une deuxième enquête de suivi sur le même sujet. Nous lui sommes très reconnaissants de sa participation et nous aimerions en savoir davantage sur ses opinions à cet égard. Il s'agit de la troisième et dernière vague de cette étude.

Cette fois encore, ce sondage durera environ 15 minutes. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le tabagisme et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Puisque la confidentialité des réponses fournies par les participants est importante dans le cadre de ce sondage, nous vous demandons de vous assurer que votre adolescent y prendra part dans un endroit où ses réponses ne pourront pas être vues par d'autres personnes. Toutes les réponses fournies demeureront anonymes et confidentielles.

**Comment fonctionne le sondage en ligne?**

- Votre enfant est invité à nous faire part de son opinion sur le tabagisme.
- La participation de votre enfant à cette étude est entièrement volontaire.
- Votre décision de permettre ou non à votre enfant de participer à ce sondage n'aura aucune conséquence sur vos relations avec le gouvernement du Canada.

**Qu'advient-il des renseignements personnels de votre enfant?**

- Les renseignements personnels que votre enfant communiquera à Santé Canada seront traités conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et recueillis sous l'autorité de l'article 4 de la *Loi sur le ministère de la Santé*, en vertu de la *Directive sur les pratiques relatives à la protection de la vie privée du Conseil du Trésor*. Nous recueillerons uniquement les renseignements nécessaires à la réalisation de notre projet de recherche.
- **Objectif de la collecte** : Nous devons recueillir certains des renseignements personnels de votre enfant, par exemple ses données démographiques (âge, sexe), pour être en mesure de mieux comprendre le sujet à l'étude. Les réponses de votre enfant seront toutefois regroupées avec celles des autres participants aux fins d'analyse et de rédaction du rapport; l'identité de votre enfant ne sera jamais révélée.
- **Pour plus d'information** : Le processus de collecte des renseignements personnels est décrit dans le Fichier de renseignements personnels ordinaires pour les communications publiques – POU 914, sur le site Info Source, accessible en ligne à l'adresse [infosource.gc.ca](http://infosource.gc.ca).
- **Vos droits en vertu de la Loi sur la protection des renseignements personnels** : En plus d'assurer la protection des renseignements personnels de votre enfant, la *Loi sur la protection des renseignements personnels* autorise ce dernier à demander d'avoir accès à ces renseignements et à voir à ce qu'ils soient corrigés au besoin. Les renseignements personnels de votre enfant seront recueillis, utilisés, conservés et divulgués par Environics conformément à la loi provinciale applicable en matière de protection de la vie privée ou à la *Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques* (LPRPDE). Veuillez cliquer [ici](#) pour voir la politique de confidentialité d'Environics.
- Les réponses que votre enfant fournira dans le cadre de ce sondage demeureront anonymes et ne lui seront en aucun cas directement attribuées.

**Que se passera-t-il à la suite du sondage?**

- Le rapport final, rédigé par Environics, pourra être consulté par la population sur le site de Bibliothèque et Archives Canada (<http://www.bac-lac.gc.ca/>).

Pour toute question au sujet de ce sondage, veuillez communiquer avec Environics, à l'adresse [stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca).

Si vous acceptez que votre enfant prenne part à ce sondage, veuillez lui fournir le lien vers ce dernier. Votre adolescent peut également accéder au sondage en copiant l'adresse URL suivante dans la fenêtre de son navigateur : [URL]

Nous vous remercions de votre soutien dans le cadre de cette importante recherche.

**[LE LIEN MÈNE À LA SECTION « INTRODUCTION POUR TOUS LES RÉPONDANTS » CI-DESSOUS](#)**

**TOUS LES RÉPONDANTS**

L'année dernière, vous avez pris part à un important sondage sur le tabagisme mené par Santé Canada ainsi qu'à une enquête de suivi sur le même sujet. Nous vous remercions d'avoir participé aux deux sondages et aimerions en savoir davantage sur vos opinions à cet égard, que vous fumiez ou non actuellement. Il s'agit de la troisième et dernière vague de cette étude.

Cette fois encore, ce court questionnaire de **15 minutes** est mené par Environics, une société canadienne de recherche sur l'opinion publique, pour le compte de Santé Canada. Les commentaires recueillis seront utilisés par Santé Canada pour mettre en place une réglementation sur le tabagisme et pour élaborer du matériel d'éducation publique.

Certaines des questions sont semblables ou identiques à celles du premier sondage. Nous vous demandons d'y répondre **en fonction de ce que vous pensez ou de ce que vous faites à l'heure actuelle**, sans réfléchir à vos réponses précédentes.

**RÉPONDANTS DE 15, 16 OU 17 ANS SEULEMENT** : Comme cela s'est produit lors de sondages antérieurs l'année dernière, ton parent ou tuteur légal a accepté que tu participes à cette étude des plus importantes. Ta participation est entièrement volontaire; il t'appartient donc de décider si tu souhaites répondre à nos questions. Nous espérons toutefois que tu le feras! Tu peux répondre au sondage sur ton ordinateur, ton portable, ta tablette ou ton téléphone. Tu peux mettre un terme à ta participation à tout moment si tu ne te sens pas à l'aise de répondre, ou encore choisir de ne pas répondre à certaines questions. Tes réponses ne seront pas montrées à tes parents, à tes tuteurs légaux, à tes enseignants ou à toute autre personne; nous te demandons donc de répondre le plus honnêtement possible.

**Comment fonctionne le sondage en ligne?**

- Vous êtes invité à nous faire part de votre opinion sur le tabagisme.
- Votre participation à cette étude est entièrement volontaire.
- Votre décision de participer ou non à ce sondage n'aura aucune conséquence sur vos relations avec le gouvernement du Canada.

**Qu'advient-il de vos renseignements personnels?**

- Les renseignements personnels que vous communiquerez à Santé Canada seront traités conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et recueillis sous l'autorité de l'article 4 de la *Loi sur le ministère de la Santé* en vertu de la *Directive sur les pratiques relatives à la protection de la vie privée du Conseil du Trésor*. Nous recueillerons uniquement les renseignements nécessaires à la réalisation de notre projet de recherche.
- **Objectif de la collecte** : Nous devons recueillir certains de vos renseignements personnels, par exemple vos données démographiques (âge, sexe), pour être en mesure de mieux comprendre le sujet à l'étude. Vos réponses seront toutefois regroupées avec celles des autres participants aux fins d'analyse et de rédaction du rapport; votre identité ne sera jamais révélée.
- **Pour plus d'information** : Le processus de collecte des renseignements personnels est décrit dans le Fichier de renseignements personnels ordinaires pour les communications publiques – POU 914, sur le site Info Source, accessible en ligne à l'adresse [infosource.gc.ca](http://infosource.gc.ca).
- **Vos droits en vertu de la *Loi sur la protection des renseignements personnels*** : En plus d'assurer la protection de vos renseignements personnels, la *Loi sur la protection des renseignements personnels* vous autorise à demander d'avoir accès à ces renseignements et à voir à ce qu'ils soient corrigés au besoin. Vos renseignements personnels seront recueillis, utilisés, conservés et divulgués par Environics conformément à la législation provinciale applicable en matière de protection de la vie privée ou à la *Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques* (LPRPDE). Veuillez cliquer [ici](#) pour voir la politique de confidentialité d'Environics.
- Les réponses que vous fournirez dans le cadre de ce sondage demeureront anonymes et ne vous seront en aucun cas directement attribuées.

