

**DOSSIER
DE PRESSE**

#MOI(S)SANSTABAC

**Arrêtant, fumeur ou soutien,
je participe au deuxième défi collectif**

20 OCTOBRE 2017

le 20 octobre 2017

COMMUNIQUÉ
DE PRESSE

#Moi(s)SansTabac : Arrêtant, fumeur ou soutien, je participe au deuxième défi collectif

Un mois sans fumer c'est 5 fois plus de chance d'arrêter

En 2016, plus de 10 500 Normands ont participé activement à la première édition de Moi(s) sans tabac, le défi public lancé par le Ministère chargé de la Santé et Santé publique France en partenariat avec l'Assurance Maladie. De nombreux établissements de santé, de professionnels de santé et d'associations se sont mobilisés pour informer, accompagner et soutenir les participants.

La deuxième édition, qui se tiendra du 1^{er} au 30 novembre 2017, se veut plus collective : choisissez votre équipe !

Un comité de pilotage normand

Le comité de pilotage composé de l'ARS de Normandie, l'IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) de Haute et de Basse-Normandie, la MSA, l'Assurance Maladie, la Mutualité française, le CHU de Caen, le CHU de Rouen, la ligue contre le cancer Normandie, l'ANPAA, la Fédération Addiction, la MILDECA et leurs partenaires se mobilisent tout au long de l'année dans la démarche. Ils organisent des actions de sensibilisation et de soutien dès octobre pour inciter toute la région à rejoindre le mouvement. Ce dispositif est notamment soutenu par la Conférence régionale de santé de Normandie.

Normandie : un bilan positif pour l'édition 2016

- 16 % des participants à l'opération Moi(s) sans tabac étaient normands.
- 205 événements recensés sur le site internet Normandie sans Tabac.
- 3 638 téléchargements de l'application mobile développée par l'Assurance Maladie et Santé publique France en partenariat avec la Société Francophone de Tabacologie.
- 144 professionnels de santé nouveaux prescripteurs de traitements nicotiniques de substitution (TNS) formés au sevrage tabagique.
- 118 professionnels présents lors des sessions de présentation «Moi(s) sans tabac».
- 60 partenaires présents lors des réunions départementales de préparation des actions Moi(s) sans tabac.
- 2 430 personnes connectées à la page internet «Normandie sans tabac».

2017 : le collectif avant tout !

La région Normandie compte 700 000 fumeurs quotidiens. 52% d'entre eux ont envie d'arrêter de fumer. Pour mieux les soutenir et les accompagner dans leur démarche d'arrêt, Moi(s) sans tabac renforce cette année sa dimension collective en créant des équipes thématiques ou géographiques, conçues comme des forums de discussion et animées par Santé publique France. Dès leur inscription sur le site internet tabac-info-service.fr, les participants pourront rejoindre une des 16 équipes thématiques définissant avec humour les habitudes de vie (vapoteur, fêtard ou pantouflard...), les aides à l'arrêt utilisées (patch, coach...) ou choisir leur équipe régionale. Il leur sera également possible de créer et d'animer leur propre groupe en famille, entre amis ou au sein d'une entreprise...

Des rendez-vous, en Normandie, en octobre et novembre 2017

En octobre, l'ARS de Normandie, l'IREPS et leurs partenaires mettent en place des actions pour sensibiliser les fumeurs à l'arrêt du tabac, les inciter à s'inscrire sur le site www.tabac-info-service.fr, et les aider à préparer leur arrêt. En novembre, ils déploient un dispositif à travers des manifestations individuelles ou collectives. L'objectif est de soutenir tous les participants à l'opération, de leur prodiguer conseils et encouragements et de les accompagner jusqu'au succès.

Retrouvez l'ensemble des actions Moi(s) sans tabac mises en place en Normandie sur :
www.normandiesanstabac.fr

Pour suivre les actualités, soutenir et/ou être soutenu :
groupe Facebook « Les Normands #MoisSansTabac »

Le rendez-vous rouennais de Moi(s) sans tabac



L'ARS de Normandie, l'IREPS de Haute-Normandie, Santé Publique France en partenariat avec la ville de Rouen, le Centre Henri Becquerel, le CHU de Rouen, la ligue contre le cancer vous donnent rendez-vous le **28 octobre 2017, de 9h00 à 19h00.**

Une Fan zone Moi(s) sans tabac fera escale à Rouen à l'esplanade Marcel Duchamp du Musée des beaux-arts.

Cet espace informatif, ludique et interactif, a pour objectif de faciliter la rencontre et l'échange avec un professionnel de santé. Il permettra aux visiteurs, participants comme supporters, de s'informer, de participer à des animations et de se prendre en photo avec un stade en arrière-plan.

UNE FAN ZONE QUI RÉPOND AUX ATTENTES DES TROIS CIBLES DU DISPOSITIF



La ville de rouen se mobilise



En octobre, sous l'égide de l'élue déléguée à la politique municipale de Santé Publique, Béatrice Bochet et de l'Atelier Santé Ville (Solidarité et Cohésion Sociale), la Ville de Rouen s'engage aux côtés de l'agence nationale « Santé Publique France » dans l'opération « mois sans tabac ».

