



# Bulletin BRAVO

**Boucane + réduction = Amour et volonté**

Numéro 13

October 2010

## **Idées BRAVO sur le thème d'Halloween :**

- Pouvez-vous distribuer des bonbons ou friandises en forme d'étoile **BRAVO** pour Halloween?
- Si vous organisez une fête d'Halloween, pensez à intégrer des étoiles dans les costumes, pour rappeler **BRAVO**. (Un costume de l'espace, constellé d'étoiles? Un costume de la guerre des étoiles? Une étoile d'Hollywood?). Vous pouvez aussi préparer des friandises en forme d'étoile ou avec un motif d'étoile, comme des petits gâteaux.
- Faites des décorations aux motifs effrayants sur du papier de construction en forme d'étoile **BRAVO**. Les mères et les enfants peuvent faire cette activité ensemble.
- Faites des affiches **BRAVO**. Demandez aux enfants de montrer comment leurs mères les aiment et les protègent durant Halloween en faisant des dessins sur des affiches.
- Organisez un groupe de distribution de friandises avec les mères et les enfants qui participent au programme **BRAVO**.
- **Quelles sont vos idées?**

AWARE (Action on Women's Addictions-Research & Education)  
C. P. 86  
Kingston (Ontario) K7L 4V6  
www.aware.on.ca  
info@aware.on.ca  
Tél. : 613-545-0117

## **Des nouvelles de la communauté BRAVO nationale**

Lors de la réunion nationale qui a eu lieu à Ottawa le mois dernier, les étoiles du programme **BRAVO** sont venues de partout. Ce fut fantastique de les voir! Nous avons affiché vos superbes présentations dans une nouvelle section du site, intitulée « STARSS Presents »! Voici le lien (en anglais) : [aware.on.ca/starss/starss-presents](http://aware.on.ca/starss/starss-presents)

Nous avons ajouté beaucoup de contenu au site Web et prévoyons en ajouter encore plus! Pour avoir de nouvelles idées, vous pouvez jeter un coup d'oeil aux pages suivantes : **BRAVO** en action, Ressources **BRAVO** et Où trouver... (à venir bientôt).

## **Constats de recherche – TRN pour les femmes enceintes qui fument**

En 1999, l'Ontario Medical Association (OMA) a publié un article suggérant d'utiliser les thérapies de remplacement de la nicotine (TRN) auprès de femmes enceintes qui ne parvenaient pas à cesser de fumer d'elles-mêmes. L'article affirmait que, pour une femme enceinte et son fœtus, le timbre et la gomme étaient plus sûrs que l'inhalation du tabac. Toutefois, en 2008, l'OMA a affirmé qu'il n'existe aucune dose de nicotine véritablement sûre pour un fœtus.

Parallèlement, Santé Canada, qui avait toujours déconseillé la nicotine médicale pour les femmes enceintes, a modifié sa position en 2008, après avoir étudié des rapports de recherches de Neil Benowitz et coll. (2000) et de Neil Benowitz et Dalia Dempsey (2001). Leurs résultats encourageaient l'utilisation des TRN avec les femmes « incapables d'arrêter de fumer durant la grossesse après 12 semaines de gestation, pour réduire les dommages causés par la fumée inhalée, tant pour la mère que le fœtus ».

En présence d'un si grand nombre de faits contradictoires, il n'est pas étonnant que les femmes se sentent frustrées et perplexes. Pour aider une mère à trouver ce qui fonctionne pour elle, rappelez-lui l'approche des petits changements.

Le bulletin sera désormais publié tous les trois mois. Mais ne manquez pas de jeter un coup d'œil au bulletin **Bravo** à nos mamans! Il est publié tous les deux mois!

Pour télécharger une version facile à imprimer du bulletin, allez à [www.aware.on.ca](http://www.aware.on.ca).