**Que se passera-t-il à la suite du sondage?**

- Le rapport final, rédigé par Environics, pourra être consulté par la population sur le site de Bibliothèque et Archives Canada (<http://www.bac-lac.gc.ca/>).

Pour toute question au sujet de ce sondage, veuillez communiquer avec Environics, à l'adresse [stephanie.coulter@environics.ca](mailto:stephanie.coulter@environics.ca).

**[PASSER AU QUESTIONNAIRE DE RECRUTEMENT]**

< NOTE DE PROGRAMMATION : Toutes les questions sont obligatoires.>

**Admissibilité/sélection**

- S1. [QUESTION SUPPRIMÉE; INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]
- S2. [QUESTION SUPPRIMÉE; INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]
- S3. [QUESTION SUPPRIMÉE; CALCULER À PARTIR DU CODE POSTAL, ET INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1 EN VARIABLE SÉPARÉE]

**A. Statut de fumeur**

[QUESTION CLÉ SUR LE STATUT DE FUMEUR]

- A1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous fumé la cigarette? Était-ce :

- 01 – Tous les jours
- 02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours
- 03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine
- 04 – Jamais

NOTE DE PROGRAMMATION :

DÉFINITIONS EN FONCTION DES QUESTIONS DE LA VAGUE 3 :

FUMEUR DANS LES 30 DERNIERS JOURS (30DJ) : A1 = 1, 2, 3

FUMEUR QUOTIDIEN : A1 = 1

FUMEUR OCCASIONNEL : A1 = 2, 3

ANCIEN FUMEUR : A1 = 4

DÉFINITIONS EN FONCTION DES DONNÉES DES VAGUES ANTÉRIEURES DE SPSS :

FUMEUR RÉCIDIVANT : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE FUMEUR = 3 ET A1 < 4

NOUVEAU RÉPONDANT AYANT CESSÉ DE FUMER : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE FUMEUR = (1 ou 2) ET A1 = 4

- A2. [POSER À TOUS] Êtes-vous satisfait(e) de votre vie en général en ce moment? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 0 à 10, où 0 signifie que vous êtes très insatisfait(e) et 10, que vous êtes très satisfait(e).

- 0 – Très insatisfait(e)
- 10 – Très satisfait(e)



A3. [POSER À TOUS] À quelle fréquence avez-vous besoin de l'aide d'une personne lorsque vous lisez des instructions, des brochures ou d'autres documents écrits de la part de votre médecin ou de votre pharmacie?  
[NOUVELLE QUESTION]

- 01 – Jamais
- 02 – Rarement
- 03 – Parfois
- 04 – La plupart du temps
- 05 – Toujours
- Sans objet
- Je ne sais pas/je préfère ne pas répondre

**B. Antécédents/fréquence et niveau de consommation (1,5 minute)**

B1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B2. [SI QA1 = 1, 2, 3] [SI FUMEUR QUOTIDIEN (A1=01)] Combien de cigarettes fumez-vous en moyenne par jour?  
[SI FUMEUR OCCASIONNEL (A1=02-03)] Les jours où vous fumez, combien de cigarettes consommez-vous environ?

\_\_\_\_\_ cigarettes par jour [INSCRIRE LE NOMBRE] [FOURCHETTE 1-150]

B3. [FUMEUR 30DJ] Combien de temps après votre réveil fumez-vous habituellement votre première cigarette?

- 01 – Moins de 5 minutes
- 02 – De 6 à 30 minutes
- 03 – De 31 minutes à 1 heure
- 04 – Plus de 1 heure

B4. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B5. [FUMEUR 30DJ] À quelle fréquence ressentez-vous de fortes envies de fumer?

- 01 – Jamais
- 02 – Pas tous les jours
- 03 – Tous les jours
- 04 – Plusieurs fois par jour
- 05 – Toutes les heures ou plus souvent
- 99 – Je ne sais pas

B6. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B6b. [FUMEUR 30DJ] [FUMEUR 30DJ] Combien de paquets de cigarettes avez-vous achetés au cours du dernier mois? VEUILLEZ INSCRIRE UN NOMBRE.

B6c. [SI B6 > 0] Combien payez-vous habituellement pour un paquet de cigarettes? VEUILLEZ INSCRIRE UN NOMBRE.

B6d. Si l'on multiplie le nombre de paquets de cigarettes que vous avez achetés au cours du dernier mois et le montant que vous payez habituellement par paquet, on peut estimer que vous avez dépensé [B6b\*B6c] \$ pour des cigarettes. Est-ce bien vrai?

01 – Oui

02 – Non

[SI NON, AFFICHER LE TEXTE CI-DESSOUS ET REVENIR À B6B]

Vérifiez les montants en dollars que vous avez inscrits pour chaque article et corrigez-les au besoin.

B7. [SI FUMEUR 30DJ] Dans quelle mesure les cigarettes que vous achetez sont-elles abordables? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'elles sont très peu abordables et 10, qu'elles sont très abordables.

01 – Très peu abordables

10 – Très abordables

B8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

B9. [POSER À TOUS] Avez-vous remarqué si les prix des cigarettes ont augmenté, ont diminué ou sont demeurés les mêmes depuis que vous avez répondu au dernier sondage en décembre 2022? [NOUVELLE QUESTION]

01 – Ils ont augmenté

02 – Ils ont diminué

03 – Ils sont demeurés les mêmes

04 – Je ne saurais dire

B10. [FUMEUR 30DJ] Dans quelle mesure les hausses de prix des aliments, du gaz et d'autres biens essentiels ont-elles exercé une influence sur votre capacité à vous procurer des cigarettes? [NOUVELLE QUESTION]

01 – Beaucoup

02 – Légèrement

03 – Pas beaucoup

04 – Pas du tout

B11. [FUMEUR 30DJ] Comment intégrez-vous le tabagisme à votre budget (p. ex., en vous privant d'autres choses pour vous permettre d'acheter des cigarettes, en recherchant les détaillants ayant les plus bas prix, en réduisant la fréquence à laquelle vous fumez, etc.)? [NOUVELLE QUESTION] [RÉPONSE OUVERTE]

B12. [POSER À TOUS] Les gens se débarrassent de leurs mégots de cigarettes de différentes manières. À quelle fréquence jetez-vous (avez-vous jeté) vos mégots de cigarettes de la manière suivante : [NOUVELLE QUESTION]

[Échelle : Jamais, Rarement, Parfois, La plupart du temps, Toujours]

1. Dans les ordures à la maison

2. Dans un cendrier public
3. Dans une poubelle publique
4. Par terre
5. Dans la toilette
6. Dans le compost
7. Autre (veuillez préciser)

B13. [POSER À TOUS] Comment jetez-vous (ou avez-vous jeté) habituellement vos emballages de cigarettes?

