

Communiqué de presse
Saint-Maurice, le 30 octobre 2025

10^{ème} édition de Mois sans tabac : ensemble, relevons le défi pour une vie sans tabac !

À partir du samedi 1^{er} novembre 2025, Santé publique France, le ministère de la santé, des familles, de l'autonomie et des personnes handicapées, en partenariat avec l'Assurance Maladie, lancent la 10^{ème} édition du défi Mois sans tabac. Cette opération encourage les fumeurs à arrêter de fumer pendant 30 jours. A l'occasion de cette édition anniversaire, Mois sans tabac maintient son engagement en faveur de l'arrêt du tabac, avec une campagne enrichie, des outils optimisés et une mobilisation renforcée sur le terrain : des actions ciblées en régions pour toucher encore plus de participants, notamment parmi les publics les plus éloignés des dispositifs de santé.

Un défi collectif pour une santé publique durable

Depuis 2016, Mois sans tabac a permis à plus de 2,35 millions de personnes de tenter l'expérience de l'arrêt du tabac. En 2024, l'opération a rassemblé près de 134 000 inscrits et 5 600 partenaires, confirmant son statut d'initiative majeure de santé publique. Les études d'évaluation ont montré que ce dispositif, qui est l'une des actions socles du Programme national de lutte contre le tabac, était très efficace. Les données de retour sur investissement montrent que chaque euro investi dans ce dispositif génère plus de 7 euros d'économies sur les dépenses de santé, tout en évitant des milliers de cas de maladies liées au tabagisme (cancers, BPCO, infections respiratoires, etc.).

Des outils performants et accessibles au plus grand nombre

Pour soutenir les participants, **Mois sans tabac** propose :

- **Un site dédié** (mois-sans-tabac.fr) avec des conseils personnalisés et un suivi quotidien.
- **L'application Tabac info service**, pour un accompagnement gratuit 24/7.
- **Le 39 89**, un numéro pour un soutien gratuit et personnalisé par des tabacologues.
- **Des kits d'aide à l'arrêt**, disponibles gratuitement en pharmacie et en ligne.
- **Des actions de terrain** : stands d'information, ateliers et événements dans toute la France, en collaboration avec les professionnels de santé, les employeurs et les commerces de proximité (liste à retrouver sur le site Mois sans tabac).

Un dispositif terrain étendu en région



En 2025, Mois sans tabac renforce son ancrage territorial avec un dispositif terrain élargi. Les différentes régions **organisent un ou plusieurs stands d'informations et d'accompagnement**, installés dans des centres commerciaux, gares ou lieux publics, pour aller à la rencontre des fumeurs. Six régions (Occitanie, Nouvelle-Aquitaine, Bretagne, Grand Est, Pays de la Loire et Bourgogne France Comté) déploieront en outre des **dispositifs itinérants** pour renforcer cette proximité en proposant des entretiens délocalisés et des ateliers d'aide à l'arrêt. Ces actions s'ajoutent aux 18 000 pharmacies partenaires, équipées de kits et de vitrophanies, et aux événements locaux recensés sur la cartographie interactive du site mois-sans-tabac.fr, permettant à chacun de trouver un relais près de chez soi.

Sur les Réseaux Sociaux : un parti pris créatif et artistique

Du 24 octobre au 30 novembre, pour fédérer et motiver les fumeurs de manière originale, Mois sans tabac 2025 lance la **Stoplist**, une activation musicale sur les réseaux sociaux (TikTok, Instagram et YouTube). L'objectif ? Remplacer les 3 minutes d'une envie de fumer par une chanson, reprise par 6 artistes influenceurs (Angy, Bleu Berline, Paul, Willbe, Hey ! Fantôme et Cerberas) et les communautés en ligne. Les participants sont invités à créer leur propre version du morceau ou à liker celles des artistes pour débloquer la production de clip. Une façon ludique et moderne de s'engager dans le défi, tout en intégrant l'arrêt du tabac dans la culture pop.

« La 10^{ème} édition de Mois sans tabac s'inscrit dans une dynamique historique : en dix ans, le nombre de fumeurs quotidiens en France a diminué de 4 millions. Ce défi national, qui commence dans quelques jours, est une opportunité concrète pour tous ceux qui veulent s'en libérer. Un fumeur sur deux souhaite arrêter, c'est le moment idéal pour eux de participer à ce défi qui mobilise chaque année les acteurs de santé, de nombreux partenaires dans un objectif commun : la lutte contre le tabagisme. »

Dr Caroline Semaille, Directrice générale de Santé publique France

CONTACTS PRESSE

Santé publique France : presse@santepubliquefrance.fr

Stéphanie Champion : 01 41 79 67 48 - Camille Le Hyaric : 01 41 79 68 64 – Marie Delibéros : 01 41 79 69 61