



Communiqué de presse

Le 15 octobre 2018

3^{ème} édition #MoisSansTabac

Bien se préparer pour augmenter ses chances de succès

Le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie lancent la 3^{ème} édition de #MoisSansTabac.

Avec 160 000 inscrits en 2017, dont 6 278 en Bourgogne-Franche-Comté et 380 000 tentatives d'arrêt liées à l'opération en 2016, #MoisSansTabac a contribué avec les mesures du programme national de réduction du tabagisme (PNRT) à la baisse historique du tabagisme en France : 1 million de fumeurs quotidiens en moins entre 2016 et 2017. Ce rendez-vous, désormais inscrit dans l'agenda des Français, débute comme tous les grands défis par une phase préparatoire. Dès le mois d'octobre, Santé publique France, l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté et l'Assurance Maladie déploient un important dispositif pour inciter les fumeurs à se préparer et à participer au défi.

#MoisSansTabac, ça marche

Selon les données du Baromètre santé 2017, **380 000 fumeurs quotidiens ont fait une tentative d'arrêt** en lien avec la 1^{ère} édition de #MoisSansTabac. Environ **20% d'entre eux étaient toujours abstinents 6 mois plus tard, soit près de 80 000 ex-fumeurs.**

La prévalence du tabagisme quotidien en région Bourgogne-Franche-Comté est de 26%. Elle est inférieure à la prévalence nationale (27%) et représente un potentiel non négligeable de futurs candidats au défi #MoisSansTabac.

Arrêter de fumer, une décision qui se prépare

La tentative d'arrêt est jonchée d'épreuves et surtout de victoires. **Bien s'y préparer permet d'augmenter ses chances de succès.** Au niveau national, Santé publique France a lancé **du 1^{er} octobre au 2 novembre, une campagne** sur les chaînes hertziennes et la TNT pour aider les fumeurs à réussir leur tentative d'arrêt. 5 films permettent à toutes celles et ceux qui veulent arrêter de fumer de se projeter aux étapes-clés de leur tentative d'arrêt, de se représenter l'état d'esprit dans lequel on est après 1, 8, 15, 22 et 30 jours sans tabac et de découvrir les bénéfices retirés à chaque cap passé.

La Bourgogne-Franche-Comté, plus mobilisée que jamais

Pour créer un élan local fort autour de #MoisSansTabac, l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) de Bourgogne-Franche-Comté a été retenue par Santé Publique France, comme **ambassadeur de l'opération "#MoisSansTabac" en Bourgogne - Franche-Comté**, en collaboration avec Tab'Agir.

Missions : animer, sensibiliser et mobiliser les habitants tout au long de la phase préparatoire, puis accompagner et encourager les participants lors du défi, sous le pilotage de l'ARS Bourgogne-Franche Comté.

Sur le terrain, l'ARS Bourgogne-Franche-Comté déploiera **sa Fanzone** pour aller à la rencontre des fumeurs et de leur entourage. Ce dispositif ludique et interactif sera présent à **Pontarlier pendant la Foire Saint-Luc, le jeudi 25 octobre 2018.**

Enfin dès l'inscription, depuis le site tabac-info-service.fr, il est possible de rejoindre l'équipe « **Les Bourguignons et Francs-Comtois** » pour partager et vivre ensemble ce défi sur les réseaux sociaux.

L'Ireps est une association qui a pour objectif le développement de l'éducation et de la promotion de la santé en région. Son but est de renforcer les capacités des personnes à faire des choix favorables pour leur santé. Elle développe des projets populationnels (santé des jeunes, des populations en situation de précarité...) et thématiques (alimentation, activité physique, santé mentale...), contribue à la mise en œuvre des politiques régionales de santé publique, forme les acteurs et conduit des recherches dans les champs couverts par la promotion de la santé.

Tab'agir est une association qui a pour mission de développer des actions de prévention du tabagisme, de former les professionnels de santé à la tabacologie et de proposer une prise en charge pluridisciplinaire (accompagnement médical, en diététique et en thérapies comportementales et cognitives) à l'ensemble des Bourguignons souhaitant arrêter de fumer en complétant par un coaching téléphonique (ouvert à tous).

Tabac info service, toujours à l'écoute

Tabac info service reste la porte d'entrée de #MoisSansTabac. Le dispositif d'aide à distance (ligne téléphonique 39 89, site internet et application) est mobilisé pour accompagner tous les fumeurs dans leur tentative d'arrêt.

Depuis le site, l'inscription #MoisSansTabac est simple : un pseudo et une adresse mail suffisent. Les participants pourront alors réaliser un test de dépendance et pour les plus dépendants se faire accompagner par un tabacologue, commander le kit d'arrêt, télécharger l'application de e-coaching, rejoindre leur équipe régionale sur Facebook.

Contacts presse

ARS Bourgogne-Franche-Comté : Lauranne Cournault :

lauranne.cournault@ars.sante.fr

03 80 41 99 94/06 43 64 20 24

IREPS Bourgogne-Franche-Comté : Anaëlle Daventure, ambassadrice #MoisSansTabac :

moisanstabac@ireps-bfc.org

03 80 66 87 66