Emballage	Au recyclage	Dans la poubelle	Autre
Plastique			
Papier aluminium			
Emballage			
Carton			

[REMARQUE : INDICE DE CONSOMMATION CALCULÉ EN ARRIÈRE-PLAN]

**C. Facteurs de consommation, dissonance cognitive, stigmatisation, obstacles au changement et qualité de vie (1,5 minute)**

C1. QUESTION SUPPRIMÉE

C1b. QUESTION SUPPRIMÉE

C2. [TOUS] Les énoncés suivants correspondent à ce que certaines personnes pourraient dire ou penser du tabagisme. Dans quelle mesure êtes-vous en accord avec chacun d'eux? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que vous êtes fortement en désaccord, et 10, que vous êtes fortement en accord.

01 – Fortement en désaccord

10 – Fortement en accord

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- b) J'aime fumer quand je bois du café ou du thé.
- b) Les données probantes médicales selon lesquelles le tabagisme est nocif ont été exagérées.
- c) Le tabagisme occupe une place importante dans ma vie.
- d) Le tabagisme me permet de relaxer quand je suis stressé(e) ou bouleversé(e).
- e) Je fume la cigarette en compagnie d'autres personnes qui fument.
- f) Le tabagisme m'aide à garder le contrôle de mon poids.

C2a. [FUMEUR RÉCIDIVANT] En décembre 2022, vous avez indiqué que vous n'aviez pas fumé depuis un certain temps. Vos réponses indiquent maintenant que vous avez fumé au cours des 30 derniers jours. Y a-t-il une raison précise pour laquelle vous avez fumé? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

*Votre réponse peut être différente de la mesure dans laquelle vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés à la question précédente.*

[NOUVELLE QUESTION]

[RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- 01 – Stress au travail
- 02 – Stress à la maison
- 03 – Événement majeur dans votre vie
- 04 – Incapacité à résister à l'envie
- 05 – Décision qu'il serait plus facile d'arrêter une autre fois
- 06 – Fumeurs autour de vous, et difficulté à résister
- 07 – Prise de poids
- 97 – Autre (veuillez préciser)
- 99 – Je ne saurais dire

C3. [POSER À TOUS] Les gens éprouvent différentes sensations lorsqu'ils fument. Veuillez utiliser le curseur pour indiquer les sensations que vous éprouvez en fumant. [NOUVELLE QUESTION]

Lorsque je fume, j'éprouve une sensation [de]...

[ÉCHELLE DE 7 POINTS AVEC CURSEUR; CHAQUE PAIRE DE TERMES CONSTITUE LES EXTRÉMITÉS, AU CENTRE, LE TERME : « Ni l'un ni l'autre ».]

- a) Âpre/Douce
- b) Propre/Sale
- c) Légèreté/Lourdeur
- d) Saine/Malsaine
- e) Naturelle/Chimique

**D. Statut de vapoteur et questions pour les utilisateurs en alternance (3 minutes)**

MONTRER : Les prochaines questions portent sur le vapotage. Les produits de vapotage comprennent divers produits qui contiennent un élément chauffant produisant, à partir d'un liquide, un aérosol que les utilisateurs peuvent inhaler à l'aide d'un embout buccal. Ils incluent un éventail de dispositifs, par exemple les similicigarettes, les appareils à réservoir et les vaporisateurs modifiés.

[QUESTION CLÉ SUR LE STATUT DE VAPOTEUR]

D1. Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous utilisé un produit de vapotage avec ou sans nicotine?

*Veillez exclure le vapotage de cannabis.*

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

04 – Jamais

REMARQUES : DÉFINITIONS EN FONCTION DU SONDRAGE ACTUEL

- VAPOTEUR 30DJ : D1 = 1, 2, 3
- VAPOTEUR RÉGULIER : D1 = 1, 2
- UTILISATEUR EN ALTERNANCE : FUMEUR 30DJ ET VAPOTEUR 30DJ

REMARQUE – DÉFINITIONS EN FONCTION DE DONNÉES DES VAGUES ANTÉRIEURES :

- VAPOTEUR – STATUT INCHANGÉ : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE VAPOTEUR = 1 ET D1 = 1, 2, 3
- VAPOTEUR RÉCIDIVANT : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE VAPOTEUR = 2 ET D1 = 1, 2, 3
- NOUVEAU VAPOTEUR 30DJ : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE VAPOTEUR = 3 ET D1 = 1, 2, 3
- ANCIEN VAPOTEUR : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE VAPOTEUR = (1 ou 2) ET D1 = 4
- RÉPONDANT N'AYANT JAMAIS VAPOTÉ : [SPSS] VAGUE 2 – STATUT DE VAPOTEUR = 3 ET D1 = 4

D1b. [SI D1 = 2, 3] Au cours des 30 derniers jours, combien de journées avez-vous vapoté des liquides avec ou sans nicotine? (Veillez exclure le vapotage de cannabis.)

\_\_\_\_\_ jours [FOURCHETTE 1-30]

- D2. [POSER SI VAPOTEUR 30DJ] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la fréquence à laquelle vous avez vapoté les liquides ci-dessous au cours des 30 derniers jours...?  
*Veillez exclure le vapotage de cannabis.*

GRILLE

- d) Un liquide avec nicotine
- e) Un liquide sans nicotine
- f) Un liquide, sans savoir s'il contenait de la nicotine

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

04 – Jamais

- D3. [POSER SI NOUVEAU VAPOTEUR 30DJ] Quel âge aviez-vous quand vous avez vapoté pour la première fois?

ENTRER L'ÂGE EN ANNÉES, DOIT ÊTRE ≤ À L'ÂGE DU RÉPONDANT, LIMITER ÉGALEMENT L'ÂGE MINIMUM [FOURCHETTE 5-99]

- D3b. [SI D2A = 01, 02, 03] Combien de temps après votre réveil vapotez-vous habituellement un liquide avec nicotine?

01 – Moins de 5 minutes

02 – De 6 à 30 minutes

03 – De 31 minutes à 1 heure

04 – Plus de 1 heure

- D4. [POSER SI VAPOTEUR 30DJ] Les jours où vous vapotez, environ combien de fois par jour consommez-vous habituellement...?

GRILLE

*Veillez sélectionner une seule réponse par énoncé.*

Un liquide avec nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE AVEC NICOTINE À D2A] Un liquide sans nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE SANS NICOTINE À D2B]

Un liquide, sans savoir s'il contenait de la nicotine [MASQUER SI PAS VAPOTÉ DE LIQUIDE, SANS SAVOIR S'IL CONTENAIT DE LA NICOTINE À D2C]

01 – 5 fois ou moins par jour

02 – De 6 à 10 fois par jour

03 – De 11 à 15 fois par jour

04 – De 16 à 20 fois par jour

05 – De 21 à 25 fois par jour

06 – De 26 à 30 fois par jour

07 – 31 fois ou plus par jour

08 – Je vapote continuellement tout au long de la journée

[REMARQUE : INDICE DE CONSOMMATION DE LIQUIDE DE VAPOTAGE AVEC NICOTINE CALCULÉ EN ARRIÈRE-PLAN]

D4b. [SI VAPOTEUR – STATUT INCHANGÉ] Diriez-vous que, dans l'ensemble, vous vapotez plus, moins ou autant qu'en décembre 2022, où vous avez répondu au sondage précédent?

