



Communiqué de presse  
Bordeaux, le 1<sup>er</sup> octobre 2025

## 10<sup>e</sup> édition du Mois sans tabac : Novembre 2025, un élan collectif vers une génération sans tabac

La campagne Mois sans tabac célèbre cette année sa 10<sup>e</sup> édition ! Lancée en 2016, cette opération nationale de santé publique a depuis mobilisé des millions de Français, fumeurs, anciens fumeurs, proches et professionnels de santé autour d'un défi collectif : arrêter de fumer pendant 30 jours, un premier pas décisif vers un arrêt durable. Cette démarche s'inscrit dans une stratégie ambitieuse : atteindre une génération sans tabac d'ici 2032.

### UN ETAT DES LIEUX DU TABAC EN FRANCE

Si la consommation de tabac recule en France, elle **demeure l'un des principaux enjeux de santé publique**. D'après Santé publique France<sup>1</sup> en 2023, 31,1 % des Français, âgés de 18 à 75 ans, déclaraient consommer du tabac, dont 23,1 % quotidiennement, un niveau historiquement bas<sup>2</sup>. Une tendance qui s'est confirmée, après une forte baisse entre 2016 (29,4 % de fumeurs quotidiens) et 2019, la tendance se poursuit depuis 2021.

Toutefois, les **inégalités sociales restent marquées : 28,9 % des personnes aux revenus les plus faibles fument quotidiennement** contre seulement 17,3 % parmi les plus aisés. Malgré ce recul, le tabac reste la **première cause de mortalité évitable**, responsable de près de 75 000 décès par an.

### MOIS SANS TABAC : UN DEFI COLLECTIF AYANT FAIT SES PREUVES

Le Mois sans tabac est une initiative nationale portée notamment par Santé publique France, le ministère de la Santé et l'Assurance Maladie, qui **incite les fumeurs à relever le défi de passer 30 jours sans fumer**.

Cette durée est loin d'être anodine : au-delà de 30 jours, **les symptômes de sevrage diminuent fortement et les chances d'arrêt définitif sont multipliées par cinq**<sup>3,4</sup>.

Depuis la première édition en 2016, Santé publique France a comptabilisé **près de 1,4 million d'inscriptions au défi**. Selon les modélisations de l'OCDE, **Mois sans tabac permettrait de réduire les dépenses de santé de 94 millions d'euros par an** en moyenne entre 2023 et 2050 (pour un coût par année d'environ 12 millions par an). Autrement dit : chaque euro investi dans Mois sans tabac génère plus de sept euros d'économies sur les dépenses de santé du fait de l'arrêt du tabagisme<sup>5</sup>.

### DEVENIR EX-FUMEUR ET EN ETRE FIER : NOUVEL AXE DU MOIS SANS TABAC 2025

Cette année, la campagne *Mois sans tabac* innove avec une nouvelle création axée sur des jeux de mots autour du terme "ex" pour valoriser le statut d'ex-fumeur et créer un véritable sentiment d'appartenance. Être "ex", c'est être **exemplaire, extraordinaire, exalté, exceptionnel...** mais aussi traverser des moments **exécrables** ou **explosifs** : autant d'étapes vers la réussite. Ce ton à la fois positif, bienveillant et réaliste, invite les fumeurs à participer au défi collectif du Mois sans tabac, à s'approprier leur parcours d'arrêt en utilisant les outils disponibles, et à avancer, pas à

<sup>1</sup> [Prévalence du tabagisme en France hexagonale en 2023 parmi les 18-75 ans](#)

<sup>2</sup> [Mois sans tabac : une opération utile pour la santé publique !](#)

<sup>3</sup> [Évaluation sanitaire et économique de Mois sans tabac : un retour sur investissement positif](#)

<sup>4</sup> [Efficacité de Moi\(s\) 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](#)

<sup>5</sup> [Première évaluation économique de Mois sans tabac : un dispositif jugé efficace et qui génère des économies de santé](#)

pas, vers une vie sans tabac. *Aujourd'hui vous êtes fumeur, demain vous serez ex-fumeur... et ça, c'est extraordinaire.* **Participez à Mois sans tabac, augmentez vos chances de devenir ex-fumeur.**

## **UNE CAMPAGNE QUI FONCTIONNE GRACE A LA MOBILISATION D'UN RESEAU DE PARTENAIRES DANS TOUTE LA FRANCE**

Le succès de Mois sans tabac repose sur la mobilisation d'un large réseau de partenaires, présents sur tout le territoire : associations de prévention, établissements de santé, collectivités locales, professionnels de santé, entreprises, pharmaciens, tabacologues, etc.

Le **vendredi 31 octobre 2025**, Bordeaux donnera le coup d'envoi de la 10<sup>e</sup> édition du Mois sans tabac avec un **village installé Place de la Victoire**, de 10h30 à 18h. Cette journée est organisée en collaboration avec les acteurs locaux de la prévention et du soin.

Seront proposés :

- **Des animations grand public** : stands d'information, ateliers ludiques et actions de sensibilisation.
- **Des consultations gratuites en tabacologie** : des professionnels de santé locaux accueilleront les visiteurs souhaitant échanger sur leur consommation, obtenir des conseils personnalisés ou être orientés vers un accompagnement adapté.
- **Une ambiance conviviale et solidaire** : un espace pensé pour favoriser les échanges, encourager l'arrêt du tabac et renforcer le soutien collectif.

Au-delà de la sensibilisation, ce rendez-vous vise à **valoriser les ressources locales d'aide au sevrage**, à **mobiliser les professionnels de santé** et à **fédérer la communauté** autour d'un objectif commun : arrêter ensemble !

## **DES OUTILS GRATUITS POUR SOUTENIR LA MOBILISATION**

Pour accompagner les fumeurs dans leur démarche d'arrêt et permettre aux partenaires de relayer la campagne, Mois sans tabac s'appuie sur un dispositif d'outils gratuits, pratiques et accessibles à tous.

Les participants peuvent ainsi bénéficier d'un **kit d'accompagnement complet**, incluant un programme de préparation, un calendrier de motivation, des conseils pratiques et des messages d'encouragement pendant 40 jours. À cela s'ajoutent plusieurs services d'aide disponibles toute l'année : **l'application gratuite Tabac Info Service**, qui propose un coaching personnalisé, la **ligne téléphonique 39 89**, permettant d'échanger gratuitement avec un tabacologue, ainsi que des **groupes Facebook régionaux** favorisant le partage d'expériences et le soutien entre pairs.

Les inscriptions au défi sont d'ores et déjà ouvertes sur <https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr>. Chaque fumeur peut s'y inscrire gratuitement et recevoir son kit pour se préparer et relever le défi collectif du Mois sans tabac.

---

## **CONTACTS PRESSE ET INFORMATIONS PRATIQUES :**

- Contacts presses régional : Shona Barbette – 07 89 92 08 31 et Anaëlle Colmou – 06 13 84 84 08
- Site internet régional : <https://www.moisanstabac-na.com>
- Inscription au Mois sans tabac : <https://mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr>
- Commande des outils partenaires : <https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr>