



# MOIS SANS TABAC EN NOUVELLE-AQUITAINE

## Dossier de presse 2022

En Novembre, tous ensemble vers une vie sans tabac !

# Mois sans tabac, c'est quoi ?

En octobre 2022, Santé publique France lance la **7<sup>e</sup> édition du Mois sans tabac**. Inspiré de la campagne anglaise « Stoptober » lancée par Public Health England, le Mois sans tabac est un défi collectif qui vise à inciter et accompagner tous les fumeurs volontaires dans leur démarche d'arrêt du tabac, via des actions de communication et de prévention de proximité. L'opération commence début octobre et se termine fin novembre.

## Le tabac en France



### Tabagisme Quotidien

Près d'1/4 des français fument tous les jours (25,5%).



### Tentatives d'arrêt

30% des fumeurs ont fait une tentative d'arrêt en 2020.



### Maintien de l'arrêt

Arrêter le tabac lors de l'opération multiplie par deux la réussite du sevrage tabagique à un an.

## Le concept de la campagne

### POSITIVE

Elle se fonde sur les bénéfices de l'arrêt plutôt que des risques du tabagisme sur un ton bienveillant et non-culpabilisant.

### COLLECTIVE

Elle s'appuie sur l'esprit d'équipe et le soutien des non-fumeurs qui encouragent les fumeurs dans leur sevrage.

L'objectif du **Mois sans tabac** est d'inciter les fumeurs à arrêter le tabac pendant 1 mois : **un arrêt de 30 jours multiplie par 5 leurs chances d'arrêter de fumer définitivement.**

## Les aides à disposition



### Les kits d'aide à l'arrêt

Pour préparer et soutenir les fumeurs à l'arrêt du tabac, un kit est proposé : Mois sans tabac le programme de 40 jours.



### Les professionnels de santé

Un annuaire des tabacologues en Nouvelle-Aquitaine est disponible sur le site de [tabac-info-service.fr](http://tabac-info-service.fr) et sur [www.addictoclic.com](http://www.addictoclic.com).



### Tabac Info Service

Pour un accompagnement personnalisé des fumeurs souhaitant se sevrer du tabac.

### 3989

Suivi gratuit via des RDV téléphoniques avec un tabacologue

### Appli mobile

E-coaching personnalisé en ligne

### Site internet

Conseils pour arrêter, stratégies et réponses des tabacologues

### Facebook

Le soutien de la communauté pour arrêter de fumer et des groupes régionaux

# Mois sans tabac, c'est quand ?

Afin de poursuivre les objectifs de réduction de la consommation, le Ministère de la Santé et de la Prévention et Santé publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie, reconduisent pour une **7<sup>e</sup> année la campagne nationale d'aide à l'arrêt du tabac au mois de novembre.**

## Les temps forts

**Dès Septembre, les professionnels peuvent :**



**Commander gratuitement leurs outils** (brochures, affiches, flyers, kits, etc ) **sur le site [partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr](https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr).**



- **Distribuer des supports** (flyers, brochures, etc).
- **Exposer les affiches** dans les lieux d'accueil du public.
- **Remettre les kits du Mois sans tabac.**



**Inform** leurs patients ou publics du **défi, les inviter à participer** et à **s'inscrire sur [tabac-info-service.fr](https://tabac-info-service.fr).**



**Soutenir et accompagner les fumeurs dans leur défi** : consultations, ateliers, jeux...  
À la fin du mois, **ils sont encouragés** à poursuivre leur arrêt. Ils peuvent **aider leurs patients tout au long de l'année !**

Une fois réalisées, les professionnels inscrivent **leurs actions sur le site Oscars**  
**[www.oscarsante.org/moisanstabac/nouvelle-aquitaine](https://www.oscarsante.org/moisanstabac/nouvelle-aquitaine)**

## 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 2021, 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 Fonds 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,...).

# 7<sup>e</sup> édition du Mois sans tabac

**Plus d'1 million de personnes se sont inscrites au défi national depuis 2016** : cette participation témoigne d'un intérêt pour la campagne sur le long terme.