- 01 – Plus
- 03 – Autant
- 02 – Moins

D5. [SI VAPOTEUR – STATUT INCHANGÉ ET D4b = 1, 2] Vous avez indiqué que vos habitudes de vapotage ont changé depuis le sondage auquel vous avez répondu en décembre 2022. Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence? [SI NOUVEAU VAPOTEUR] Depuis combien de temps vapotez-vous à cette fréquence?

- 01 – Moins de 1 mois
- 02 – De 1 mois à moins de 2 mois
- 03 – De 2 mois à moins de 5 mois
- 04 – 5 mois ou plus

D5b. [VAPOTEUR 30DJ] Quelle saveur de liquide vapotez-vous le **plus souvent**?

[RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

- 01 – Fruits
- 02 – Bonbons/confiseries
- 03 – Café/thé
- 04 – Dessert
- 05 – Menthe
- 06 – Menthol
- 07 – Saveur de tabac
- 08 – Saveur d'alcool
- 09 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 97 – Autre [ANCRER]
- 99 – Incertain(e) [ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

D5f. [VAPOTEUR 30DJ] Quel type de dispositif de vapotage utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

01 – Dispositif jetable, conçu pour usage unique jusqu'à épuisement de la pile ou de la cartouche de liquide

02 – Dispositif réutilisable, conçu pour utilisation à long terme; sa pile peut être rechargée et ses pièces sont amovibles ou remplaçables 05 – Autre (veuillez préciser) :

\_\_\_\_\_

D5g. [SI D5f = 02] Quel type de dispositif réutilisable de vapotage utilisez-vous actuellement? Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.

01 – Dispositif à cartouches ou dosettes préremplies de liquide à vapoter; elles peuvent être remplacées par d'autres cartouches ou dosettes préremplies, mais ne peuvent être remplies manuellement

02 – Dispositif à cartouche, à dosette ou à réservoir que l'on peut remplir manuellement de liquide à vapoter; les parties de l'atomiseur (p. ex., les bobines et les produits de remplissage) peuvent être personnalisées

05 – Autre (veuillez préciser) : \_\_\_\_\_

D5j. QUESTION SUPPRIMÉE

D5m. QUESTION SUPPRIMÉE

D6. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D7. [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez en plus de fumer la cigarette?

[VAPOTEUR 30DJ AYANT DÉJÀ FUMÉ] Lequel des énoncés suivants décrit le mieux la principale raison pour laquelle vous vapotez?

*Veuillez sélectionner une seule réponse.*

RÉPARTIR ALÉATOIREMENT 01-08.

01 – Par dépendance/je suis incapable d'arrêter/il est difficile d'arrêter

02 – Par habitude

03 – Par plaisir (goût/effet relaxant)

04 – [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] J'essaie d'arrêter de fumer

05 – [UTILISATEUR EN ALTERNANCE] J'essaie de réduire le nombre de cigarettes que je fume

06 – Je peux vapoter aux moments et aux endroits où je ne peux pas fumer la cigarette

07 – [VAPOTEUR 30DJ AYANT DÉJÀ FUMÉ] Pour éviter de recommencer à fumer la cigarette

08 – C'est moins nocif pour ma santé que le fait de fumer

97 – Autre (veuillez préciser)

99 – Je ne sais pas



D8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D9. [QUESTION SUPPRIMÉE]

D10. [QUESTION SUPPRIMÉE]

## E. Transitions, cessation et rechute – Antécédents, prévisions, pourquoi et comment

Les prochaines questions portent sur le renoncement au tabac.

E1. [FUMEUR 30DJ] Essayez-vous actuellement...?

a – D'arrêter de fumer

b – De fumer moins souvent

01 – Oui

02 – Non

E2. [FUMEUR 30DJ] Depuis le sondage auquel vous avez répondu en décembre 2022, avez-vous sérieusement tenté d'arrêter et cessé pendant plus de 24 heures?

01 – Oui

02 – Non [PASSER À E10]

E3. [E2 = 01] Quelle a été la plus longue période pendant laquelle vous n'avez pas fumé?

\_\_\_\_ jours [FOURCHETTE 1-6] OU \_\_\_\_ semaines [FOURCHETTE 1-3] OU \_\_\_\_ mois [FOURCHETTE 1-11]

[ANCIEN FUMEUR] Depuis combien de temps avez-vous arrêté de fumer?

\_\_\_\_ mois [FOURCHETTE 1-11]

E4. [FUMEUR 30DJ] Depuis que vous avez répondu au sondage précédent en décembre 2022, combien de fois avez-vous essayé d'arrêter de fumer?

\_\_\_\_ fois [FOURCHETTE 1-365]

99 – Je ne sais pas

E5. [E4 <> 99 OU ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, depuis le sondage auquel vous avez répondu en décembre 2022, lesquelles des méthodes suivantes de substitution de la nicotine avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?

*Veillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.*

- 01 – Timbre à la nicotine
- 02 – Gomme à mâcher à la nicotine
- 03 – Inhalateur de nicotine
- 04 – Vaporisateur nasal à la nicotine
- 05 – Pastille à la nicotine
- 06 – Vaporisateur buccal à la nicotine
- 97 – Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]

E6. [E4 <> 99 OU ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, depuis le sondage auquel vous avez répondu en décembre 2022, lesquelles des autres méthodes suivantes avez-vous utilisées pour arrêter de fumer ou réduire le nombre de cigarettes fumées?

*Veillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent.*

RÉPARTIR ALÉATOIREMENT 01-10.

- 01 – Arrêt d'un coup (en anglais : *cold turkey*)
- 02 – Vapotage [AFFICHER SI D7 ≠ 4, 5, OU 7]
- 03 – Réduction du nombre de cigarettes fumées
- 04 – Promesse à un ami/membre de ma famille
- 05 – Consultation ou groupe de soutien (en personne, en ligne ou par téléphone)
- 06 – Application pour téléphone intelligent
- 07 – Médicament d'ordonnance (p. ex., Zyban, Wellbutrin ou Champix)
- 08 – Défis ou concours (p. ex., J'arrête, j'y gagne!)
- 09 – Acupuncture
- 10 – Livres de croissance personnelle
- 98 – Autre (veuillez préciser) : \_\_\_\_\_
- 97 – Aucune de ces réponses [RÉPONSE UNIQUE]

E7. [QUESTION SUPPRIMÉE]

E8. [QUESTION SUPPRIMÉE]

E8b. [(VAPOTEUR 30DJ OU ANCIEN VAPOTEUR) ET ANCIEN FUMEUR] S'il y a lieu, quelle saveur de liquide de vapotage utilisiez-vous quand vous avez cessé de fumer?

