



Communiqué de presse
Saint-Maurice, le 1^{er} octobre 2018

3^{ème} édition #MoisSansTabac Bien se préparer pour augmenter ses chances de succès

Le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé publique France en partenariat avec l'Assurance Maladie lancent la 3^{ème} édition de #MoisSansTabac.

Avec 160 000 inscrits en 2017, 380 000 tentatives d'arrêt liées à l'opération en 2016, #MoisSansTabac a contribué avec les mesures du programme national de réduction du tabagisme (PNRT) à la baisse historique du tabagisme en France : 1 million de fumeurs quotidiens en moins entre 2016 et 2017.

Ce rendez-vous, désormais inscrit dans l'agenda des Français, débute comme tous les grands défis par une phase préparatoire. Dès le mois d'octobre, Santé publique France déploie un important dispositif d'information multicanal pour inciter les fumeurs à se préparer et à participer au défi.

#MoisSansTabac, ça marche

Selon les données du Baromètre santé 2017, 380 000 fumeurs quotidiens ont fait une tentative d'arrêt en lien avec la 1^{ère} édition de #MoisSansTabac. Environ 20% d'entre eux étaient toujours abstinents 6 mois plus tard, soit près de 80 000 ex-fumeurs.

67% des fumeurs ayant fait une tentative d'arrêt en lien avec #MoisSansTabac ont eu recours à un professionnel de santé (19%) ou à une aide : cigarette électronique (33%), substituts nicotiques (27%), site tabac info service (22%).

En 2017, #MoisSansTabac a réuni 160 000 fumeurs. L'application d'aide à l'arrêt tabac info service, développée par l'Assurance Maladie et Santé publique France, a été téléchargée par près de 110 000 personnes entre octobre et novembre.

On compte encore en France 12 millions de fumeurs quotidiens, autant de potentiels participants à #MoisSansTabac.

Un mois pour se préparer, se faire accompagner, se motiver.

Dès le 28 septembre, le ton est donné : **#MoisSansTabac est de retour**. Un spot radio court et percutant, diffusé sur les ondes jusqu'au 30 septembre invite tous les fumeurs à rejoindre le million de fumeurs en moins en s'inscrivant à #MoisSansTabac sur le site tabac-info-service.fr.

Arrêter de fumer est une décision individuelle, difficile à prendre. La tentative d'arrêt est jonchée d'épreuves et surtout de victoires. **Bien s'y préparer permet d'augmenter ses chances de succès.**

Un mois avant le top départ du défi #MoisSansTabac, Santé publique France lance **du 1^{er} octobre au 2 novembre, une campagne en télé pour permettre aux fumeurs de mieux se préparer.**

Construits comme des carnets de bord du futur, les 5 films, diffusés sur les chaînes hertziennes et la TNT, permettront à tous ceux qui veulent arrêter de fumer de se projeter aux étapes-clés de leur tentative d'arrêt. Dans quel état d'esprit est-on après 1, 8, 15, 22, et 30 jours sans cigarette ? Comment a-t-on surmonté son envie de fumer ? Quels bénéfices a-t-on retiré à chaque cap passé ? Les films mettent en scène avec réalisme les doutes, les joies, la détermination, l'énerverment, la fatigue et l'euphorie ressentis par celles et ceux qui arrêtent de fumer. La fin de chaque spot conclut sur une note positive : « *aujourd'hui vous avez appris une chose : votre envie de cigarette s'arrête après 3 minutes* », « *aujourd'hui 8^{ème} jour, votre dépendance a diminué* », « *après 1 mois, vous avez multiplié par 5 vos chances d'arrêter pour de bon* » ...

Une mobilisation aux quatre coins de la métropole et dans les DOM

L'élan collectif reste au cœur de #MoisSansTabac. Dès l'inscription, depuis le site tabac-info-service.fr, il est possible de rejoindre l'une des **18 équipes régionales pour partager et vivre ensemble ce défi sur les réseaux sociaux**.

Dans chaque région, un **influenceur-ambassadeur** sera chargé de sensibiliser et mobiliser les habitants tout au long de la phase préparatoire, puis d'accompagner et encourager les participants lors du défi.

Sur le terrain, les Agences Régionales de Santé déploieront **des Fanzones** pour aller à la rencontre des fumeurs et de leur entourage. Ce dispositif itinérant, ludique et interactif sillonnera notamment au mois d'octobre **la Bretagne, le Grand Est, les Hauts de France, la Nouvelle Aquitaine, la Provence Alpes Côte d'Azur, la Réunion...** Il offre aux visiteurs la possibilité de s'informer, d'échanger avec un professionnel de santé et de s'inscrire directement à #MoisSansTabac. Les dates et les lieux des Fanzones seront annoncés sur la page Facebook [tabac info service](http://tabac-info-service.fr).

Enfin, **l'Assurance Maladie, déploiera plus de 300 actions de proximité pour accompagner les fumeurs à l'arrêt sur l'ensemble du territoire**.

Un soutien sans limite des professionnels de santé

Durant tout le mois d'octobre, le défi collectif #MoisSansTabac mobilise les professionnels de santé :

- A partir du 5 octobre, des affiches aux couleurs de #MoisSansTabac habilleront les **pharmacies en France métropolitaine et dans les départements d'Outre-Mer**. Plus de 700 000 kits d'arrêts (un agenda 30 jours, une roue des économies, un dépliant informatif proposant divers exercices de relaxation, un autre décrivant les différentes méthodes d'accompagnement) y seront distribués.
- Durant tout le mois d'octobre, [une vidéo #MoisSansTabac](#) sera diffusée dans **150 cabinets médicaux** en France et **110 établissements de santé** (CHU, centres hospitaliers, cliniques) en France et dans les DOM.

Tabac info service, toujours à l'écoute

Tabac info service reste la porte d'entrée de #MoisSansTabac. Le dispositif d'aide distance (ligne téléphonique 39 89, site internet, application et page facebook) est mobilisé pour accompagner tous les fumeurs dans leur tentative d'arrêt.

Depuis le site, l'inscription à #MoisSansTabac est simple : un pseudo et une adresse mail suffisent. Les participants pourront commander gratuitement le kit d'arrêt, télécharger l'application de e-coaching, rejoindre leur équipe régionale sur Facebook, réaliser un test de dépendance et pour les plus dépendants d'entre eux se faire accompagner par un tabacologue.

A découvrir : [le 1^{er} film de la campagne](#)

Contacts presse

Santé publique France - presse@santepubliquefrance.fr - Vanessa Lemoine: 01.55.12.53.36 / Stéphanie Champion: 01.41.79.67.48 / Cynthia Bessarion: 01.71.80.15.66 / Matthieu Humez: 01.41.79.69.61