En tant qu'employeur, le maire de Rouen a fait parvenir un courrier de sensibilisation de cet événement à tous les agents municipaux. Les médias de la ville (journaux externe et interne, sites internet et intranet, réseaux sociaux) sont le relais afin de diffuser le plus largement possible l'information auprès des tous les citoyens du territoire. Une journée de sensibilisation spécifique sera proposée le 28 octobre sur l'Esplanade Marcel-Duchamp. Les Rouennaises et les Rouennais pourront s'ils le souhaitent rencontrer médecin, tabacologue et des experts pour les aider à arrêter de fumer. Mais aussi, l'émission mensuelle autour de la santé de l'Atelier Santé Ville sur radio HDR baptisée « l'Air de rien » sera consacrée à l'arrêt du tabac. L'émission « l'Air de rien » a été enregistrée dans la salle du conseil municipal de l'Hôtel de Ville le 18 octobre de 12h à 13h. Venez nombreuses et nombreux pour assister en direct à l'émission et soyez acteurs et actrices des échanges entre les professionnels et le public.

Une nouvelle occasion pour les Normand(e)s d'arrêter de fumer « ensemble et en équipe »

Sommaire

1. Un mois sans fumer c'est 5 fois plus de chance d'arrêter	3
2. #MoisSansTabac 2016, une première édition couronnée de succès	3
3. Le collectif au cœur du dispositif 2017	4
4. Un fort soutien médiatique de la campagne	6
5. #MoisSansTabac en Normandie	8
6. Les outils pour supporters et participants	9
7. Tous acteurs de #MoisSansTabac	11

1. Un mois sans fumer c'est 5 fois plus de chance d'arrêter

« Moi(s) sans tabac » s'inspire de « Stoptober », une campagne d'aide à l'arrêt du tabac, mise en place en Angleterre par Public Health England en 2012, et qui a permis, dès la première année, d'augmenter les tentatives d'arrêt du tabac de 50%.

L'opération « Moi(s) sans tabac » s'appuie sur des messages positifs autour des avantages de l'arrêt du tabac, dans un esprit collectif. Il s'agit, pour les fumeurs, de relever le défi collectif d'un mois sans tabac, en bénéficiant de soutien et d'encouragement de tous pour rester motivés. Car, après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et le fumeur a cinq fois plus de chances d'arrêter définitivement.

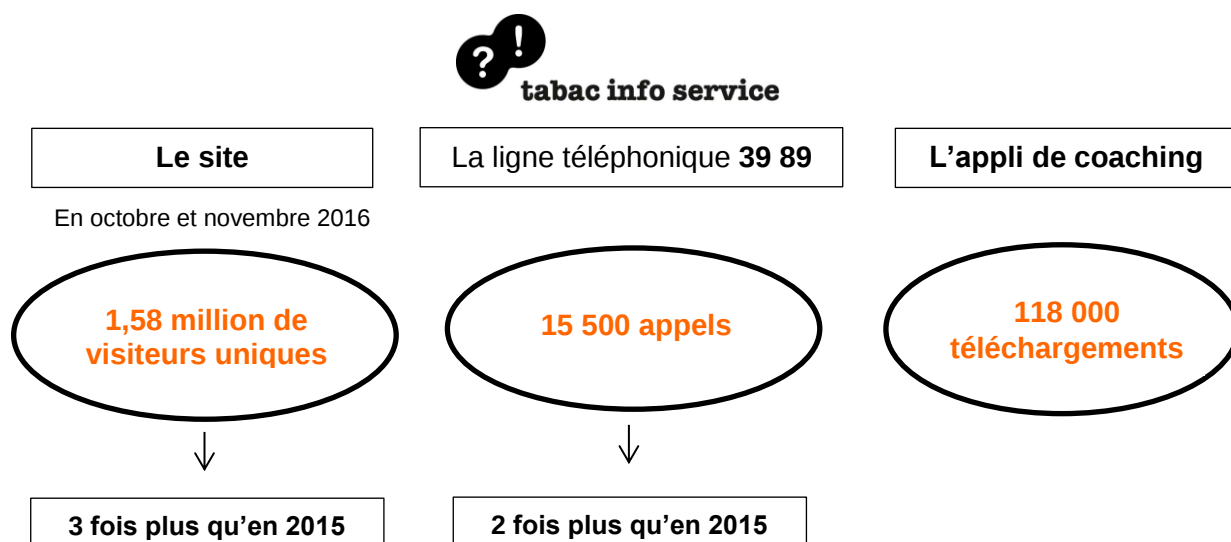
2. #MoisSansTabac 2016, une première édition couronnée de succès

#MoisSansTabac, la première opération de marketing social, lancée en novembre 2016 par le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie, a connu un large succès :



180 000 inscrits à l'opération et 637 000 kits d'aide à l'arrêt distribués

Le dispositif a fortement mobilisé les participants et leur entourage qui ont consulté et utilisé l'ensemble des services mis à leur disposition.



La page Facebook de Tabac info service a compté jusqu'à **10.000 interactions par semaine** et a bénéficié de **69 483 likes**, montrant l'engouement des internautes pour cette opération.

