

Rennes, le 31 octobre 2023

COMMUNIQUE DE PRESSE

8ème édition de Mois sans tabac : une nouvelle occasion de relever le défi ! En Bretagne, 4 645 fumeurs inscrits

Cette année encore, le mercredi 1^{er} novembre 2023, Santé publique France et le Ministère de la Santé et de la Prévention, en partenariat avec l'Assurance Maladie, donnent le coup d'envoi de la nouvelle édition du défi Mois sans tabac. Cette opération, désormais incontournable en novembre, encourage les fumeurs à arrêter de fumer pendant 30 jours et compte déjà près de **4 645 inscrits et 770 partenaires en Bretagne**. Afin d'accompagner au mieux les participants, des outils d'aide à l'arrêt sont mis à leur disposition, notamment sur le [site internet dédié](#) et sur l'application Tabac info service.

Mois sans tabac : un défi mobilisateur et bénéfique pour la santé publique



Mois sans tabac, l'opération nationale et locale d'aide à l'arrêt du tabac, rassemble cette année plus de 87 920 inscrits. Depuis 2016, ce sont près de 1,2 millions de personnes qui ont relevé le défi. Les données portant sur les inscriptions pour les années 2016 à 2022 sont disponibles depuis début octobre sur [Géodes](#).

Mois sans tabac est un défi qui rassemble mais aussi et surtout, un programme qui a su montrer son efficacité. Selon les modélisations de l'OCDE¹, **l'opération 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 d'euros). Ainsi, **pour**

chaque euro investi dans Mois sans tabac, plus de 7 euros sont économisés sur les dépenses de santé du fait de l'arrêt du tabagisme.

A l'horizon 2050, Mois sans tabac permettrait d'éviter notamment : 241 000 cas d'infections respiratoires basses, 44 000 cas de bronchopneumopathies chroniques obstructives (BPCO) et 28 000 cas de cancers.

Par ailleurs, son effet augmenterait l'emploi et la productivité du travail, pour une valeur estimée à 85 millions d'euros par an.

« Le Mois sans tabac est l'occasion pour les fumeurs de rejoindre un élan collectif et de s'engager ensemble dans une démarche d'arrêt du tabac. C'est une étape essentielle qui a su démontrer son efficacité au fil des années et qui nécessite d'être au plus proche des fumeurs pour les soutenir. Parce que stimuler leur motivation est capital, Santé publique France et ses partenaires, toujours plus nombreux chaque année, accompagnent l'ensemble des participants à tenir durant ce défi et ainsi augmenter leurs chances d'abandonner le tabac définitivement. Lutter contre le tabagisme est une priorité de santé publique et c'est collectivement que nous arriverons demain à une France non fumeuse. »

Dr Caroline Semaille, Directrice générale de Santé publique France

¹ <https://www.oecd.org/fr/france/evaluation-du-programme-national-de-lutte-contre-le-tabagisme-en-france-b656e9ac-fr.htm>

Contacts presse

Addiction France région Bretagne

Julie TEHAHETUA, chargée de prévention / 07 70 12 84 20/ julie.tehahetua@addictions-france.org

ARS Bretagne

Aurélien Robert, chargé des relations presses / 02 22 06 72 64/ ars-bretagne-communication@ars.sante.fr

Un mois pour stopper la cigarette et augmenter ses chances d'arrêt définitif !

Avec **près de 6 fumeurs quotidien sur 10 qui souhaitent arrêter de fumer**², Mois sans tabac est l'occasion de relever ce défi collectivement grâce au soutien des différents acteurs (professionnels de santé, partenaires, commerces de proximité, proches...) qui accompagnent les participants à rester motivés dans leur arrêt du tabac. En effet, un mois sans tabac multiplie par cinq les chances d'arrêter de fumer définitivement.

Cette année encore, des actions de terrain sont déployées pour être au plus proche des fumeurs.



Le mois sans tabac en Bretagne

Un stand Mois sans tabac est prévu à la Gare de Rennes, le vendredi 10 novembre 2023. De 9 heures à 18 heures, le public pourra venir trouver des informations utiles sur l'arrêt du tabac, et, pour celles et ceux qui le souhaitent, rencontrer un professionnel tabacologue dans le cadre d'une 1^{ère} consultation de sevrage tabagique.

Tout au long du Mois sans tabac, les 770 partenaires bretons proposeront des actions de proximité afin de mieux informer la population sur l'arrêt du tabac et faciliter l'accès à un accompagnement au sevrage tabagique par un professionnel tabacologue. Ces actions prendront différentes formes : des consultations de sevrage tabagique délocalisées, des stands d'information, ateliers collectifs, etc.

Les 29 projets financés par l'Assurance Maladie ou l'ARS Bretagne dans le cadre du Mois sans tabac appuieront le déploiement de ces actions, ainsi que la formation des professionnels bretons. Cette année, trois thématiques de sensibilisation ont été proposées aux professionnels de santé bretons (la prescription de traitements nicotiniques de substitution, les tracas du sevrage tabagique et tabac et santé mentale), et les pharmaciens ont pu à nouveau bénéficier de temps de sensibilisation spécifiques.

Et il y aura toujours pour les Bretonnes et Bretons un soutien communautaire sur les réseaux sociaux avec :

- Le groupe fermé Facebook « Les Bretons #MoisSansTabac »
- Instagram #MoisSansTabac Bretagne : <https://www.instagram.com/moisansstabacbretagne/>
- Et Twitter / X #MoisSansTabac Bretagne : <https://twitter.com/BzhMois>

Des outils adaptés aux besoins de chacun

Parmi l'ensemble des outils disponibles pour soutenir les participants, on retrouve :

Tabac info service, dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac, qui comprend :

- **Le 39 89**, numéro d'aide à distance de Tabac info service, met en relation les fumeurs avec des tabacologues afin de bénéficier d'un suivi personnalisé et gratuit. **Depuis le 31 mai 2023, le 39 89 est accessible aux personnes sourdes ou malentendantes via la [plateforme Acceo](#).**
- **Le site internet tabac-info-service.fr** propose de nombreux contenus d'aide et outils d'accompagnement (mise en contact avec un tabacologue, témoignages, questions/réponses...).
- **L'application d'e-coaching Tabac info service**, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France, propose un programme complet et personnalisé pour optimiser les chances d'arrêt définitif du tabac.

En s'inscrivant sur les pages [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#), les participants peuvent trouver chaque jour du soutien au sein même de la communauté, des informations utiles et des conseils pour affronter la phase de sevrage.

Enfin, un **kit d'aide à l'arrêt Mois sans tabac** qui accompagne les fumeurs tout au long de leur arrêt, est disponible gratuitement dès l'inscription sur le site [Mois sans tabac](#) ou dans les 18 000 pharmacies partenaires de l'opération.

² <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/documents/article/prevalence-nationale-et-regionale-du-tabagisme-en-france-en-2021-parmi-les-18-75-ans-d-apres-le-barometre-de-sante-publique-france>