Cependant, après six éditions, la campagne est en perte de vitesse et le nombre d'inscrits diminue depuis 2019. Pour mieux comprendre cela, **plusieurs groupes de travail** ont été mis en place par Santé publique France afin d'évaluer la campagne. Le résultat a été le suivant : les outils phares du dispositif semblent adaptés mais très peu connus par le public cible et les professionnels. Afin de renouer avec une dynamique positive, **le Mois sans tabac fait peau neuve** : de nouvelles couleurs et un nouvel axe de développement !

Le Mois sans tabac 2022 met l'accent sur **le collectif** avec un nouveau mot d'ordre : **« Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé, vous ne serez pas seul pour arrêter. »** Le collectif est généralement présent lors de la première cigarette, il l'est également durant l'arrêt.

L'objectif cette année est d'**informer sur un arrêt du tabac accompagné**. En effet, se faire accompagner durant l'arrêt du tabac multiplie les chances d'un arrêt durable. La campagne 2022 met ainsi en lumière les aides à l'arrêt existantes :

- Tabac Info Service,
- le 39 89,
- l'application Tabac Info Service,
- le kit d'aide à l'arrêt,
- les professionnels de santé,
- les groupes d'entraide en ligne...

Ce message sera présent au cœur de la communication de la campagne.

## Un public prioritaire à sensibiliser : les personnes en situation de précarité

La 7<sup>e</sup> édition du Mois sans tabac s'adresse particulièrement cette année **aux personnes en situation de précarité**. Les chiffres et le terrain continuent de le montrer : la consommation de tabac est **inégalitaire** et elle concerne plus fortement les **personnes vulnérables** (chômeurs, ouvriers...). Il est donc important d'informer et de sensibiliser ce public en leur donnant des clés pour faciliter leur arrêt du tabac.

Ainsi, lutter contre le tabac c'est **travailler à la réduction des inégalités sociales de santé**. Si les actions mises en place montrent déjà des résultats prometteurs, les inégalités sociales restent très marquées et il est nécessaire d'aller plus loin collectivement.

# Nouveautés Mois sans tabac

## Aller à la rencontre des fumeurs

Pour cette 7<sup>e</sup> édition, des **stands Mois sans tabac se tiendront dans les galeries marchandes de centres commerciaux** Carrefour et Auchan (partenariat national). Ils viennent remplacer les « Villages » habituels de la campagne.

Les stands Mois sans tabac permettront de communiquer sur la campagne et d'inciter les fumeurs à s'inscrire au défi national. Des **consultations avec des professionnels de santé** pourront avoir lieu dans un espace privé réservé à cet effet, sur le stand, pour aider et soutenir les fumeurs et ex-fumeurs.

**Deux stands se tiendront par région.** Chaque centre commercial a été choisi en fonction de sa fréquentation par les personnes en situation de précarité. La galerie marchande favorisera l'échange et le partage avec le public cible.

En Nouvelle-Aquitaine, en collaboration avec les partenaires locaux, deux stands se tiendront :



de 10h à 19h30  
dans la galerie  
commerciale de  
**Lescar (64)**



de 10h à 19h30  
dans la galerie  
commerciale  
d'**Angoulins (17)**



Venez rencontrer l'équipe du Mois sans tabac Nouvelle-Aquitaine, ainsi que ses partenaires, après deux années sans événement. Des temps forts pour rencontrer les néo-aquitains, les accompagner, les motiver et les soutenir dans leur arrêt du tabac.

## Se rassembler autour d'une émission musicale

Grande nouveauté cette année, à l'occasion du Mois sans tabac, une **émission musicale sera diffusée à la télévision**. Se voulant fédératrice, cette émission rassemblera des personnalités populaires : artistes, humoristes, animateurs...



L'objectif est de **rassembler** autour d'un sujet de santé publique et de **porter les messages d'incitation à l'arrêt du tabac** avec des acteurs non-institutionnels. Cette année, le message est aussi axé sur **l'entourage et l'aspect collectif** du Mois sans tabac. À l'image d'autres émissions télévisées (Restos du coeur, Sidaction,...), le but est d'ancrer cette lutte contre le tabac dans la société civile, telle une cause nationale.

Le tournage aura lieu le 2 novembre et sera diffusé mi-novembre sur les chaînes France 2, Culture Box puis France 3 en 2<sup>e</sup> partie de soirée et également sur la radio sur France Bleu.

