



MOIS SANS TABAC








Pays de la Loire


Document destiné aux professionnels

Novembre 2022

7^e édition

En quelques chiffres

-  [Mois sans tabac, une opération probante](#) (Page 2)
-  [Réseaux sociaux](#) (Page 3)
-  [Accompagnement des fumeurs](#) (Page 4)
-  [Résultats nationaux](#) (Page 5)
-  [Bilan régional](#) (Page 6-7)
-  [Offre renforcée pour les professionnels](#) (Page 8)
-  [Pilotage et réseaux](#) (Page 9)

Dans ce document,  cette main vous guide vers d'autres informations. Cliquez sur le texte souligné qui la suivra.

MOIS
SANS
TABAC



Mois Sans Tabac : une opération probante



Le modèle anglais est une référence.

« Moi(s) sans tabac » est une campagne de marketing social inspirée de la campagne « Stoptober » promue par le PHE (Public Health England) depuis 2012 et **dont l'efficacité avait été prouvée en Grande-Bretagne** avec 350 000 tentatives d'arrêt du tabac en plus au mois d'octobre lors de la première édition, comparé aux années précédentes.

👉 [De « Stoptober » à « Mois sans tabac » : comment importer une campagne de marketing social](#)

1,8 million de tentatives d'arrêt du tabac entre 2016 et 2019

Sur l'ensemble de la période 2016-2019, environ 1,8 million de tentatives d'arrêt étaient attribuables à Mois sans tabac, soit **plus du double du nombre d'inscriptions en ligne à l'opération** (n784 874). Cela signifie que l'impact de l'opération va au-delà des seuls inscrits en ligne et qu'il est utile de disposer d'un outil de suivi de ses effets sur les tentatives d'arrêt réalisées par les fumeurs en population générale.



👉 [Pour aller plus loin, lire le bulletin en entier](#)

En Pays de la Loire, les fumeurs sont plus nombreux à s'inscrire.



Taux d'inscription chez les fumeurs quotidiens de 2,6 %, le plus élevé parmi les régions de la France métropolitaine

- Plus de 600 appels au 3989, soit augmentation de 2,5 par rapport à 2015 (année précédant le lancement du dispositif Mois sans tabac)
- +5 % d'activations de l'application Tabac info service par rapport à 2017
- Faible baisse du nombre de commandes de matériels (-4 %) et de kits (-5 %) effectuées par les partenaires régionaux par rapport à 2017
- +52 % d'inscrits par rapport à 2017

👉 [Bulletin en ligne avec toutes les informations](#)



Réseaux sociaux

**Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé.
Vous ne serez pas seul pour arrêter.**

**L'esprit d'équipe
vous motive à
arrêter de fumer ?
Nos groupes
Facebook sont là
pour vous aider !**



Facebook est le réseau le plus utilisé par les fumeurs.

Le groupe des Habitants des Pays de la Loire

Le groupe est protégé pour que les membres s'expriment en sécurité. Ils posent leurs questions et se soutiennent toute l'année.

👉 [Présentation en ligne](#)

Twitter et Instagram soutiennent la motivation.

👉 [Compte officiel sur Instagram](#)

👉 [Compte officiel sur Twitter](#)

| | | | |
|----------|---------|---------|--------|
| Astrid | Isaac | Julia | Claire |
| Vanessa | Johana | Yannick | Myriam |
| Jonathan | Hugo | | |
| Clément | Anthony | | |

Rejoignez-les !

**Un mois pour se libérer du
#PoidsDeLaDépendance
et ne plus avoir peur
de la prise de poids
lors de l'arrêt
du tabac !**

Des séances de
coaching proposées
par @lucilewoodward



Coaching avec Lucile Woodward

👉 [Vidéos en ligne](#)

Youtube diffuse les campagnes.



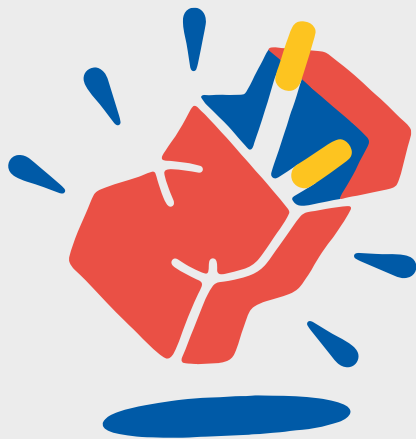
Dans les années 90, une adolescente dans sa chambre en compagnie de ses deux copines, fume sa première cigarette. On la retrouve aujourd'hui, devenue adulte. Elle arrête de fumer en appelant un tabacologue au 39 89 avec le soutien de son mari. 👉 [Voir la vidéo « Jamais seul »](#)



L'accompagnement des fumeurs

Le conseil d'un professionnel augmente de 70 % les chances de réussir à arrêter de fumer.

Consulter un professionnel de santé c'est se donner toutes les chances d'arrêter de fumer



👉 [Télécharger le flyer dans la rubrique outils de communication](#)

Nombreuses propositions sur le site internet

Les rendez-vous sont facilités :

- Auprès d'un tabacologue ou dans un centre d'addictologie : Annuaire en ligne
- Par téléphone au 39 89

39 89

UN ACCOMPAGNEMENT TÉLÉPHONIQUE
Au 39 89, un tabacologue vous accompagne gratuitement tout au long de votre arrêt grâce à plusieurs rendez-vous. Il répond à vos questions et met en place avec vous un programme personnalisé du lundi au samedi, de 8h à 20h.

LE PROGRAMME 40 JOURS
40 pages avec chaque jour un conseil, un défi ou une info pratique pour vous aider à tenir bon au quotidien. 10 jours pour bien se préparer et 30 jours pour persévérer.

