

Communiqué de presse
Saint-Maurice, le 7 octobre 2022

7^{ème} édition de Mois sans tabac : Inscrivez-vous dès maintenant pour relever le défi !

Le 1^{er} novembre 2022, Mois sans tabac revient pour sa 7^{ème} édition. Cette opération, mise en place depuis 2016 par Santé publique France et le Ministère de la Santé et de la Prévention, en partenariat avec l'Assurance Maladie, suscite une forte adhésion avec plus d'1 million d'inscriptions comptabilisées depuis son lancement. Chaque année, cet événement est l'occasion pour les fumeurs de rejoindre un mouvement collectif les invitant à s'engager ensemble dans une démarche d'arrêt du tabac pendant un mois. C'est une première étape essentielle, car réussir à arrêter de fumer pendant 30 jours multiplie par 5 les chances d'abandonner le tabac définitivement. Parce que stimuler la motivation des fumeurs est capital, ce rendez-vous entre dès à présent dans sa phase préparatoire : tout au long du mois d'octobre, les fumeurs sont invités à se préparer à arrêter, et à participer au défi en s'inscrivant sur le [site internet dédié](#) et sur l'application Tabac info service. Un important dispositif de communication est progressivement déployé en TV, radio, affichage et digital.

Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé, vous ne serez pas seul pour arrêter

Après deux années marquées par la pandémie de COVID-19, cette nouvelle édition de Mois sans tabac remet le collectif au centre de l'opération grâce à un dispositif qui met en avant le moteur motivationnel de l'arrêt collectif et l'importance du soutien dans le sevrage. En parallèle, le dispositif propose toujours des informations et des conseils pour que chacun puisse choisir sa stratégie et se lancer dans l'arrêt du tabac.

Mois sans tabac est un challenge qui se relève collectivement, grâce au soutien des différents acteurs (professionnels de santé, partenaires, commerces de proximité, proches...) qui accompagnent et soutiennent la motivation des participants pour tenir dans leur détermination à arrêter de fumer. Des actions de terrain sont ainsi à nouveau déployées pour être au plus proche des fumeurs. Dans chaque région¹, deux stands Mois sans tabac animés par les ambassadeurs régionaux, et accompagnés par les partenaires locaux, seront présents lors de journées dédiées dans des centres commerciaux afin de fournir les informations utiles sur l'arrêt du tabac.

Cette année, l'habillage de Mois sans tabac fait aussi peau neuve avec une nouvelle charte graphique et un nouveau slogan :

**Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé.
Vous ne serez pas seul pour arrêter.**

Des outils adaptés et personnalisables pour répondre aux besoins de tous

Chacun est différent dans sa lutte face au tabac. C'est pourquoi de nombreux outils et contenus très variés et complémentaires sont proposés pour un accompagnement personnalisé et adapté au profil de chacun.

Parmi l'ensemble des outils disponibles pour soutenir les participants, on retrouve :

1. **Tabac info service**, dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac, qui comprend :
 - Le **site internet tabac-info-service.fr**, qui propose de nombreux contenus d'aide et outils d'accompagnement (mise en contact avec un tabacologue, témoignages, questions/réponses...);

¹ A l'exception de la Guyane et de la Normandie

- Le **numéro d'aide à distance 39 89**, la ligne téléphonique gratuite de Tabac info service qui met en relation les fumeurs avec des professionnels de l'arrêt du tabac, les tabacologues, afin d'avoir un suivi personnalisé ;
- L'**application d'e-coaching Tabac info service**, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France et avec le concours de la Société francophone de tabacologie, qui se renouvelle et propose un programme d'e-coaching complet et personnalisé pour optimiser les chances d'arrêt définitif du tabac (astuces, vidéos de soutien, suivi des bénéfiques de l'arrêt au quotidien...).