# Nouveautés Mois sans tabac

## Une nouvelle identité graphique

- Un nouveau logo,
- Des affiches aux nouvelles couleurs du Mois sans tabac,
- De nouveaux messages pour inciter à l'inscription et à l'arrêt accompagné,
- Un affichage spécifique aux pharmacies,
- Des affiches qui s'adressent aux services de santé au travail
- Des vidéos, des spots télévisés et des spots radio pour faire la promotion des outils et du collectif...

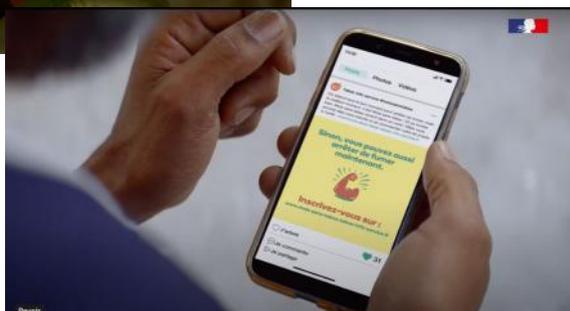
Nouveau logo



Affiches



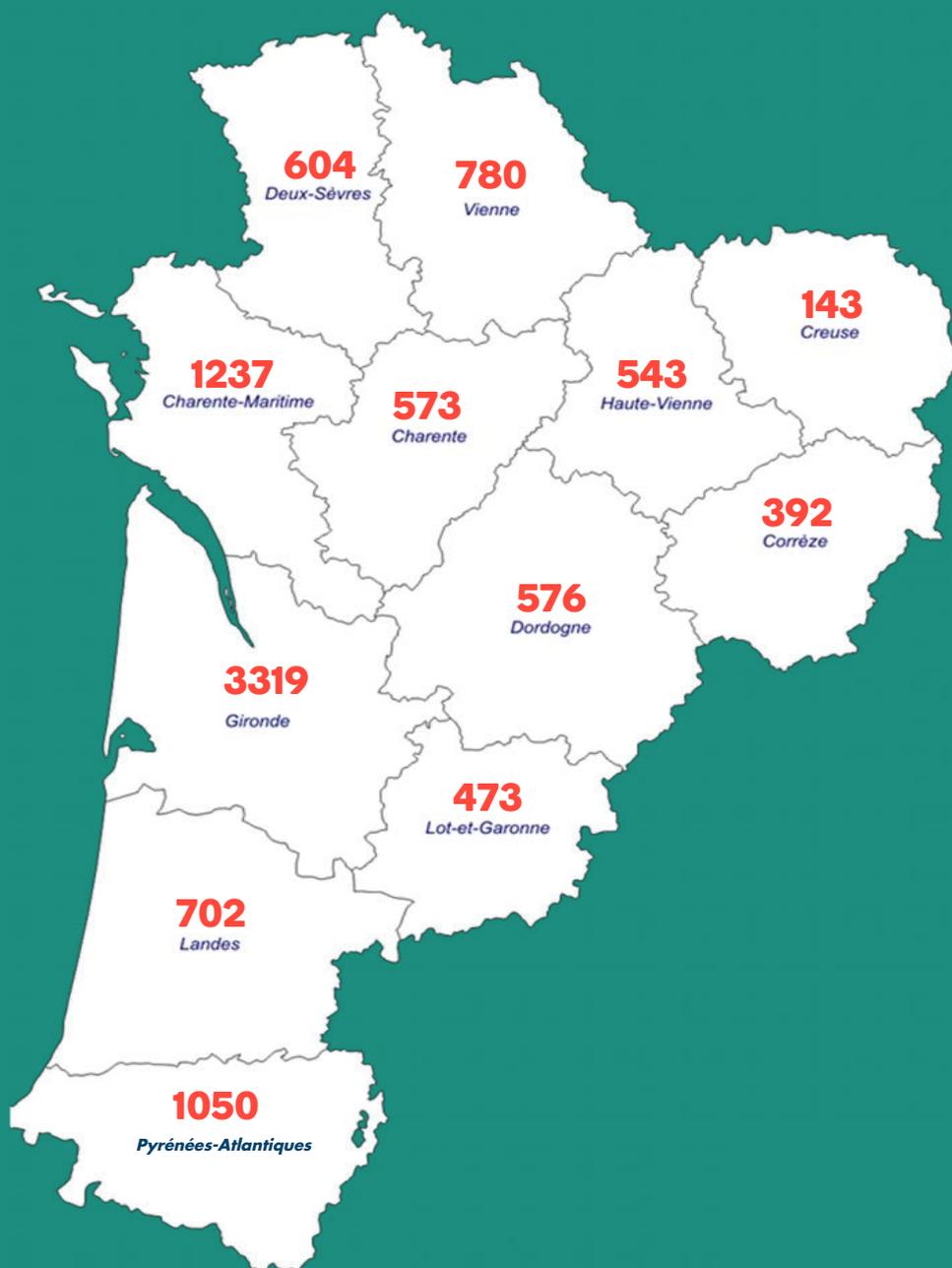
Vidéos



