



Communiqué de presse

Saint-Maurice, le 29 octobre 2019

Le défi commence

Arrêter de fumer pendant #MoisSansTabac double les chances de succès

Vendredi 1^{er} novembre : le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie, donnent le coup d'envoi de la 4^e édition de #MoisSansTabac. Désormais incontournable, ce dispositif, qui offre aux fumeurs un accompagnement au sevrage jour après jour, compte déjà au 29 octobre 135 120 inscrits sur [la plateforme dédiée](#). De nouvelles données issues du Baromètre de Santé publique France montrent l'efficacité du dispositif #MoisSansTabac : arrêter le tabac lors de l'opération multiplie ainsi par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an par rapport aux taux de succès observés pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure. De nombreuses initiatives seront menées durant le mois de novembre sur tout le territoire pour accompagner les participants. Les messages de prévention de Santé publique France seront relayés par des ambassadeurs emblématiques des grands groupes audiovisuels français en TV et radio.

#MoisSansTabac : le dispositif multiplie par 2 les chances d'arrêter !

Avec 580 982 inscriptions sur les 3 premières éditions, #MoisSansTabac a contribué, avec les mesures du Programme national de lutte contre le tabagisme (PNLT), à la baisse historique du tabagisme en France : **1,6 million de fumeurs quotidiens en moins entre 2016 et 2018**. Cette année, plusieurs dizaines de milliers de fumeurs vont se lancer dans l'aventure !

Le Baromètre de Santé publique France 2017 avait déjà établi le **caractère incitatif de l'opération** : près d'un fumeur quotidien sur six avait fait une tentative d'arrêt d'au moins 24 heures au moment de la première édition fin 2016 et parmi eux, près d'un sur cinq lui attribuait directement cette tentative d'arrêt, **soit environ 380 000 tentatives d'arrêt liées à #MoisSansTabac en 2016**. Ainsi, l'événement a permis une **augmentation de 20 à 25% des tentatives d'arrêt observées sur cette période**.

De nouvelles données montrent aujourd'hui l'efficacité de #MoisSansTabac : parmi les fumeurs ayant fait une tentative d'arrêt fin 2016 lors de la première édition, 6% à 10% d'entre eux étaient toujours abstinents un an plus tard alors que les taux habituellement observés dans les études scientifiques sont de 3% à 5% lors de tentative d'arrêt sans aide extérieure. **Ainsi arrêter le tabac lors de l'opération multiplie par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an, par rapport aux taux de succès observés dans la littérature pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure.**

Pourquoi #MoisSansTabac ça marche ?

Le décryptage d'un tabacologue

Participer à un mouvement collectif facilite la démarche d'arrêt. Les fumeurs sont nombreux à vivre en même temps les bénéfices et les difficultés de l'arrêt. Et l'entourage des fumeurs est mobilisé pour soutenir la tentative d'arrêt du tabac.

30 jours, c'est la durée au-delà de laquelle les symptômes de manque sont considérablement réduits, il devient alors plus facile de rester non fumeur.

Les professionnels de santé sont mobilisés pour accompagner tous les fumeurs dans leur démarche, pendant #MoisSansTabac, mais aussi après.

De nombreux outils sont développés pour soutenir les fumeurs dans leur défi (kit, brochures...) et le recours au dispositif d'aide à distance Tabac info service (3989, appli, site, communauté Facebook) est toujours possible.

Enfin, des milliers de partenaires sont mobilisés pour organiser des événements qui rendent l'arrêt plus facile.

Une forte mobilisation du paysage audiovisuel français pour soutenir les participants

Les grands groupes audiovisuels français s'engagent cette année dans le dispositif #MoisSansTabac en relayant les messages de soutien à destination des fumeurs. **Quatre ambassadeurs, animatrices et animateurs de premier plan, incarnent cette année le défi : Christophe Beaugrand, Daphné Bürki, Cyrille Eldin et Xavier de Moulins.** Leur rôle ? inviter les fumeurs à participer à l'aventure dès maintenant et les soutenir à chaque étape du sevrage jusqu'à la fin du challenge le 30 novembre.

Le Groupe M6 diffuse depuis le 21 octobre et jusqu'au 30 novembre un programme court d'une minute diffusé en semaine à 19h35 sur M6, où Xavier de Moulins va à la rencontre d'experts (tabacologues, médecins, anciens participants à #MoisSansTabac) et **d'animateurs et talents du Groupe.** Il partage ainsi des informations et des conseils aux participants à #MoisSansTabac concernant des thématiques diverses liées au sevrage : santé, argent, cuisine...



Xavier de Moulins - M6

De leur côté, TF1, France Télévisions et Canal + diffusent sur leurs chaînes depuis le 28 octobre et jusqu'au 30 novembre, des spots avec des messages en adéquation avec les étapes de l'arrêt et le calendrier de #MoisSansTabac. Ces spots sont diffusés principalement aux horaires de grande audience, en première partie de soirée.



Christophe Beaugrand - TF1



Daphné Bürki - France Télévision



Cyrille Eldin - Canal+

Des initiatives sur tout le territoire pour soutenir les participants

Pour encourager les participants dans leur démarche, Santé publique France et les [partenaires](#) de #MoisSansTabac organisent des actions sur tout le territoire (métropole et départements d'Outre-Mer).

Au total, plusieurs milliers d'entreprises, d'établissements scolaires, de collectivités locales, d'établissements de soins et d'institutions participent activement au #MoisSansTabac 2019 pour motiver leurs salariés, élèves, administrés à relever le défi.

Sur le terrain, **les Agences Régionales de Santé et les Ambassadeurs régionaux déploient des Villages #MoisSansTabac** pour permettre aux fumeurs ou à leurs proches de s'informer, de rencontrer un professionnel de santé et de rejoindre le défi. Les dates sont annoncées sur le site [Tabac Info Service](#).

L'Assurance Maladie s'associe à ce dispositif : plus de 350 actions de proximité vont être déployées sur l'ensemble du territoire pour accompagner les fumeurs à l'arrêt du tabac pendant le mois de novembre.

Une campagne d'affichage sera également relayée par 200 maisons de santé, 117 établissements de santé et 18 000 pharmacies. Ces dernières distribueront également des kits d'aide à l'arrêt pour les fumeurs qui participent à l'aventure #MoisSansTabac.

Contacts presse

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

Hopscotch : Sébastien Béraud : 01.41.34.23.67 / sberaud@hopscotch.fr