▪ Des partenaires très engagés

La mobilisation des partenaires nationaux (100) et régionaux (3 000) a pleinement contribué au succès de cette édition.

▪ Une augmentation des tentatives d'arrêt médicamenteuses

Au dernier trimestre 2016, 600 000 traitements d'aide à l'arrêt ont été délivrés en pharmacie soit près de 100 000 de plus qu'au dernier trimestre 2015. Ce sont 80 000 personnes qui ont bénéficié du forfait de remboursement des Traitements nicotiniques de substitution (TNS) par l'Assurance Maladie contre 48 000 bénéficiaires sur la même période en 2015, soit une augmentation de 64 %. Cette progression peut s'expliquer par la hausse du forfait TNS à 150 euros par an et par personne en novembre 2016, couplée à l'opération #MoisSansTabac

« Le succès de la première édition nous a montré que les Français étaient réceptifs à l'incitation positive dans l'arrêt du tabac. #MoisSansTabac agit comme un déclic dans l'esprit des fumeurs et doit s'imposer à l'avenir comme le rendez-vous qui les incite à passer à l'acte » souligne François Bourdillon, Directeur général de Santé publique France.

▪ Les bonnes raisons d'arrêter

Si le fumeur est désormais conscient des risques auxquels il s'expose en fumant, l'arrêt du tabac n'en reste pas moins un pas difficile. Selon les derniers chiffres de 2010¹, l'envie d'arrêter la cigarette est en baisse chez les fumeurs réguliers de 15-75 ans : 57,6 % en 2010 versus 64,8 % en 2005, et ce malgré les hausses de prix et les restrictions légales (interdiction de fumer dans les lieux publics et sur le lieu de travail, interdiction de vente aux mineurs, etc.).

C'est la motivation qui est la clé du succès d'une tentative d'arrêt. Elle repose principalement sur :

- La santé est évoquée par 75,2 % des fumeurs ayant arrêté de fumer depuis moins de cinq ans comme l'une des deux principales raisons de leur décision ;
- L'entourage (prise de conscience des risques du tabagisme passif ou demande des proches) est cité par 45,4 % des fumeurs ;
- Le prix du tabac prend la 3^e place avec 25,1 % de citations ;
- La grossesse ou la naissance est citée par 22,4 % des femmes ;
- La lassitude du tabac est citée par 10,8 % des fumeurs.

Il n'est jamais trop tard pour arrêter et les bénéfices de l'arrêt du tabac interviennent presque immédiatement² :

- | | |
|---|---|
| • 24 heures après la dernière cigarette : | Le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà.
Les poumons commencent à éliminer le mucus et les résidus de fumée.
Le corps ne contient plus de nicotine. |
| • 2 semaines à 3 mois après : | La toux et la fatigue diminuent. On récupère du souffle. |
| • 1 an après la dernière cigarette | Le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié.
Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur. |
| • 5 ans après la dernière cigarette : | Le risque de cancer du poumon diminue presque de moitié. |
| • 10 à 15 ans après la dernière cigarette | L'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé. |

Et la cigarette électronique ?

Les études françaises et internationales ont démontré l'efficacité la cigarette électronique comme outil de réduction voire d'arrêt du tabagisme.

Selon le rapport du Dr. Dautzenberg remis à Mme la Ministre de la Santé le 28 mai 2013, les effets des composants de la e-cigarette sont bien moindres que ceux liés à la fumée du tabac. Contrairement à la cigarette, la e-cigarette ne libère ni monoxyde de carbone, ni particules solides, ni quantité significative de cancérogènes. Elle contient des produits potentiellement irritants et/ou classés comme toxiques mais en quantité moindre que la fumée du tabac. Elles sont 95 % moins nocives pour la santé que les cigarettes normales³.

La cigarette électronique peut donc être considérée comme un outil de réduction des risques et à ce titre être recommandée aux fumeurs, notamment ceux ayant éprouvé plusieurs échecs avec les Traitements Nicotiniques de Substitution (TNS).

¹ Baromètre santé 2010 Inpes

² Dépliant INPES : Les risques du tabagisme et les bénéfices de l'arrêt : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/631.pdf>

³ E-cigarettes: an evidence update A report commissioned by Public Health England. Public Health England. Published August 2015

3. Le collectif au cœur du dispositif 2017

Des équipes pour mieux partager ce défi

La deuxième édition de #MoisSansTabac renforce sa dimension collective grâce à la constitution d'équipes thématiques ou géographiques. Lors de leur inscription, les participants pourront rejoindre une ou plusieurs équipes directement depuis le site tabac-info-service.fr. Ces équipes prennent la forme de groupes sur Facebook.



16 équipes thématiques ont été créées par Santé publique France. Elles qualifient avec humour les modes de vie des participants (fétard, pantouflard) ou les définissent par rapport aux types d'aide à l'arrêt choisis (patché, coaché, vapoteur,...). Les participants pourront également choisir une équipe qui correspond à leur région.