# Mois sans tabac en Nouvelle-Aquitaine

## Inscriptions en 2021

10 380 inscriptions en Nouvelle-Aquitaine  
sur [tabac-info-service.fr](https://tabac-info-service.fr)

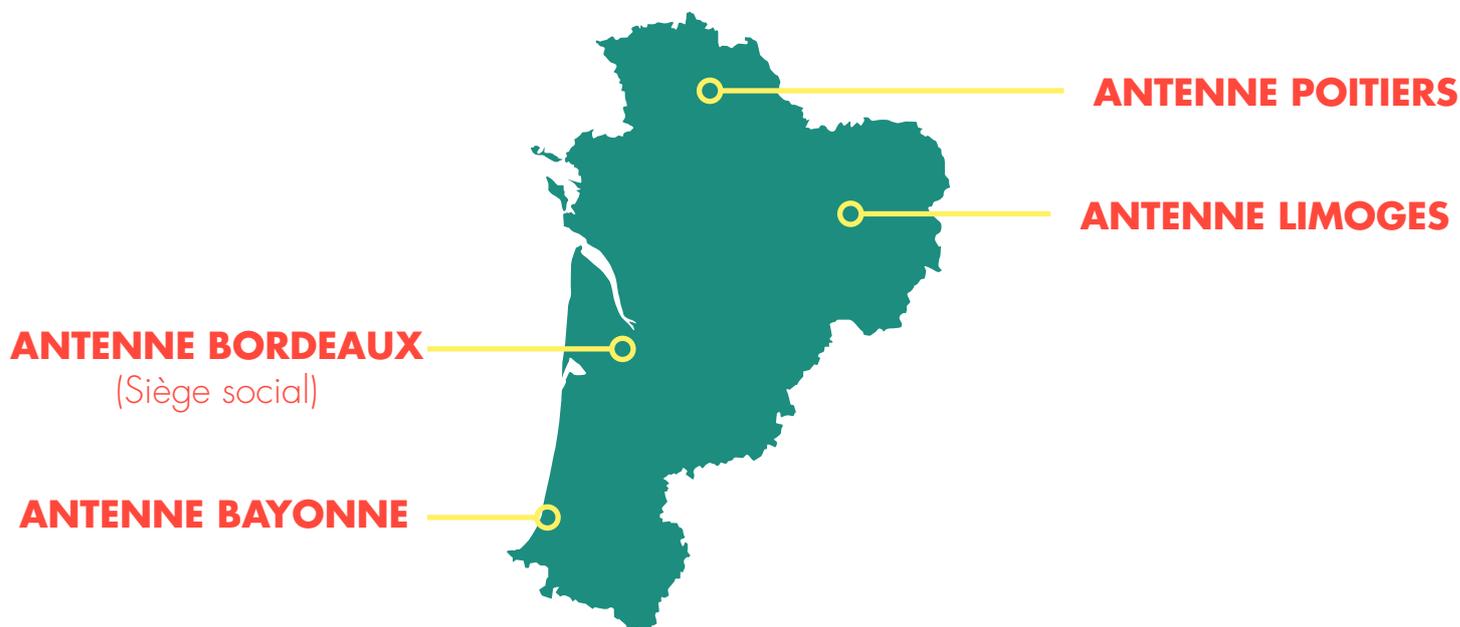


# Mois sans tabac en Nouvelle-Aquitaine

## COREADD, l'ambassadeur du Mois sans tabac en Nouvelle-Aquitaine

Pour coordonner ce dispositif sur la région, **l'association COREADD Nouvelle-Aquitaine**, structure ambassadrice du Mois sans tabac depuis 2016, agit en étroite collaboration avec l'Agence régionale de santé (ARS) Nouvelle-Aquitaine et est soutenue au niveau national par Santé publique France.