- 01 – Fruits
- 02 – Bonbons/confiseries
- 03 – Café/thé
- 04 – Dessert
- 05 – Menthe
- 06 – Menthol
- 07 – Saveur de tabac
- 08 – Saveur d'alcool
- 09 – Sans saveur/aucune saveur dans la description
- 97 – Autre [ANCRER]
- 99 – Je ne sais pas[ANCRER À LA FIN, RÉPONSE UNIQUE]

E9. [D7 = 4, 5 OU 7, OU E6 = 02] Dans quelle mesure le vapotage vous a-t-il aidé(e) à réduire le nombre de cigarettes fumées ou à arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il ne vous a pas du tout été utile et 10, qu'il vous a été extrêmement utile.

01 – Pas du tout utile

10 – Extrêmement utile

E10. [POSER SI E1A = 01 OU ANCIEN FUMEUR] Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez capable d'arrêter de fumer pour de bon?

[POSER SI E1A = 02] Dans quelle mesure croyez-vous que vous serez un jour capable d'arrêter de fumer pour de bon?

*Veillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que vous n'êtes pas du tout confiant(e) et 10, extrêmement confiant(e).*

01 – Pas du tout confiant(e)

10 – Extrêmement confiant(e)

E11. [POSER SI FUMEUR 30DJ OU ANCIEN FUMEUR] Dans quelle mesure est-il important pour vous d'arrêter de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'arrêter de fumer n'a aucune importance et 10, que c'est votre objectif personnel le plus important.

01 – Aucune importance

10 – Objectif personnel le plus important

E12. [POSER SI FUMEUR 30DJ] Les gens envisagent d'arrêter de fumer pour différentes raisons. Même si vous n'avez pas l'intention d'arrêter de fumer pour le moment, il est possible que vous y pensiez ou que vous en entendiez parler de temps à autre.

Veillez examiner les énoncés suivants concernant les raisons pour lesquelles les gens pourraient essayer d'arrêter de fumer, puis indiquer dans quelle mesure chacun d'eux s'applique à vous. Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que l'énoncé ne s'applique pas du tout, et 10, qu'il s'applique parfaitement à vous.

01 – Ne s'applique pas du tout à vous

10 – S'applique parfaitement à vous

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT, MAIS AFFICHER I EN DERNIER]

[AFFICHER AVEC ÉNONCÉS A À I] Si j'arrêtais de fumer, ce serait...

g) Parce que j'aurais envie de prendre ma santé en main.

h) Parce que je me sentirais coupable ou j'aurais honte de fumer.

i) Parce que je croirais personnellement que ce serait la meilleure chose à faire pour ma santé.

j) Parce que j'y aurais réfléchi sérieusement et que je croirais que cela améliorerait de nombreux aspects de ma vie.

k) Parce que je subirais de la pression sociale pour le faire.

l) Parce que j'ai eu peur pour ma santé ou que j'ai reçu un diagnostic inquiétant.

m) Parce que j'ai consulté des études m'ayant amené à croire que c'était pire pour ma santé que je ne le pensais.

- n) Parce que je ne pouvais pas me permettre d'acheter des cigarettes.
- o) [TOUJOURS AFFICHER EN DERNIER, NE PAS AFFICHER « Si j'arrêtais de fumer, ce serait... »] Je ne pense pas du tout à arrêter de fumer.

E12b. [ANCIEN FUMEUR] Les gens cessent de fumer pour différentes raisons.

Veillez examiner les énoncés suivants concernant les raisons pour lesquelles les gens pourraient arrêter de fumer, puis indiquer dans quelle mesure chacun d'eux s'applique à vous. Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie que l'énoncé ne s'applique pas du tout, et 10, qu'il s'applique parfaitement à vous.

01 – Ne s'applique pas du tout à vous  
10 – S'applique parfaitement à vous

[GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

[AFFICHER AVEC ÉNONCÉS A À E] J'ai arrêté de fumer...

- f) Parce que j'avais envie de prendre ma santé en main.
- g) Parce que je me sentais coupable ou j'avais honte de fumer.
- h) Parce que je croyais personnellement que c'était la meilleure chose à faire pour ma santé.
- i) Parce que je croyais que c'était très important pour de nombreux aspects de ma vie.
- j) Parce que je subissais de la pression sociale pour le faire.
- k) Parce que j'ai eu peur pour ma santé ou que j'ai reçu un diagnostic inquiétant.
- l) Parce que j'ai consulté des études m'ayant amené à croire que c'était pire pour ma santé que je ne le pensais.
- m) Parce que je ne pouvais plus me permettre d'acheter des cigarettes.

E9. Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord les énoncés suivants concernant le renoncement au tabac? [NOUVELLE QUESTION]

01 – Ne s'applique pas du tout à vous  
10 – S'applique parfaitement à vous

- a) Si je ne parviens pas à cesser de fumer, c'est entièrement ma faute et je suis la seule personne à blâmer.
- b) Je considère comme une réussite le fait de réduire le nombre de cigarettes que je fume par jour ou par semaine.
- c) Je pourrais arrêter de fumer facilement s'il y avait moins de stress dans ma vie.

**F. Perception du cannabis, de l'alcool et des effets nocifs relatifs (3 minutes)**

Les questions suivantes concernent le cannabis et l'alcool. Pour les besoins de ce sondage, le terme cannabis désigne également la marijuana, le pot ou le haschisch.

F1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F2. [POSER À TOUS] Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous consommé du cannabis? *Veillez sélectionner une réponse pour chaque énoncé.*

	Tous les jours (01)	Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours (02)	Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine (03)	Jamais (04)
d. Vapoter				
e. Fumer				
f. Consommer des produits comestibles				

F2b. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F2c. [QUESTION SUPPRIMÉE]

[INTRODUCTION SUPPRIMÉE]

F3. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F4. [POSER À TOUS] Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence avez-vous bu au moins une boisson alcoolisée?

01 – Tous les jours

02 – Au moins une fois par semaine, mais pas tous les jours

03 – Au moins une fois dans le dernier mois, mais moins d'une fois par semaine

99 – Jamais

F5. [QUESTION SUPPRIMÉE]

F6. [POSER À TOUS] Dans quelle mesure croyez-vous que chacun des comportements suivants est nocif *s'il est adopté sur une base régulière*? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 1 à 10, où 1 signifie qu'il n'est pas du tout nocif et 10, extrêmement nocif. [GRILLE, RÉPARTIR ALÉATOIREMENT]

g) Vapoter du liquide avec nicotine (à l'exclusion du cannabis)

h) Fumer la cigarette

i) Vapoter du cannabis

j) Fumer du cannabis

k) Consommer de l'alcool

l) Manger de la malbouffe

- 01 – Pas du tout nocif
- 10 – Extrêmement nocif

### G. Caractéristiques du répondant (2,5 minutes)

Les questions suivantes portent sur votre ménage et vous-même, et vous sont posées à des fins statistiques uniquement. Sachez que toutes vos réponses demeureront entièrement anonymes.

G1. [QUESTION SUPPRIMÉE]

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]

G2. Quelle est votre situation matrimoniale actuelle?