Equipes Thématiques		Equipes Géographiques	
Fétards Amoureux du dancefloor... 0	Pantouflards Découvrir cette équipe Home sweet home 1	Burger-frites Toujours le premier à table ? 2	Salade-Quinoa Un corps sain de non fumeur ? 1
Patchés Arrêter grâce aux substituts 0	Coachés Un pro de santé pour vous aider 0	Vapoteurs Armé de votre e-cigarette 0	Zen Armé de votre tapis de méditation 0
Sportifs endurcis Lundi c'est hand... 1	Sportifs du dimanche Se mettre doucement au sport 2	Pour mes enfants Être là pour vos enfants 0	Pour mes proches Arrêtez pour vos amis, parents... 0
Cigales Vous aimeriez économiser 0	Fourmis Toujours à l'affût des bons plans 0	Plutôt Mollo Pourquoi faire aujourd'hui... 0	Plutôt Franco Avec vous c'est blanc ou noir 0

Je participe

Ces 33 équipes constituées par Santé publique France, s'inscrivent dans une logique de forum de discussion. Elles permettent aux participants et à leurs supporters d'échanger, de partager leurs expériences, d'exprimer leur ressenti et de bénéficier d'encouragements et de conseils adaptés.

Enfin, il sera également possible de créer sa propre équipe en famille, entre amis ou au sein d'une même entreprise... directement sur les réseaux sociaux (Facebook, Whatsapp, etc.).

Des Fan zones Moi(s) sans tabac dans 12 grandes villes françaises

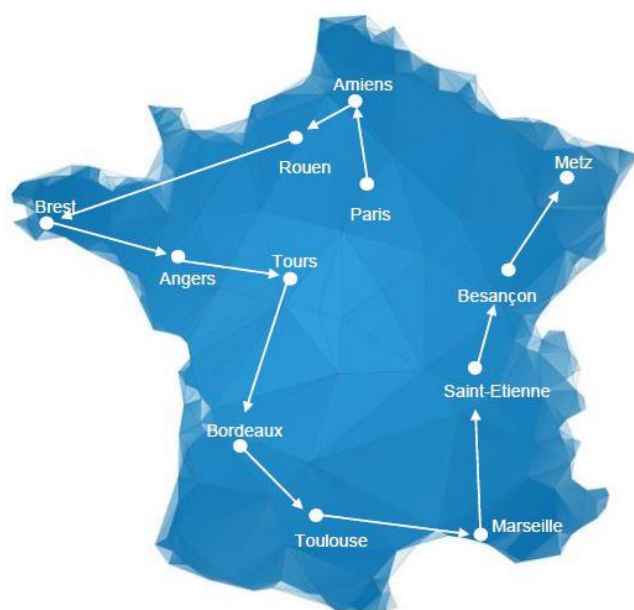
Dans la continuité de l'esprit d'équipe, véritable fil rouge de l'opération, Santé publique France déploie en partenariat avec les Agences régionales de santé et les ambassadeurs, **un dispositif de terrain ludique et interactif**, conçu sur le modèle des Fan zones des supporters et dont l'objectif est de faciliter la rencontre avec un professionnel de santé et le soutien des participants.

Pour structurer l'expérience, le parcours à l'intérieur de ces Fan zones se divisera en 3 espaces, avec un objectif prioritaire, celui de transformer l'essai en incitant les visiteurs à s'inscrire à l'opération :

- 1) **Un espace d'information**, accueillera « l'équipe » de partenaires régionaux. Tous activement investis dans la lutte contre le tabagisme, ils délivreront des informations aux participants.
- 2) **Un espace de consultation pour faciliter l'échange et le dialogue avec des professionnels de santé** hors les murs d'un cabinet médical. Les participants pourront ainsi bénéficier de conseils sur-mesure délivrés par des spécialistes du sevrage tabagique qui les guideront dans leur démarche d'arrêt.
- 3) **Un espace ludique** doté d'un « photobooth » permettra aux visiteurs de faire la une d'un journal régional parodique #MoisSansTabac avec un parterre de supporters en arrière-plan. Ils pourront également répondre à un quizz humoristique autour de l'arrêt du tabac et s'inscrire à l'opération depuis les bornes prévues à cet effet.

Ces espaces seront installés dans **12 grandes villes**, pour sensibiliser le plus grand nombre :

24/10/2017 Paris	Place de la République
26/10/2017 Amiens	Parvis de l'hôtel de ville d'Amiens
28/10/2017 Rouen	Espl. Marcel Duchamp
31/10/2017 Brest	Place de la Liberté
02/11/2017 Angers	Place du Ralliement
04/11/2017 Tours	Terre-plein Heurteloup
07/11/2017 Bordeaux	Place de la Victoire
09/11/2017 Toulouse	Place du Capitol
14/11/2017 Marseille	Place Villeneuve Bargerion
16/11/2017 Saint Etienne	Place Jean Jaurès
18/11/2017 Besançon	L'esplanade des droits de l'homme sur le parvis des bâtiments administratifs de la Mairie
21/11/2017 Metz	Place de la comédie



