

Saint-Maurice, le 1^{er} octobre 2026

Mois sans tabac 2026 : Ouverture des inscriptions

Plus d'un fumeur quotidien sur deux (55%) souhaite arrêter de fumer¹. Pour les aider, Mois sans tabac revient pour sa 11^{ème} édition avec un accompagnement gratuit et personnalisé. Dès aujourd'hui, les fumeurs peuvent s'inscrire sur mois-sans-tabac.fr pour relever ce défi de **30 jours sans tabac**, porté par Santé publique France et le ministère en charge de la Santé en partenariat avec l'Assurance Maladie.

Pourquoi s'inscrire ?

- Essayer d'arrêter de fumer lors de l'opération multiplie par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an par rapport aux taux de succès observés pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure²
- Arrêter de fumer pendant 30 jours multiplie par 5 les chances d'arrêter à long terme³

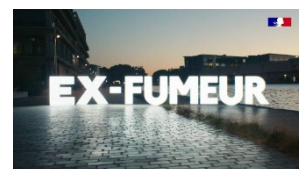
En s'inscrivant, chaque fumeur bénéficie d'outils et de conseils pratiques pour réussir ce défi. Le **39 89⁴, numéro d'aide à distance de Tabac info service** permet d'être accompagné gratuitement par un tabacologue et propose un suivi personnalisé. L'**application d'e-coaching Tabac info service** propose un programme gratuit pour optimiser ses chances d'arrêt du tabac. Le **site internet tabac-info-service.fr** met à disposition des contenus d'aide et des outils d'accompagnement (témoignages, questions/réponses...).

Partout en France, de nombreux partenaires — institutions, associations, collectivités, entreprises, professionnels de santé — relaient le dispositif chaque année. Ils sont soutenus, au niveau régional, par les agences régionales de santé (ARS) et les ambassadeurs Mois sans tabac.

Inscrit dans le Programme national de lutte contre le tabac, ce rendez-vous compte plus de **2,5 millions de participants** depuis 2016⁵, avec plus de **117 000 inscriptions en 2025**.

Diffusion de la campagne « Devenir Ex-Fumeur »

Santé publique France diffuse du 1^{er} octobre au 1^{er} novembre 2026 la campagne qui valorise le chemin parcouru vers le sevrage tabagique. Elle met en avant les aides disponibles à travers des messages diffusés sur différents canaux (TV, digital, affichage...).



La signature « Participer à Mois sans tabac augmente vos chances de devenir ex-fumeur » rappelle que 30 jours sans tabac multiplie par 5 les chances d'arrêt à long terme. Mois sans tabac renouvelle également son partenariat avec le groupe M6 et son programme « La France a un Incroyable Talent ».

« Mois sans tabac est devenu LE rendez-vous pour la sortie du tabagisme. Partenaires, professionnels de santé, acteurs de la prévention et de la santé publique : tous ensemble, nous œuvrons pour un avenir et des générations sans tabac. »

Dr Etienne Pot, directeur général par intérim de Santé publique France

¹ [Tabagisme : usage, envie d'arrêter et tentatives d'arrêt. Baromètre de Santé publique France : résultats de l'édition 2024](#)

² Guignard R, Andler R, Richard JB, Pasquereau A, Quatremère G, Nguyen-Thanh V. Efficacité de Mois sans tabac 2016 et suivi à 1 an des individus ayant fait une tentative d'arrêt, à partir du Baromètre de Santé publique France 2017.

³ West R. and Stapleton J. Clinical and public health significance of treatments to aid smoking cessation. *European Respiratory Review*, 2008, vol. 17, n° 110 : p.199-204

⁴ Appel « non surtaxé » du lundi au samedi de 8h à 20h - accessible aux personnes sourdes ou malentendantes via Acceo (<https://www.acce-o.fr/client/tabac-info-service>).

⁵ [Tabagisme : efficacité comportementale de Mois sans tabac 2023](#)

CONTACT PRESSE

presse@santepubliquefrance.fr

Stéphanie CHAMPION : 01 41 79 67 48 - Camille LE HYARIC : 01 41 79 68 64 - Marie DELIBEROS : 01 41 79 69 61