- 01 – Jamais légalement marié(e) ou vécu en union de fait
- 02 – Légalement marié(e) et non séparé(e)
- 03 – En union de fait
- 04 – Séparé(e), mais toujours légalement marié(e)
- 05 – Divorcé(e)
- 06 – Veuf(ve)
- 99 – Je préfère ne pas répondre

G3. [QUESTION SUPPRIMÉE]

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1]

G4. Appartenez-vous à l'un ou l'autre des groupes suivants?  
*Veillez sélectionner une réponse pour chaque énoncé.*

- c) une personne vivant avec une déficience physique
- d) une personne vivant avec une maladie mentale

- 01 – Oui
- 02 – Non
- 99 – Je préfère ne pas répondre

[NOTE DE PROGRAMMATION – INSÉRER LES DONNÉES DE LA VAGUE 1 SUR LE STATUT DE LGBTQ ET DE MINORITÉ VISIBLE]

- G5. Quel est le plus haut niveau de scolarité que vous avez atteint?  
*Veillez sélectionner une seule réponse.*
- 01 – Études secondaires en partie, ou équivalent
  - 02 – Diplôme d'études secondaires, ou équivalent
  - 03 – Apprentissage enregistré ou autre certificat ou diplôme d'une école de métiers
  - 04 – Diplôme d'études collégiales ou préuniversitaires, ou certificat ou diplôme non universitaire
  - 05 – Certificat ou diplôme universitaire inférieur au baccalauréat
  - 06 – Baccalauréat
  - 07 – Diplôme d'études supérieures au baccalauréat
  - 99 – Je préfère ne pas répondre
- G6. Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre situation professionnelle actuelle?  
*Veillez sélectionner une seule réponse.*
- 01 – Travailleur(se) à temps plein, c'est-à-dire 35 heures ou plus par semaine
  - 02 – Travailleur(se) à temps partiel, c'est-à-dire moins de 35 heures par semaine
  - 03 – Travailleur(se) autonome
  - 04 – Sans emploi, mais à la recherche d'un emploi
  - 05 – Étudiant(e) à temps plein ou à temps partiel
  - 06 – Retraité(e)
  - 07 – Je ne fais pas partie de la population active (personne au foyer à temps plein, ou sans emploi et ne cherchant pas de travail)
  - 97 – Autre [NE PAS PRÉCISER]
  - 99 – Je préfère ne pas répondre
- G7. [POSER SI G6 = 04] Êtes-vous au chômage depuis plus d'un an?
- 01 – Oui
  - 02 – Non
  - 99 – Je préfère ne pas répondre
- G8. [QUESTION SUPPRIMÉE]
- G9. [POSER SI G6 = 01, 02, 03] Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre occupation *principale*?  
[POSER SI G7 = 02] Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre occupation *la plus récente*?
- 01 – Cadre moyen(ne) ou supérieur(e)
    - Exemples : président(e), vice-président(e), premier(ère) dirigeant(e), directeur(rice) financier(ère), directeur(rice) de l'exploitation, directeur(rice), doyen(ne), registraire, sous-ministre, sous-ministre adjoint(e), directeur(rice) général(e), directeur(rice) ou gestionnaire
  - 02 – Professionnel(le)
    - Exemples : avocat(e), docteur(e), infirmier(ère), dentiste, professeur(e), ingénieur(e), comptable, vétérinaire, optométriste, enseignant(e), travailleur(euse) social(e), analyste des recherches et des politiques ou journaliste
  - 03 – Technicien(ne) ou auxiliaire
    - Exemples : parajuriste, éducateur(rice) de la petite enfance, instructeur(rice), inspecteur(rice), agent(e) de l'autorité, opticien(ne) ou concepteur(rice) graphique

04 – Personnel de vente et de service

- Exemples : vendeur(se) au détail ou en gros, commis ou agent(e)

05 – Personnel de soutien administratif

- Exemples : adjoint(e) administratif(ve), commis de bureau, assistant(e) médical(e), commis à la saisie de données ou réceptionniste

06 – Métiers industriels, de l'électricité et de la construction

- Exemples : électricien(ne), plombier(ère), monteur(se) de tuyaux, menuisier(ère) ou chaudronnier(ère)

07 – Métiers liés à l'entretien, à la gestion du matériel, à l'installation, à la réparation ou à la manutention

- Exemples : conducteur(rice) de camion ou de véhicule de transport en commun, opérateur(rice) de grue, équipage de train, machiniste, mécanicien(ne) de véhicules de transport ou en chauffage ou débardeur(se)

08 – Opérateur(rice) ou assembleur(se) de machines de transformation, de fabrication ou du secteur des services publics

09 – Travailleur(se) en construction, agricole, forestier(ère), de la pêche, en aménagement paysager ou travailleur(se) général(e)

99 – Je préfère ne pas répondre

G10. [POSER UNIQUEMENT SI 16 ANS ET +] Laquelle des catégories suivantes correspond le mieux au revenu annuel total, avant impôts, de tous les membres de votre ménage (toutes sources confondues) pour l'année 2020?

*Veillez sélectionner une seule réponse.*

01 – Moins de 20 000 \$

02 – De 20 000 \$ à moins de 40 000 \$

03 – De 40 000 \$ à moins de 60 000 \$

04 – De 60 000 \$ à moins de 80 000 \$

05 – De 80 000 \$ à moins de 100 000 \$

06 – De 100 000 \$ à moins de 150 000 \$

07 – 150 000 \$ et plus

99 – Je préfère ne pas répondre

G11. [QUESTION SUPPRIMÉE]

G12. [POSER UNIQUEMENT SI 18 ANS ET +] Y a-t-il des enfants âgés de moins de 18 ans qui vivent dans votre foyer?

01 – Oui

02 – Non

99 – Je préfère ne pas répondre

G12b. Quels sont les trois premiers caractères de votre code postal? Ces renseignements ne serviront pas à vous identifier.



\_\_\_ [CHAMP TEXTUEL]

99 – Je préfère ne pas répondre

G12c. [SI VALEUR INITIALE – VAGUE 1 – S1 = 17 À 20] Quel âge avez-vous actuellement?

- 17 ans
- 18 ans
- 19 ans
- 20 ans
- 21 ans

G12d. Bénéficiez-vous d'une couverture d'assurance qui rembourse en tout ou en partie vos médicaments d'ordonnance?

01 – Oui

02 – Non

99 – Je préfère ne pas répondre

## Annexe E : Guide de discussion pour les entrevues individuelles

Santé Canada

Étude longitudinale sur le tabagisme, automne 2022/printemps 2023 – Entrevues individuelles

Guide d'entrevue

20 décembre 2022

Nom du participant :

Date :

Intervieweur :

Quotas :	
<input type="checkbox"/>	Tentative réussie de renoncement au tabagisme (cible de n = 20); répondants ayant cessé de fumer entre les vagues 1 et 2 (QA1 = 04).
<input type="checkbox"/>	Échec de la tentative de renoncement (cible de n = 20); répondants ayant fumé au cours des 30 derniers jours, mais qui ont fait une tentative sérieuse de renoncement entre les vagues 1 et 2 (QE2 = 01).
<input type="checkbox"/>	Aucune tentative de renoncement; participants recrutés seulement si nécessaire.