- Paris – 24 octobre
- Amiens – 26 octobre
- Rouen – 28 octobre
- Brest – 31 octobre
- Angers – 2 novembre
- Tours – 4 novembre
- Bordeaux – 7 novembre
- Toulouse – 9 novembre
- Marseille – 14 novembre
- Saint-Étienne – 16 novembre
- Besançon – 18 novembre
- Metz – 21 novembre

4. Un fort soutien médiatique de la campagne

Des ambassadeurs de renom

Pour apporter à l'opération #MoisSansTabac une forte visibilité, **Santé publique France renouvelle son partenariat avec France Télévisions en relevant le défi, cette année avec deux ambassadeurs médiatiques** : Laurent Romejko et Michel Cymes. L'animateur Laurent Romejko, fumeur, fera une tentative d'arrêt avec #MoisSansTabac. Il sera coaché au quotidien par Michel Cymes, le très populaire médecin/animateur qui lui apportera des conseils et fera également la promotion des outils de l'opération.

Ce partenariat, sera accompagné d'un vaste dispositif médiatique : un spot de recrutement mettant en scène les deux ambassadeurs sera diffusé à partir du 10 octobre au 5 novembre sur les chaînes du Groupe France Télévisions. L'opération #MoisSansTabac sera intégrée dans les émissions des ambassadeurs et plus largement dans les émissions du Groupe.

En parallèle, pour partager la démarche d'arrêt de Laurent Romejko et suivre les différentes étapes du coaching réalisé par Michel Cymes, une web série de 6 épisodes sera mise en ligne au mois de novembre sur les sites francetelevisions.fr, tabac-info-service.fr, la page facebook #MoisSansTabac, celle du Magazine de la santé,...



Questions à Laurent Romejko

- **Depuis combien de temps fumez-vous ?**

« Depuis trop longtemps.... Premières cigarettes à l'âge de 18 ans. De temps à autres tout d'abord puis de façon régulière ensuite à partir de 25 ans...et sans relâche jusqu'à aujourd'hui, excepté deux ou trois périodes d'arrêt qui n'ont jamais excédé six mois... »

- **Qu'est-ce qui vous motive aujourd'hui à relever le défi de #MoisSansTabac ?**

Avant tout: préserver ma santé ! Mais surtout me libérer d'une dépendance ! J'en ai marre du tabac...

- **Qu'attendez-vous de votre coach ?**

Qu'il me donne des astuces pour réussir mon arrêt du tabac et surtout qu'il m'aide à franchir les moments difficiles !

- **A quelques semaines de votre arrêt, dans quel état d'esprit êtes-vous ?**

J'ai hâte ! Hâte d'arrêter la cigarette, hâte de commencer #MoisSansTabac...

Même si je suis confiant, j'ai tout de même une appréhension : celle d'échouer...mais je compte sur Michel Cymes !



Questions à Michel Cymes

- **Pourquoi avez-vous décidé de faire #MoisSansTabac ?**

« Je suis très impliqué dans la lutte contre le tabac, je suis un vrai militant. Tout ce qui me permet de m'impliquer dans la lutte contre le tabac surtout pour les jeunes me motive. Le défi #MoisSansTabac est une très bonne initiative, cela va dans le sens de tout ce qui doit être mis en place pour lutter contre le tabac. C'est un angle novateur pour inciter les fumeurs à arrêter. Et cette web série « coaching d'un fumeur » m'a séduite par son originalité par rapport à tout ce qu'on avait vu pour l'instant. »

- **Comment envisagez-vous votre rôle de coach ?**

« Mon rôle de coach est double. A la fois ami et médecin, j'accompagne, j'aide, j'entoure. Le médecin doit tout faire pour que les fumeurs prennent conscience des risques du tabac. En tant qu'ami, mon rôle est d'accompagner Laurent parce que je sais qu'il va passer par des moments difficiles. Je dois être très présent car il faut se préparer à d'éventuels risques de rechute qui peuvent faire partie du sevrage. »

- **Quelles sont, selon vous, les clés pour réussir ce défi avec Laurent Romejko ?**

« La première chose est que Laurent ait envie d'arrêter. Ensuite c'est d'agir pour éviter les effets secondaires qui sont la plupart du temps une cause de rechute, comme la prise de poids ou les troubles du sommeil. »

- **Les proches de Laurent peuvent-ils aussi l'aider ? Comment ?**

« Arrêter de fumer est un vrai défi, on a besoin de soutien. On devient irritable, on change de caractère. Le manque rend irascible et difficile à supporter pour les autres. Il faut prévenir ses proches qu'on arrête de fumer. Leur rôle de supporter est capital pour relever le défi. »

Un large dispositif médiatique en amont et pendant le défi collectif

Ce dispositif médiatique qui s'appuie sur le message phare de l'opération « *En novembre, on arrête ensemble et en équipe !* » est construit en deux temps.

Dès le 10 octobre, des messages de sensibilisation inciteront les fumeurs à participer au #MoisSansTabac via le site tabac-info-service.fr, l'application mobile ou la ligne 3989. Pour cela, 4 spots télé seront diffusés jusqu'au 5 novembre :

- un spot de 30 secondes qui intégrera la notion d'équipe et présentera au travers de plusieurs personnages la mécanique de #MoisSansTabac : de la prise de décision, au soutien des proches, jusqu'à la fierté d'arriver au bout des 30 jours sans avoir repris la cigarette.
- 3 autres spots de 8 secondes, présenteront quant à eux, les différentes ressources mises à disposition des fumeurs pour participer au défi : l'application mobile Tabac Info Service, le 39 89, et la commande du kit sur le site internet tabac-info-service.fr.