Ainsi, et cela tout au long de l'année, la mission principale de la COREADD Nouvelle-Aquitaine est d'accompagner la communauté des professionnels de santé des territoires dans le champ des addictions.



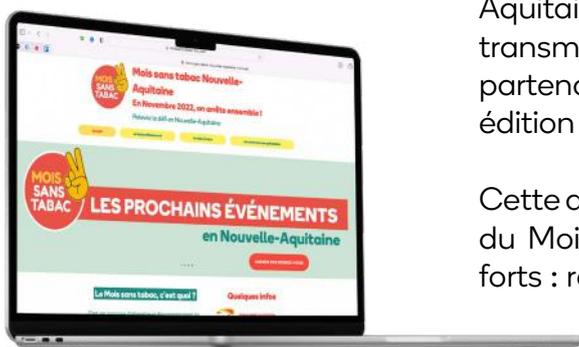
Retrouvez toutes nos informations sur nos projets sur notre site [www.coreadd.com](http://www.coreadd.com)

La COREADD Nouvelle-Aquitaine est aussi présente sur les réseaux sociaux.  
Suivez nous !



# Une campagne digitale en Nouvelle-Aquitaine

Site internet régional : [moisanstabac-na.com](http://moisanstabac-na.com)



Depuis quelques années, l'équipe du Mois sans tabac Nouvelle-Aquitaine propose un **site internet régional** pour faciliter la transmission des informations aux professionnels de santé et partenaires locaux. Des outils sont mis à disposition pour chaque édition du Mois sans tabac.

Cette année, pour faciliter l'accès aux informations aux partenaires du Mois sans tabac, un **calendrier** a été ajouté avec les temps forts : réunions d'informations, webinaires, live Facebook...

## Les réseaux sociaux du Mois sans tabac NA

En appui à la campagne nationale, l'ARS Nouvelle-Aquitaine et la COREADD Nouvelle-Aquitaine déploient sur le terrain un ensemble de supports de communication ainsi qu'une campagne digitale sur les réseaux sociaux.

Instagram : [@moisanstabac\\_na](https://www.instagram.com/moisanstabac_na)



La page Instagram [@moisanstabac\\_na](https://www.instagram.com/moisanstabac_na) permet aux membres de réagir aux publications et de commenter en fonction de leurs vécus et expériences.



La page est active pendant le Mois sans tabac mais, également **tout le reste de l'année** pour continuer de soutenir les fumeurs qui souhaitent arrêter. Les contenus partagés oscillent entre infos utiles, encouragements, outils proposés et publications diverses autour du tabac comme des jeux et recettes diététiques.

Cette année, l'accent est mis sur les **Réels** d'Instagram. L'objectif est :

- de toucher davantage les jeunes,
- dynamiser la communication et donner plus de visibilité au Mois sans tabac en région.

# Une campagne digitale en Nouvelle-Aquitaine

## Groupe Facebook : Les Habitants de la Nouvelle-Aquitaine

Le groupe Facebook « **Les habitants de la Nouvelle-Aquitaine #MoisSansTabac** » est le groupe régional du Mois sans tabac réunissant la plus grosse communauté, avec près de 2 000 membres. Il permet aux participants de la région de s'exprimer, de partager leurs expériences et de recevoir des conseils, aussi bien de professionnels que de fumeurs.

Cette année, l'accent sera mis sur l'entraide et l'accompagnement, et notamment via les groupes Facebook régionaux.



## Facebook : Mois sans tabac Nouvelle-Aquitaine



Sur Facebook, la page régionale **Mois Sans Tabac Nouvelle-Aquitaine** anime, depuis 2016, la communauté des Néo-Aquitains qui ont déjà arrêté ou qui le souhaitent.