### Introduction (2 minutes)

Bonjour, mon nom est \_\_\_\_ et je travaille pour Environics Research. Merci de vous joindre à moi aujourd'hui.

Nous menons des entrevues pour le compte de Santé Canada au sujet du tabagisme et des changements d'habitudes au fil du temps. Nous vous invitons à faire part de votre opinion et de votre vécu aussi ouvertement que possible.

L'entrevue durera environ 15 minutes.

Parce qu'elles portent sur vos habitudes quotidiennes et votre mode de vie, certaines questions pourraient sembler personnelles. Permettez-moi de vous assurer que vos réponses ne seront aucunement liées à votre nom dans notre rapport, et vos propos seront traités uniquement de manière groupée à ceux des autres participants.

Cette entrevue est volontaire. Nous souhaitons connaître votre expérience aux fins de recherche, il est donc important que vous vous sentiez à l'aise et en sécurité. Si vous ne souhaitez pas répondre à une question, ne vous en faites pas, c'est permis. Vous pouvez également mettre fin à l'entrevue à tout moment.

La discussion sera enregistrée pour faciliter la prise de notes. Des transcriptions de l'entrevue dépourvues de renseignements personnels seront également fournies à Santé Canada. Les enregistrements ne serviront qu'à l'analyse et ne seront transmis à personne. Acceptez-vous l'enregistrement de l'entrevue?

Avez-vous des questions avant que nous commencions?

### Présentation du participant (3 minutes)

1. Avant de plonger dans le sujet du tabagisme, veuillez me parler un peu de vous et votre vie en ce moment. Comment allez-vous?

2. Avez-vous connu de grands changements dans votre vie récemment? Bons ou mauvais? *Explorer : Par grands changements de vie, on entend, par exemple, un déménagement, un nouvel emploi, la fin d'une relation, la naissance d'un bébé, ou une maladie dans la famille.*
3. Fumez-vous actuellement?
4. Vapotez-vous également? Avez-vous déjà vapoté?  
*Explorer : Des liquides avec nicotine? Sans nicotine?*

### Tabagisme et renoncement (5 minutes)

5. Au cours des derniers mois, vous avez répondu à plusieurs sondages sur le tabagisme. Que signifie (ou signifiait) pour vous le fait de fumer? En quoi cette définition a-t-elle varié au fil du temps?
6. Quand vous pensez à cesser de fumer, à quoi ressemble selon vous la réussite?
7. Combien de fois avez-vous essayé d'arrêter de fumer?

[SI JAMAIS TENTÉ D'ARRÊTER, EXPLORER] Qu'est-ce qui, selon vous, pourrait vous pousser à une première tentative, s'il y a lieu?

[SI DÉJÀ TENTÉ D'ARRÊTER, EXPLORER] Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans le processus de renoncement? En quoi cela a-t-il influencé votre tentative de renoncement?

[SI TENTÉ D'ARRÊTER, MAIS FUME ACTUELLEMENT, EXPLORER] Qu'est-ce qui, selon vous, pourrait vous pousser à tenter de nouveau, s'il y a lieu?

[SI TENTÉ D'ARRÊTER, MAIS FUME ACTUELLEMENT, EXPLORER] Vous avez indiqué que vous fumez actuellement; avez-vous déjà réussi à arrêter pendant un moment? Comment s'est déroulée cette expérience? Pourquoi avez-vous recommencé?

8. [SI VAPOTE ACTUELLEMENT] Faites-vous appel au vapotage comme moyen d'éviter de fumer?

*Explorer : Craignez-vous qu'en cessant de vapoter, vous recommenciez à fumer?*

9. À quelle fréquence consommez-vous de l'alcool?
  - a. [SI CONSOMME DE L'ALCOOL] D'après vous, est-ce que la consommation d'alcool influence votre capacité à cesser de fumer? Est-ce la consommation d'alcool fait en sorte qu'il est plus ou moins difficile d'arrêter de vapoter?
10. Avez-vous déjà consommé du cannabis?
  - b. [SI CONSOMME DU CANNABIS] D'après vous, est-ce que la consommation de cannabis influence votre capacité à cesser de fumer? Est-ce la consommation de cannabis fait en sorte qu'il est plus ou moins difficile d'arrêter de vapoter?

**Questions pour ceux qui tentent de cesser de fumer (2 minutes)**

11. S'il y a lieu, quelles méthodes vous sont les plus utiles pour réduire votre tabagisme ou y renoncer?

*EXPLORER : Substitut de nicotine sur ordonnance, substitut de nicotine sans ordonnance, vapotage (liquides avec ou sans nicotine), arrêt d'un coup, méthode par récompense, etc.*

12. Avez-vous reçu le soutien d'autrui en tentant d'arrêter de fumer?

*EXPLORER : Famille, conjoint(e), amis, collègues, médecin, professionnel de la santé, thérapeute, etc.*

a. En quoi ce soutien influence-t-il votre capacité à cesser de fumer?

**Questions pour ceux qui ont cessé de fumer (2 minutes)**

13. Maintenant que vous avez cessé de fumer, quel a été, selon vous, le plus important facteur dans votre réussite?

14. [SI PAS LA PREMIÈRE TENTATIVE] Qu'y avait-il de différent cette fois-ci? (Pourquoi avez-vous réussi? Qu'est-ce qui se passait dans votre vie au moment de renoncer? S'il y a lieu, à quelles ressources avez-vous eu recours [assurance, services de cessation, TRN gratuite]?)

15. Comment vous sentez-vous maintenant que vous avez arrêté de fumer? Explorer : Sur le plan physique, mental, émotionnel, de l'énergie, du sommeil, etc.?

16. Y a-t-il des facteurs qui ont rendu plus difficile le renoncement au tabagisme? Comment composez-vous avec le quotidien sans fumer? Dans quelle mesure misez-vous sur ces options de rechange?

17. Dans quelle mesure avez-vous confiance en votre capacité à ne pas recommencer à fumer dans le futur? Pourquoi?

**Questions pour ceux qui fument encore (2 minutes)**

18. À votre avis, quelle est la principale raison pour laquelle vous fumez encore?

19. Y a-t-il quoique ce soit qui rend difficile le processus de renoncement?

*Explorer : Quels types de situations vous poussent à fumer? Avez-vous des éléments déclencheurs?*

20. S'il y a lieu, quelles méthodes utiliserez-vous pour réduire votre tabagisme ou y renoncer?

*EXPLORER : Substitut de nicotine sur ordonnance, substitut de nicotine sans ordonnance, vapotage (liquides avec ou sans nicotine), arrêt d'un coup, méthode par récompense, etc.*

21. Dans quelle mesure est-il probable que vous fassiez appel au soutien d'autrui pour cesser de fumer? Veuillez répondre à l'aide d'une échelle de 0 à 10, où 0 signifie qu'il n'est pas du tout probable et 10, qu'il est extrêmement probable que vous le fassiez.
22. D'après vous, de quoi auriez-vous besoin (TRN gratuite, produits de vapotage, accompagnement) pour arrêter de fumer?
23. Avez-vous déjà eu de la difficulté à vous procurer des cigarettes? Par exemple, vous n'avez pas pu vous rendre à un magasin, vous deviez économiser en vue d'autres dépenses, vous deviez composer avec du mauvais temps ou des problèmes de santé, vous étiez en voyage, etc.  
Qu'avez-vous fait pour vous adapter à cette situation? Combien de temps ce changement a-t-il duré?

