



Challenge inter-structures

Mois sans tabac

Pays de la Loire

2022



Qu'est-ce que c'est ?

Au mois de novembre, nous proposons des DÉFIS à toutes les structures des Pays de la Loire dans le cadre d'un challenge inédit.

Le but est de créer une équipe pour SOUTENIR les collègues fumeurs qui se lancent dans le Mois sans tabac.

Qui peut participer au défi ?

Tout le monde peut s'impliquer et participer dans une ÉQUIPE : les fumeurs bien entendu mais aussi les non-fumeurs et les défumeurs qui ont déjà arrêté de fumer.

Il faut juste faire partie d'une STRUCTURE comme une université, une association, une entreprise, un établissement sanitaire ou social, un établissement scolaire...

Quelles sont les conditions de participation ?

- Être au moins 2 personnes et au maximum 10 personnes pour constituer une équipe
- Nommer un RÉFÉRENT qui a un compte Facebook pour rejoindre le groupe de partage des défis
- Choisir un NOM pour son équipe
- S'inscrire avant le 1ER NOVEMBRE

Qui dit challenge dit gagnant !

Les 5 équipes les plus impliquées dans les défis gagneront de jolis LOTS utiles et écoresponsables et une surprise gourmande !

Tous les participants du challenge seront RÉCOMPENSÉS.



Alors prêts à relever le challenge en équipe cette année ?

[Voici le lien vers notre formulaire en ligne pour vous inscrire](#)



3 défis et 1 bonus

Challenge Pays de la Loire

Défi n°1 du 7 au 11 novembre 2022



" Test de connaissance "

Des questions, une énigme et des mots-croisés pour tout savoir autour de l'arrêt du tabac = mieux vaut être plusieurs pour se creuser la tête !

Défi n°2 du 14 au 18 novembre 2022



"Pause au travail"

Imaginez une activité à faire pendant sa pause au travail avec ses collègues, la mettre en œuvre et prendre en photo ce moment !

Défi n°3 du 21 au 25 novembre 2022



" Œuvre collective "

Créez une affiche, une chanson, un slogan avec une idée forte pour le Mois sans tabac !

Bonus du 7 au 25 novembre 2022



" Le menu "

Composez des recettes équilibrées avec entrée, plat et dessert avec les lettres MOIST !