La signature des spots « *En novembre, on arrête ensemble et en équipe !* », souligne la dynamique et l'esprit d'équipe de l'événement.

En parallèle, une nouvelle affiche reprenant le slogan de l'opération sera visible du 25/10 au 31/10. Elle présente quelques équipes à rejoindre et encourage ainsi les participants à en choisir une. Cette campagne bénéficiera également d'un relai web et mobile.

Au mois de novembre, l'objectif de la campagne média est de soutenir les participants dans leur tentative d'arrêt. De nouveaux spots radio de 25 secondes seront diffusés sur les ondes durant tout le mois de novembre. Ils incarneront le soutien des participants à #MoisSansTabac. Avec toujours un relai sur le web et les mobiles.



5. #MoisSansTabac en Normandie

La région Normandie compte 700 000 fumeurs quotidiens

La prévalence du tabagisme quotidien en Normandie parmi les 15-75 ans, en 2014 était de 30,8 %, supérieure à la moyenne nationale métropolitaine (28,1 %). 52 % des fumeurs normands ont envie d'arrêter de fumer mais cette fréquence est plus faible que la moyenne nationale¹.

La Normandie sans tabac #2

Cette année, la Normandie priorise les interventions ciblant les publics identifiés comme prioritaires : jeunes et publics en situation de précarité.

¹ À structure identique selon le sexe, l'âge, le niveau de diplôme, le niveau de revenu et la situation professionnelle, la région Normandie (OR=0,74, p<0,05) était associée à une moindre fréquence de l'envie d'arrêter de fumer parmi leurs fumeurs quotidiens. Baromètre Santé 2014 : étude menée sur un échantillon représentatif de la population âgée de 15 à 75 ans

Retrouvez l'ensemble des actions Moi(s) sans tabac mises en place en Normandie sur :

www.normandiesanstabac.fr

Pour suivre les actualités, soutenir et/ou être soutenu

[groupe Facebook « Les Normands #MoisSansTabac »](#)

6. Les outils pour supporteurs et participants

Un kit pour arrêter de fumer, à la disposition du public, des partenaires, et des professionnels de santé

Pour cette 2^{ème} édition, le kit #MoisSansTabac a été renouvelé et simplifié. Il intègre :

- **Le livret « je me prépare »** qui permet à chaque participant d'identifier ses forces et ses faiblesses, d'apprendre à décoder la cigarette et ses pièges, d'obtenir des réponses face à ses inquiétudes et de choisir la stratégie qui lui correspond pour réussir son arrêt du tabac ;
- **L'agenda**, « 30 jours pour arrêter de fumer » qui dispense chaque jour encouragements, conseils et activités pour oublier la cigarette ;
- **La roue**, « je calcule mes économies », en fonction du nombre de cigarettes fumées par jour, la roue permet de calculer les économies réalisées après un jour, quelques semaines, quelques mois et jusqu'à 1 et 10 ans d'abstinence ;
- **La carte anti-stress** qui livre 7 exercices pour se détendre et oublier son envie de cigarette.



Ce kit destiné aux participants à #MoisSansTabac, peut être commandé gratuitement sur le site tabac-info-service.fr dans l'onglet #MoisSansTabac ou depuis le site : <http://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/> pour une commande en nombre.

Dans le cadre d'un partenariat, 6 Ordres professionnels de santé (médecins, pharmaciens, sages-femmes, chirurgiens-dentistes, infirmiers, masseur/kinésithérapeutes) seront à même de distribuer ce kit. Ces professionnels de santé, à l'exception des pharmaciens, sont habilités depuis le 1^{er} janvier 2016 à établir une ordonnance permettant le remboursement de 150 € par personne et par an pour des traitements de substitution nicotinique.

Une opération accessible depuis www.tabac-info-service.fr

Par ailleurs, pour motiver les personnes à s'inscrire, un compteur sera visible sur le site, il indiquera en temps réel le nombre de participants ayant rejoint l'opération.

Enfin, un espace est réservé aux partenaires, ils peuvent ainsi s'inscrire, commander et/ou télécharger tous les supports #MoisSansTabac.

L'appli Tabac info service relaiera l'opération #MoisSansTabac

A compter de ce début octobre, l'appli [Tabac info service](#) envoie des messages à ses utilisateurs pour les inciter à s'inscrire à Mois(s) sans tabac.

Disponible dans le Play Store et l'Apple Store depuis septembre 2016, l'appli est un programme complet de coaching pour optimiser ses chances d'arrêt définitif du tabac. Elle s'adresse à tout fumeur, quel que soit son âge. L'appli compte 151 000 utilisateurs ; ceux-ci ont en moyenne 33 ans, 61% d'entre eux sont des femmes.

