



LE DÉFI COMMENCE MAINTENANT EN NOUVELLE-AQUITAINE !

Communiqué de presse
Bordeaux, le 30 octobre 2020

Dimanche 1^{er} novembre, Santé publique France, en partenariat avec le Ministère des Solidarités et de la Santé et l'Assurance Maladie, donne le coup d'envoi de la 5^e édition de #MoisSansTabac. Cette année, étant donné le contexte sanitaire, il est encore plus important de renforcer la prévention sur le tabagisme et continuer à inciter les fumeurs à arrêter le tabac.

Comme chaque année, le dispositif offre aux fumeurs un accompagnement au sevrage jour après jour. On compte déjà **97 12 inscrits au 30 octobre** sur **la plateforme dédiée**. #MoisSansTabac est une opération qui fonctionne : arrêter le tabac lors de l'opération multiplie par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an, par rapport aux tentatives d'arrêt sans aide extérieure. Cette année, #MoisSansTabac renforce son dispositif d'accompagnement pour favoriser le partage d'expériences et **rassemblez les Français autour d'un même objectif : passer 30 jours sans fumer.**

UN MOIS POUR ARRÊTER DE FUMER

#MoisSansTabac, campagne nationale et locale d'aide à l'arrêt du tabac, rassemble chaque année, 200 000 inscrits. C'est sous le signe de l'élan collectif que les fumeurs sont invités à arrêter de fumer tous ensemble pendant 1 mois, en novembre. En effet, **un mois sans tabac multiplie par cinq les chances d'arrêter de fumer définitivement**. Après 30 jours d'abstinence, la dépendance s'avère bien moins forte et les symptômes de manque (nervosité, irritabilité) sont moins présents.

#MoisSansTabac est une opération qui rassemble mais aussi et surtout, un programme qui a fait ses preuves. Les 4 premières éditions de #MoisSansTabac ont enregistré plus de 784 000 inscriptions, dont plus de 108 000 inscrits néo-aquitains. La campagne a contribué à la baisse historique de la proportion de fumeurs en France, dans le cadre du Programme National de Lutte contre le Tabac (PNLT). **Ainsi, de 2014 à 2019, le nombre de fumeurs quotidiens a diminué de 1,9 million.**

#MOISSANSTABAC EN QUELQUES CHIFFRES EN NOUVELLE-AQUITAINE :

Un réseau de 1000 partenaires engagés

- 108 000 inscriptions depuis la 1^{ère} édition en 2016
- 2000 actions remontées par les partenaires depuis 2016
- Une édition 2020 qui s'ouvre sur de belles perspectives :
 - 1915 inscrits sur le groupe Facebook de la région.
 - 450 membres sur Instagram « moissanstabac_na »

LES EX-FUMEURS AU COEUR DE LA 5^{EME} ÉDITION DU #MOISSANSTABAC

Pour cette 5^{ème} édition, Santé publique France déploie une campagne d'envergure mettant à l'honneur des ex-fumeurs ayant arrêté de fumer grâce à leur participation à #MoisSansTabac. L'objectif est, à travers des témoignages, des portraits, des anecdotes, de recréer cet élan de solidarité qui participe chaque année au succès de l'opération. À travers plusieurs capsules vidéo diffusées en télévision, en ligne et sur les réseaux sociaux, les anciens participants partagent leurs expériences de sevrage tabagique : leur arrêt, leur parcours et leurs réussites lors des précédentes éditions.

LES OUTILS NATIONAUX

Disponible dans le kit #MoisSansTabac, en stories #MonProgrammeSansTabac sur la page Instagram de Tabac info service, ou par mail, le public recevra quotidiennement son boost de motivation. Un grand nombre d'outils, permettent également de renforcer cet élan collectif :

- **Le nouveau programme d'accompagnement : « Programme 40 jours ».**
Véritable outil de coaching, il est composé de deux phases : 10 jours de préparation et 30 jours de défi.

- **Le site tabac-info-service.fr** : dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac.
- **L'application d'e-coaching Tabac info service** : Propose un programme d'e-coaching 100% personnalisé, des conseils, des astuces et des mini jeux...
- **La ligne téléphonique 39 89** : met en relation des fumeurs avec des professionnels de l'arrêt du tabac (gratuit & personnalisé)
- **Les réseaux sociaux** : Suivez les pages [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#) [@tabacinfoservice](#), les fumeurs peuvent trouver chaque jour du soutien au sein même de la communauté, des informations utiles et des conseils.

EN NOUVELLE-AQUITAINE, LE PLEIN DE NOUVEAUTÉS !

- **Un accompagnement personnalisé par la Coreadd, l'ambassade du #MoisSansTabac en Nouvelle-Aquitaine**
Cette année, suite à la crise sanitaire de la COVID-19, les événements physiques sont annulés et font place à une **campagne 100% digitale**. La Coreadd Nouvelle-Aquitaine propose un accompagnement personnalisé à toutes les structures partenaires de l'opération : site internet, sur les réseaux sociaux, challenges, vidéos thématiques...
- **Une série de 10 vidéos « Tabac, pas tabou ! »**
La Coreadd Nouvelle-Aquitaine met à disposition une dizaine de vidéos courtes sur des thématiques différentes. Dans ces vidéos, plusieurs professionnels de la tabacologie et de la santé publique interviennent sous le format d'interview en répondant aux questions posées par le grand public et les professionnels non spécialisés. Chaque semaine, de nouvelles vidéos seront diffusées sur nos sites, réseaux sociaux, mais également par les partenaires via les lieux d'attente, en intervention scolaire ou encore au cours de formations et cela même, au-delà du #MoisSansTabac. **L'objectif de cette série est de proposer une information claire, accessible et dynamique sur les pratiques et conséquences du tabagisme en France.**
- **La mallette des néo-aquitains**
Cette année, nous proposons une mallette digitale spécialement conçue pour les néo-aquitains. Ces outils seront complémentaires aux outils de Tabac-Info-Service. **Les professionnels pourront ainsi s'approprier la mallette et mettre à disposition des participants les différents outils** : bannières pour les réseaux sociaux, coloriages pour gérer son stress, mots croisés à imprimer, calendrier de novembre à imprimer, des guides des lieux de consultations par territoire...
- **Les aventures de Manon & Tristan**
Ce projet consiste à suivre en temps quasi réel le parcours d'une jeune femme fumeuse (Manon) souhaitant arrêter de fumer en relevant le défi du #MoisSansTabac 2020. Cette jeune femme est accompagnée par un ami ex-fumeur (Tristan), qui se propose de la conseiller et de l'accompagner dans son défi. Ce seront les **ambassadeurs Nouvelle-Aquitaine sur les réseaux sociaux durant ce #MoisSansTabac 2020**. Chaque semaine, des publications sous le format vidéo seront diffusées sur notre [page Facebook @Mois Sans Tabac Nouvelle-Aquitaine](#) et [Instagram @moissanstabac_na](#) afin de suivre le challenge de Manon et de percevoir aussi bien ses réussites que ses difficultés.

Contacts presse – COREADD Nouvelle-Aquitaine – www.coreadd.com
Shona BARBETTE – shona.barbette@coreadd.com – 07 89 08 31
Céline BIOT – celine.biot@coreadd.com – 06 76 69 34 87