Sur cette page, il est aussi possible de suivre les actualités de tous les partenaires agissant en tabacologie et ainsi obtenir les infos utiles sur l'arrêt du tabac.

C'est une page destinée au grand public mais également aux partenaires, professionnels de santé, etc. Sur Facebook, le public ciblé correspond à la tranche d'âge des 35-65 ans.

# Challenge inter-structures du Mois sans tabac NA

## Le Challenge inter-structures est de retour !

La 1<sup>ère</sup> édition du **Challenge inter-structures 2021 a connu un large succès** ! Il revient donc cette année, **du 7 au 30 novembre**, avec de nouveaux défis à réaliser en équipe, en Nouvelle-Aquitaine.

L'ambassade Mois sans tabac met au défi **toutes les organisations de Nouvelle-Aquitaine** pour participer à un défi inter-structures : un défi en équipe, rapide, créatif, facile mais surtout amusant, décalé et gratuit.

Cette action régionale a pour but d'**impliquer largement autour d'un défi collectif** dans le cadre d'une campagne de santé publique : se donner 3 semaines pour aborder différemment le tabagisme et renforcer l'esprit d'équipe !



moisanstabac-na.com

Pour vous inscrire au Challenge, flashez le code !

### MODALITÉS DE PARTICIPATION

#### QUI ?

Toutes les structures et toutes les personnes qui le souhaitent, fumeurs et non-fumeurs, peuvent participer.

#### COMMENT ?

Vous devez au minimum être 2 personnes de la même structure, choisir un nom d'équipe, trouver un chef d'équipe référent et vous inscrire ici : [www.moisanstabac-na.com/inscription-challenge-2022](http://www.moisanstabac-na.com/inscription-challenge-2022)

#### QUOI ?

##### Nouveautés de cette année :

- 3 défis & 1 défi bonus
- un groupe Facebook pour partager entre équipes

### DES LOTS À LA CLÉ !



Photo d'équipe et lots du Challenge 2021

Les équipes les plus impliquées dans les défis se verront remettre de **jolis lots** !

Dans une démarche plus responsable, nous avons fait le choix, cette année, d'offrir des **cadeaux plus conséquents, éco-responsables, utiles** et qui favoriseront des moments de convivialité, de bien-être et de partage en équipe !





# Les outils de la COREADD disponibles toute l'année

## La campagne « Animaux sans filtre » se poursuit

La campagne d'affichage « Animaux sans filtre » **sensibilise aux bénéfices de l'arrêt de la cigarette** d'une manière **décalée et humoristique**, auprès de tous. Les affiches visent à attirer l'attention et la curiosité pour (re)motiver les fumeurs à se lancer dans l'arrêt du tabac. La campagne lancée à l'occasion de la Journée Mondiale sans tabac 2022 ( le 31 mai ) se déploie en cette fin d'année avec deux nouvelles affiches :

- « Et si, comme Nicole, vous arrêtiez de chanter comme une casserole » : cette affiche met l'accent sur les bénéfices de l'arrêt du tabac autour des 5 sens
- « Devenir aussi cool que Raoul, ça vous dit ? » : cette affiche se focalise sur le développement des compétences psychosociales avec l'arrêt du tabac, en inversant le côté « cool » de la cigarette

Pour en savoir plus, rendez-vous sur la page **Animaux sans filtre**



[coreadd.com](https://coreadd.com)



## Un jeu pédagogique pour les professionnels

Le jeu « les Animaux sans filtre » se compose de **5 cartes** issues des affiches de prévention, pour **suciter l'intérêt et la curiosité de tous autour du tabac**. Il permet d'**amorcer le débat et les réflexions** sur le tabac en abordant les bénéfices liés à l'arrêt.

Affiches téléchargeables en ligne. Au format papier sur demande. Outil pédagogique sur demande.



## « Deux pas pour aller vers l'arrêt du tabac »



L'équipe de la Coreadd Nouvelle-Aquitaine propose cette année des **pas autocollants**, inspirés des campagnes de **nudge**, pour **sensibiliser et informer sur les effets du tabac**. Les QR codes présents sur les pas redirigent vers :

- les aides existantes à l'arrêt du tabac
- et un Quizz sur le tabac pour tester ses connaissances.