Pour la moitié des utilisateurs, il s'agit de la première tentative d'arrêt du tabac. Seulement 16% d'entre eux ont déclaré avoir rechuté.

Ce coaching est également disponible depuis un ordinateur via le site : coaching.tabac-info-service.fr.

La fanpage Tabac info service accueille une communauté active et solidaire

L'objectif de cette fanpage est triple :

- Recruter des fumeurs souhaitant arrêter le tabac.
- Les fidéliser, les accompagner et les inciter à utiliser l'appli de coaching.
- Les inciter à se soutenir mutuellement et à partager leurs avancées sur la fanpage.

La fanpage Tabac info Service adopte une posture bienveillante avec un ton léger et décalé en écho aux codes des réseaux sociaux.

Défis, vidéos pédagogiques, gifs animés, infographies sont régulièrement postés pour encourager les fumeurs.

La page Tabac info service compte près de 80 000 fans ; elle constitue un véritable lieu d'échanges où se retrouve une communauté engagée, active et en demande de conseils. Les fumeurs y trouvent des réponses à leurs questions et un soutien de la communauté (fumeurs, ex-fumeurs et entourage). Au cours des 6 premiers mois de l'année 2017, ce sont près de 487 000 interactions (commentaires, partages, clics sur des photos ou sur des liens, etc.) qui ont été enregistrées et 140 000 vidéos qui ont été visionnées.



7. Tous acteurs de #MoisSansTabac

Un réseau de partenaires de plus en plus dense

Le mouvement #MoisSansTabac réunit de nombreux acteurs publics, privés, nationaux et régionaux qui s'impliquent sur le terrain, auprès de leurs salariés ou de leurs patients.

De nouveaux partenaires nationaux rejoignent cette année le mouvement #MoisSansTabac. C'est le cas notamment de Fédérations hospitalières, de sports, d'assureurs, de la grande distribution...

Les liens avec des partenaires institutionnels comme le Ministère de l'Education Nationale, la Caisse nationale des allocations familiales, l'association des maires de France, sont renforcés.

En région, de nombreux partenariats ont été noués, grâce au pilotage des Agences régionales de santé, avec par exemple, la Fédération des associations étudiantes de Créteil, la Préfecture de Police de Paris, le Service de médecine universitaire de Toulouse, celui de Montpellier, le CHU de Caen, le CHU de Martinique, la Métropole de Grenoble...

L'implication des professionnels de santé

Santé publique France a mis à leur disposition une plateforme partenaire qui permet de commander ou de télécharger l'ensemble des outils de sensibilisation (affiches, flyers...) et de distribuer à leurs patients des « kits de participant » à #MoisSansTabac.

Pour accompagner au mieux leurs patients dans le sevrage tabagique, les médecins, sages-femmes, chirurgiens-dentistes, infirmier(e)s et masseurs-kinésithérapeutes peuvent prescrire des substituts nicotiques (patchs, gommes, inhalateur...), traitements qui sont remboursés par l'Assurance Maladie sur prescription à hauteur de 150 € par an et par personne.

Des relais auprès des populations en difficulté

Lutter efficacement contre le tabagisme implique de prendre en compte les inégalités sociales de santé et ainsi d'aller au plus près des populations les plus vulnérables. Santé publique France a conçu pour ces publics une brochure et un flyer en accessibilité universelle disponibles à la commande. Pour diffuser efficacement les messages #MoisSansTabac, Santé publique France s'appuie sur des organismes et des acteurs de terrain.



Un soutien fort de l'Assurance Maladie aux actions de proximité

En complément du dispositif de communication, l'Assurance Maladie a renouvelé cette année son appel à projets via les caisses d'assurance maladie qui a permis de financer plus de 200 initiatives locales en métropole et dans les DOM.

L'objectif : financer des actions locales des caisses et de leurs partenaires, et renforcer ainsi les actions de proximité, en **privilégiant celles qui accompagnent des fumeurs dans leur démarche de sevrage**.

L'accent est mis en particulier sur les **publics prioritaires**, à savoir **les jeunes, les femmes enceintes et les patients atteints de pathologies chroniques...**).

Au total, 88 Caisses Primaires d'Assurance Maladie (CPAM) sur 102, ainsi que la Caisse Générale de Sécurité Sociale (CGSS) de La Réunion ont mobilisé leurs partenaires.

210 projets ont ainsi été retenus et financés par l'Assurance Maladie, contre 145 en 2016. Ces projets associent souvent les Centres d'examen de santé de l'Assurance Maladie ainsi que des partenaires associatifs et institutionnels locaux.