*Si « non », explorer : Imaginez qu'un tel scénario vous arrive; que feriez-vous, à votre avis?*

### **Conclusion (2 minutes)**

24. À l'occasion du Nouvel An, il n'est pas rare que les gens prennent la résolution d'arrêter de fumer. Est-ce quelque chose auquel vous songez? Avez-vous ressenti une pression de la part de votre entourage à prendre une telle résolution?
25. Nous menons cette étude pour le compte de Santé Canada, qui tente de mieux comprendre comment les personnes parviennent à arrêter de fumer. D'après votre expérience, y a-t-il autre chose que l'on devrait savoir à propos du renoncement au tabac?
26. Merci du temps que vous nous avez consacré aujourd'hui. Nous communiquerons avec vous prochainement pour vous remettre le montant en remerciement de votre temps et de vos contributions au projet de recherche.

## Annexe F : Questionnaire de recrutement et invitation aux entrevues individuelles

Décembre 2022

Environics Research Group  
Santé Canada – Tabagisme/Vapotage  
Questionnaire de recrutement pour les entrevues individuelles

### LES PARTICIPANTS SONT INVITÉS À PARTIR DU SONDAGE.

#### TEXTE DE LA LETTRE D'INVITATION :

Bonjour [NOM],

Mon nom est Stephanie Coulter, et je suis Associée principale en recherche au sein d'Environics Research.

Vous avez récemment répondu à un sondage sur le [tabagisme/vapotage], où vous avez indiqué bien vouloir participer à une entrevue de suivi de 15 minutes.

À cet effet, nous vous invitons à planifier cet entretien. Au cours de la séance, nous vous poserons quelques questions sur le [tabagisme/vapotage]. Votre participation est volontaire et vos réponses demeureront confidentielles.

La séance sera enregistrée aux fins de recherche. L'enregistrement ne sera utilisé que par les professionnels de la recherche pour faciliter la production de transcriptions et la rédaction du rapport de l'étude. Les transcriptions seront anonymisées avant d'être transmises à Santé Canada, et les enregistrements seront détruits une fois le rapport achevé. Toutes les informations recueillies, utilisées ou transmises serviront uniquement aux fins de recherche et seront traitées conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels*. Vous pouvez consulter la politique de confidentialité d'Environics Research à l'adresse <https://environics.ca/about-us/politique-de-confidentialite>.

Au terme de leur entrevue, les participants recevront un montant de 125 \$ en guise de remerciement pour leur temps et leurs contributions.

Veillez cliquer sur le lien ci-dessous qui vous mènera vers un site Web intitulé Recollective. Veillez suivre les instructions pour confirmer votre admissibilité, puis sélectionner un moment qui vous convient, du [INTERVIEWS START] au [INTERVIEWS END]. Les plages horaires sont de 30 minutes, mais les entrevues ne prennent habituellement que 15 minutes.

Environics est membre du Conseil de recherche et d'intelligence marketing canadien (CRIC) et adhère à toutes ses normes; le sondage est inscrit auprès du Service de vérification des recherches du CRIC (no de référence 20221221-EN360).

Pour toute question sur la planification et le déroulement de l'entrevue, veuillez communiquer avec moi par l'entremise du portail Recollective, ou en m'écrivant directement par courriel.

Merci de votre participation à cet important projet de recherche.

Stephanie Coulter  
 Associée de recherche principale  
 Environics Research  
 stephanie.coulter@environics.ca

## QUESTIONNAIRE DE SÉLECTION

Nous menons ce projet de recherche pour le compte de Santé Canada afin d'aider le Ministère à mieux comprendre les facteurs qui influencent les comportements liés au [tabagisme/vapotage]. Avant de prendre rendez-vous pour une entrevue, nous devons vous poser quelques questions.

1. Est-ce qu'un membre de votre ménage ou de votre famille immédiate ou vous-même travaillez actuellement pour l'un des types d'employeurs suivants?

Type d'employeur	Non	Oui
Société d'étude de marché, firme de relations publiques ou de communication ou agence de publicité	1	2
Média (p. ex., radio, télévision, journal, magazine, etc.)	1	2
Santé Canada ou Agence de la santé publique du Canada	1	2
Entreprise du secteur du tabac destiné à la combustion (p. ex., cigarettes, cigares, etc.) ou des produits de vapotage	1	2

**SI « OUI » À L'UNE DES OPTIONS CI-DESSUS – REMERCIER ET TERMINER**

### TEXTE POUR METTRE FIN AU QUESTIONNAIRE :

*Merci de votre intérêt à l'égard de cette étude. Malheureusement, vous n'êtes pas admissible aux entrevues prévues pour le moment.*

2. Avez-vous **déjà** participé, ici ou ailleurs, à un groupe de discussion ou à une entrevue individuelle pour laquelle vous avez reçu un montant d'argent?

Oui 1  
 Non 2 **[PASSER À Q14]**

3. **[SI « OUI » À Q2]** À quand remonte la dernière fois où vous avez participé à une de ces discussions?

—

**[TERMINER SI 6 MOIS OU MOINS]**

4. À combien de séances de discussion individuelles ou en groupe avez-vous participé au cours des 5 dernières années?

\_\_\_\_[VEUILLEZ PRÉCISER]

#### SI 5 OU PLUS – TERMINER

#### POSER À TOUS

5. Les participants aux entrevues devront se joindre à une téléconférence sur Recollective à l'aide d'un ordinateur, d'une tablette ou d'un téléphone mobile. Pour prendre part à cette étude, vous devrez avoir accès à Internet à partir d'un endroit privé et tranquille. Nous ne sommes pas en mesure de vous fournir ces outils technologiques. Avez-vous accès à Internet pour une discussion de 15 minutes?

Oui	1	<b>POURSUIVRE</b>
Non	2	<b>TERMINER</b>

#### POSER À TOUS

6. La séance durera environ 15 minutes, mais nous demandons à tous les participants de se connecter au portail de Recollective 5 minutes avant le début de la discussion. Serez-vous en mesure de vous y connecter environ 5 minutes avant l'heure prévue de la séance?

Oui	1	
Non	2	<b>TERMINER</b>

7. Il se peut que la plateforme Recollective vous envoie un courriel pour vous rappeler la séance, et il est possible que nous souhaitions recommuniquer avec vous directement pour vous faire part d'importants renseignements. Acceptez-vous cette reprise de contact par Recollective ou par courriel, directement?

Oui	1	
Non	2	<b>TERMINER</b>

8. Veuillez confirmer l'adresse courriel à laquelle nous pouvons vous joindre au sujet de l'entrevue.

Adresse courriel : \_\_\_\_\_

Merci d'avoir répondu à ces questions. Veuillez suivre la prochaine série d'instructions pour sélectionner la date et l'heure de votre entrevue.