Ces pas sont à **coller au sol dans les structures** recevant un grand nombre de visiteurs (lieux de consultations, établissements scolaires, stands, etc.) et sont valables **tout au long de l'année**, au delà du Mois sans tabac.

# Les différentes aides en Nouvelle-Aquitaine

Programme L.A.S.T Tabac : [last-na.fr](http://last-na.fr)



**500** Lieux d'Accompagnement à la Santé sans Tabac en Nouvelle-Aquitaine et même au-delà !

## Pour les professionnels de santé

Nous proposons à tous les professionnels de santé de faire savoir à leurs patients l'aide qu'ils peuvent apporter pour arrêter de fumer en s'identifiant comme L.A.S.T. Pour les aider dans cette démarche, des outils, des formations et des ressources sont accessibles en s'inscrivant sur [www.last-na.fr](http://www.last-na.fr).

## Pour les fumeurs

Nous communiquons auprès des fumeurs de tabac afin de les encourager à demander de l'aide à leurs professionnels de santé habituels pour arrêter de fumer car :

**Accompagnée, c'est 10 fois plus de chance d'arrêter !**

**Pour être mieux repérés**

- Affiche
- Autocollant

**Pour accompagner leur patients fumeurs**

- **Mémo TSN** : comment prescrire les patches

**À remettre aux patients fumeurs**

- **Le carnet des aides** : pour se préparer à arrêter
- **L'agenda des envies** : lors de l'arrêt
- **Flyer orientation** : contacts des experts en tabacologie et addictologie

L'annuaire en ligne : [addictoclic.com](http://addictoclic.com)



**Addictoclic** est un moteur de recherche des consultations en addictologie sur la Nouvelle-Aquitaine.

Retrouvez sur ce site les **contacts et ressources spécialisées en Nouvelle-Aquitaine**, au plus proche de chez vous, des spécialistes des troubles de l'usage avec le tabac, l'alcool, le cannabis, les jeux et toutes addictions avec ou sans substance.

# Des témoignages en Nouvelle-Aquitaine



1 an cette semaine que j'ai arrêté. Je continue de sortir, rencontrer des fumeurs et boire des apéros. La motivation doit nous permettre de continuer de vivre normalement mais sans tabac.

**- AXEL**

3 mois sans tabac, pas toujours facile, la tentation reste présente. Mais la cigarette n'est plus mon amie. Je suis accompagnée par une infirmière ASALEE\*. Grâce à cette aide, j'ai pu trouver les clés pour arrêter avec mes propres choix, à mon rythme. J'encourage la consultation auprès de ces infirmières, service gratuit et très à l'écoute.

**- FABRIZIA**

Moi ça fait 3 mois que j'ai arrêté et je tiens bon. Quand j'y pense, je prends un grand verre d'eau ou je m'occupe, et j'y pense de moins en moins. Courage à tous ceux qui arrêtent !

**- HACHIM**

J'attaque mon 3ème jour sans tabac. Je fumais 3 paquets par jour depuis plus de 20 ans. J'ai eu le déclic. Aucun moment de nervosité, aucun doute. Cette fois, je suis sûre de moi. Je veux voir mes enfants grandir.

**- CATHERINE**

\* ASALEE : Action de Santé Libérale en Équipe. Il s'agit d'un dispositif, porté par une association loi 1901, dont le but est d'améliorer la prise en charge des maladies chroniques, en médecine de ville. Un protocole de coopération permet des délégations d'actes ou d'activités des médecins généralistes vers des infirmières déléguées à la santé publique (IDSP) au sein d'un cabinet médical.

**MOIS  
SANS  
TABAC**



tabac  
info  
service

bienvenue dans une vie  
sans tabac



## CONTACTS PRESSE

**Shona BARBETTE,**

Chargée de projets, ambassadrice du Mois sans tabac Nouvelle-Aquitaine  
shona.barbette@coreadd.com  
05 56 51 56 51 • 07 89 92 08 31

**Céline BIOT**

Chargée de communication Coreadd Nouvelle-Aquitaine  
celine.biot@coreadd.com  
05 56 51 56 51 • 06 20 38 78 54