

## À la Saint-Valentin, Tabac info service aide les proches à passer un message... tout en douceur



Vivre avec une personne qui fume, c'est souvent partager bien plus qu'un quotidien : des habitudes, des moments de complicité, mais aussi parfois des silences. Aborder la question de l'arrêt du tabac peut être délicat, surtout lorsqu'on souhaite aider sans brusquer, ni culpabiliser.

À l'occasion de la Saint-Valentin, **Tabac info service** propose une manière simple, bienveillante et dédramatisée d'ouvrir le dialogue. Cette année, la plateforme publique d'accompagnement à l'arrêt du tabac a imaginé un geste discret à destination des partenaires de fumeurs : **offrir un mug**.

Un objet du quotidien, volontairement banal, choisi pour s'intégrer naturellement dans la vie de tous les jours. Derrière son apparente simplicité, ce mug révèle un motif subtil qui donne accès, sans injonction, aux ressources de Tabac info service : **le site, l'application et le numéro d'aide 39 89**.

Présent lors de moments familiers — *le café du matin, une pause dans la journée, un moment partagé à la maison* — le mug devient un **rappel doux et non intrusif**. Il suggère qu'il existe des solutions pour envisager l'arrêt du tabac à son rythme, accompagné et soutenu, sans pression.

Pensé comme une attention pour la Saint-Valentin, le kit « **Toi sans tabac** » comprend le mug, un papier cadeau et une carte permettant d'écrire un message personnel à l'être aimé. Un geste simple, qui privilégie l'écoute et la durée plutôt que les discours moralisateurs.



L'opération, conçue avec l'agence BETC, est déployée via un **jeu-concours sur les réseaux sociaux**, relayé par plusieurs créateurs de contenus, permettant de remporter le kit « Toi sans tabac ».

À travers cette initiative, **Tabac info service** réaffirme sa conviction : l'arrêt du tabac est avant tout une démarche personnelle, qui peut être facilitée par un environnement bienveillant et le soutien des proches. Aider, c'est parfois simplement savoir être présent, au bon moment, de la bonne manière.

### Repères & chiffres clés (sources officielles)

- En France, **25 % des 18-75 ans fument** (Santé publique France, 2024).
- Le tabagisme reste responsable de **plus de 75 000 décès par an**, malgré une baisse continue du nombre de fumeurs depuis 2014 (Santé publique France – PNRT).
- **55 % des fumeurs quotidiens déclarent vouloir arrêter**, et 17,3 % ont tenté un arrêt d'au moins une semaine au cours des 12 derniers mois (Santé publique France, 2024).
- Le tabagisme passif entraîne chaque année **environ 1 100 décès chez les non-fumeurs en France**, liés notamment aux maladies cardiovasculaires et respiratoires (Santé publique France / Ministère de la Santé).

Ces données soulignent l'importance d'un accompagnement respectueux et non culpabilisant, tant pour les fumeurs que pour leurs proches.

#### Contact Presse

Julie-Marie Bouchet  
juliemariebouchet@gmail.com  
06 87 78 28 65