2. Santé publique France propose aux participants de se retrouver sur les **réseaux sociaux**. En s'inscrivant sur les pages [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#), les fumeurs peuvent trouver chaque jour du soutien au sein même de la communauté, des informations utiles et des conseils pour affronter la phase de sevrage.
3. Un **kit d'aide à l'arrêt Mois sans tabac** comprenant le programme de 40 jours –composé de deux phases : 10 jours de préparation et 30 jours de défi – une roue des économies et aussi cette année deux flyers d'informations, l'un détaillant les différents outils disponibles pour arrêter de fumer et l'autre expliquant comment avoir recours à un professionnel de santé pour être accompagné tout au long de l'arrêt. Ce kit est disponible gratuitement dès l'inscription sur le site [Mois sans tabac](#) ou dans les 18 000 pharmacies partenaires de l'opération.

A compter du 9 octobre, **3 spots TV de 30 secondes seront diffusés sur les chaînes nationales, reprenant le slogan de la campagne « Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé, vous ne serez pas seul pour arrêter »**. Ils mettront en scène différentes époques de la vie de fumeurs et différents styles de fumeurs, toujours dans le cadre d'un collectif : le moment où ils se sont mis à fumer et le moment où ils arrêtent. Ces spots seront également déclinés en formats radio et vidéo en ligne pour accroître leur visibilité.

Depuis le début du mois, **une campagne d'affichage aux nouvelles couleurs de Mois sans tabac** est déployée à grande échelle dans 18 000 pharmacies, ainsi que les centres commerciaux, commerces de proximité et gares. Côté digital, **des posts sur les réseaux sociaux et des bannières sont visibles sur de nombreux sites**.

Le milieu de travail, un environnement favorable au développement d'actions de prévention et de promotion de la santé

Les secteurs d'activités de l'hébergement et de la restauration, de la construction et des activités immobilières sont ceux où l'on observe la prévalence du tabagisme la plus élevée. Afin d'accompagner les employeurs de ces secteurs, des affiches spécifiques sont mises à leur disposition sur l'espace partenaire du site Mois sans tabac pour inviter les travailleurs à se questionner sur leur consommation de tabac et à s'inscrire au défi Mois sans tabac.



Lors de la dernière édition de Mois sans tabac, en 2021, près de 5 000 structures se sont inscrites sur le site qui leur est dédié et ont commandé les outils (affiches, dépliants vidéos, campagne 39 89) mis à disposition.

Par ailleurs, Santé publique France a lancé le 31 mai 2022, la plateforme « **Les Employeurs pour la Santé** », un **dispositif inédit pour accompagner les structures publiques, privées et associatives**, qui met à leur disposition des [outils adaptés](#) les aidant à déployer au sein de leur structure une politique de prévention du tabagisme, au rythme qui leur convient.

Mois sans tabac en quelques chiffres

En France, le tabac reste la première cause évitable de mortalité, ce qui en fait un enjeu majeur de santé publique.

Les résultats du Baromètre de Santé publique France publiés en mai 2021², montraient que la prévalence du tabagisme s'était stabilisée en 2020, avec 25,5% de fumeurs quotidiens, sans variation significative par rapport à 2019. Les estimations pour 2021 seront publiées d'ici la fin d'année 2022.

Le Fond de lutte contre les addictions finance, dans le cadre de l'appel à projets Mois sans tabac 2022 lancé par les Caisses – Caisses primaires d'Assurance Maladie (CPAM), et Caisse Générale de Sécurité Sociale (CGSS) dans les départements d'Outre mer – 341 projets élaborés par les acteurs locaux (associations, collectivités territoriales, établissements de santé, professionnels de santé,...).

Plus d'1 million de participants depuis la mise en place de l'opération :

1 024 375 inscriptions enregistrées depuis la 1^{ère} édition en 2016.

L'édition 2021 a engendré :

- plus de 110 000 inscriptions
- près de 90 000 téléchargements de l'application
- Près de 2 millions de visites sur le site internet



Contacts presse

Santé publique France : presse@santepubliquefrance.fr

Stéphanie Champion : 01.41.79.67.48 Marie Delibéros : 01.41.79.61.69 Cynthia Bessarion : 01.71.80.15.66

Charlène Charbuy : 01.41.79.68.64

Retrouvez-nous sur     

² Pasquereau A et al. Consommation de tabac parmi les adultes en 2020 : résultats du Baromètre de Santé publique France. Bull Epidemiol Hebd. 2021;(8):132-9.