La liste des partenaires nationaux

Agence Centrale des Organismes de Sécurité Sociale, Association Nationale des Etudiants en Pharmacie de France, Association Nationale des Etudiants Sages-Femmes, Auchan, Caisse d'Assurance Maladie des Industries Electriques et Gazières, Caisse Nationale de l'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés, Caisse Nationale des Allocations Familiales, Caisse Nationale Militaire de Sécurité Sociale, Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie, Collège National des Chirurgiens-Dentistes Universitaires en Santé Publique, Collège National des Généralistes Enseignants, Conseil National de l'Ordre des Médecins, Conseil National de l'Ordre des Sages-Femmes, Consommation, Logement et Cadre de Vie, Familles de France, Fédération de l'Hospitalisation Privée, Fédération de l'Hospitalisation Privée, Fédération des établissements hospitaliers et d'aide à la personne, Fédération Française de Basket-Ball, Fédération Française de handball, la Fédération Française des Clubs Omnisports, Fédération Française Sports pour tous, Fédération Hospitalière de France, Fédération Interprofessionnelle de la Vape, Fédération Nationale de la Mutualité Française, Fondation Ramsay Générale de Santé, Groupe PSA, Institut National du Cancer, IRP auto, La Vape du cœur, Ligue de Football professionnelle, Ligue Nationale Contre le Cancer, Ligue Nationale de Rugby, Ligue Nationale de Volley, MBK Industries, MGEN, Ministère de l'Education Nationale, de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche, Ministère de la Défense Nationale, Ministère de la Jeunesse et des Sports, Ministère de la Solidarité et de la Santé, Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues et les Conduites Addictives, Mutualité Sociale Agricole, Alliance Contre le Tabac, Ordre des Masseurs-Kinésithérapeutes, Ordre National des Chirurgiens-Dentistes, Ordre National des Infirmiers, Ordre National des Pharmaciens, Pôle Emploi, Rio Tinto Aluminium Dunkerque, Secrétariat Général des Ministères Chargés des Affaires Sociales, Société Francophone de Tabacologie.

La liste des partenaires Normands

ARS de Normandie, IREPS HN, IREPS BN, Mutualité Sociale Agricole, Assurance Maladie, Mutualité française, CHU de Caen, CHU de Rouen, ANPAA, Ligue contre le cancer, Fédération Addiction, MILDECA, CRSA, Ville de Rouen, Centre Henri Becquerel, DCNS Cherbourg, CH Bayeux, Chevron Oronite SA, Antenne médicale Evreux, Safran, CH Flers, IFSI Flers, ASALEE, Hôpital Privé Saint-Martin, EREA Robert Doisneau St-Lô, Université du Havre, CODAH, Centre François Baclesse, ISPA Alençon, Mission locale Flers, CIST 61, Lycée Dumont d'Urville Caen, CH Dieppe, BTP - CFA Orne, CSAPA des 3 cantons, Rectorat de Rouen, Lycée Boismard Brionne, IST Fécamp, SUMPPS Caen, SUMPPS Rouen, CH Le Rouvray, CH Saint-Lô et Coutances, Communauté urbaine Caen la Mer, CHIC des Andaines, CCAS - ASV Saint-Lô, YSOS, Groupe Hospitalier du Havre, ETP Normandie, ADESTI, La boussole, La passerelle, CSAPA NHN L'ABRI, LPA Pays de Bray, CHI Elbeuf Louviers Val de Reuil, Croix-Rouge Française, CCAS du Havre, Association jeunesse et vie, ADISSA de l'Eure, ASTIF, Clinique des portes de l'Eure, Fondation Bon Sauveur, CSAPA presqu'île, Santraplus, CH Gisors, Ville Evreux, CH Bernay, CSAPA Caux et Bray, Maison des addictions du Pays d'Auge ESI 14, CHI Caux Vallée de Seine, Association alpha Vernon, LPA Vire, TOSHIBA, CH Alençon, CH de la Risle, PST14, CH Argentan, Hôpital La Musse, Nautilia-Oppelia, LPA Baie du Mont Saint-Michel, SNCF, CSAPA Lamartine, AAJB, HPE Le Havre, Hôpital St Valéry en Caux, CHPC Cherbourg, Inseraction, CH Barentin, CHI Eure Seine, CH Falaise, CH Vire, Santé BTP, Clinique du Cèdre, ONM Dieppe, Exxon Mobil, Mairie Gisors, Maison d'arrêt Evreux, Communauté de Communes Granville

Terre et Mer – Ville de Granville, RLPS Fécamp, Collège Jules Verne Deville Les Rouen, Mission locale du Havre, ASV Rouen, Normandie CCI, Moissons nouvelles, ESAT ARRED, Emergence, CSAPA Le Rivage, Lycée Sivard de Beaulieu, Nouvel Hôpital de Navarre, RLPS Yvetot, Maison des addictions Caen, EPSM Caen, Asthme 76, Association Accueil service, LPA Caux et Bray, Seine Normandie Agglomération, Mission locale Elbeuf, CCAS Elbeuf, La Poste Goderville, AREVA, PJJ, Enedis, Sanofi, SISTM 50, Lycée des Andaines La Ferté Macé, CNAF, Antenne médicale Caen, Ariane group, UNA Solidarité Normande, CIFAC de Caen, professionnels libéraux, MEDIAPOST, Association ATIPIC, Hôpital Saint-James, UC-IRSA, Ordre Infirmier 76 et 27, **ainsi que tous leurs partenaires locaux.**

Contact presse ARS de Normandie

Hélène Landeau, T. 02 31 70 97 62

Sandrine Gautier T. 02 32 18 31 61 Port. 06 47 07 32 17

ars-normandie-communication@ars.sante.fr