UN COMPTE INSTAGRAM
Booster votre motivation grâce à nos posts et nos stories et découvrez en détails les différents outils sur notre compte @tabacinfoservice.

LA ROUE DES ÉCONOMIES
Ce n'est pas une roue de la fortune ! C'est une roue qui vous aide à calculer le montant économisé lorsque vous arrêtez de fumer. Avec elle, vous êtes sûr de gagner à tous les coups !

UNE PAGE FACEBOOK : TABAC INFO SERVICE #MOISSANSTABAC
Dédiée à tous les anciens fumeurs ou les personnes désirant arrêter la cigarette, vous pouvez y partager des astuces, vos doutes et inquiétudes et bénéficier d'expériences d'anciens fumeurs grâce à de nombreux témoignages.

L'APPLI
Un soutien personnalisé à portée de mains. Suivez quotidiennement vos progrès grâce à votre tableau de bord ! Et si vous avez peur de craquer, retrouvez des conseils pour vous aider.

LE SITE
Trouvez les réponses à vos questions sur le tabac et ses effets, renforcez votre motivation et découvrez les différentes stratégies d'arrêt sur tabac-info-service.fr

👉 [Cet accompagnement existe toute l'année.](#)



Résultats nationaux

Chiffres 2022 de la participation au Mois sans tabac fournis par :  Santé publique France

La 7^e édition en quelques chiffres



134 749 inscrits au programme de soutien par mail



162 012 inscrits sur le site internet

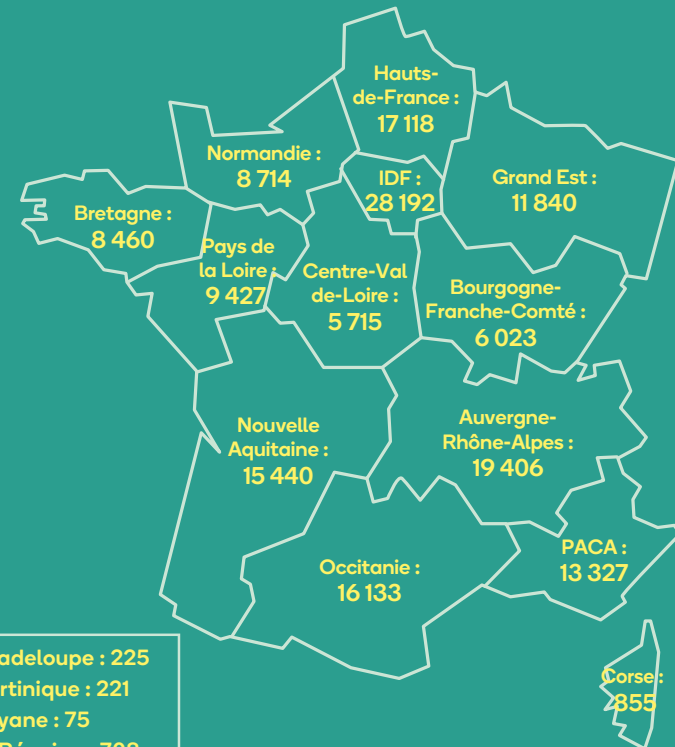


130 622 téléchargements de l'application

605 677 kits d'arrêt du tabac commandés par les fumeurs depuis 2016


| | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 |
|---------------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|
| Commandes en ligne | 91898 | 66166 | 110164 | 83586 | 49000 | 90218 | 114645 |

Une participation sur tout le territoire

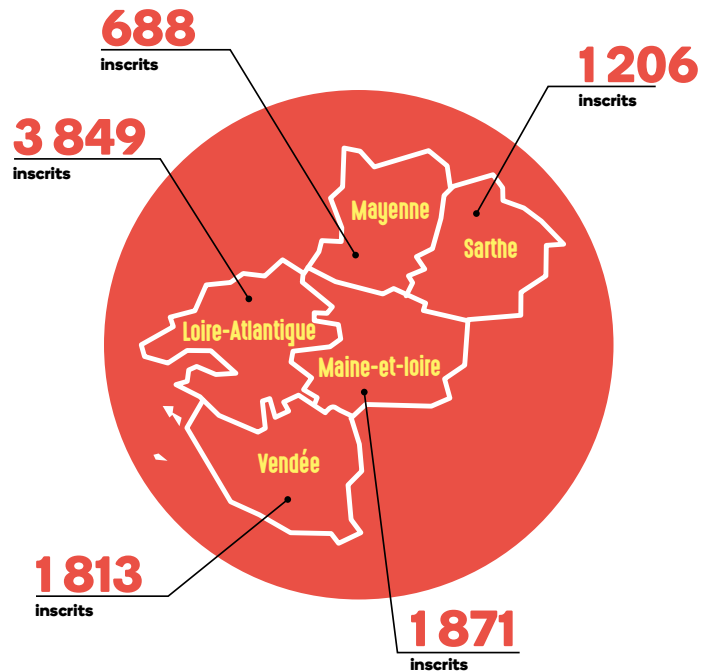




Bilan régional

Chiffres 2022 de la participation au Mois sans tabac fournis par : 

9 427 Ligériens inscrits sur le site Mois sans tabac



La campagne dans les TER des Pays de la Loire



L'Agence Régionale de Santé organise cette campagne pour toucher les Ligériens actifs et étudiants qui sont plus fumeurs que la moyenne. Elle favorise ainsi l'adhésion des personnes au défi collectif.



428 faces du 30 octobre au 3 décembre 2022 ont été posées sur 14 ligne de train

On parle du Mois sans tabac dans les médias régionaux

 [Notre revue de presse est en ligne](#)



 [Interview sur TV Vendée à revoir](#)



890 pharmacies

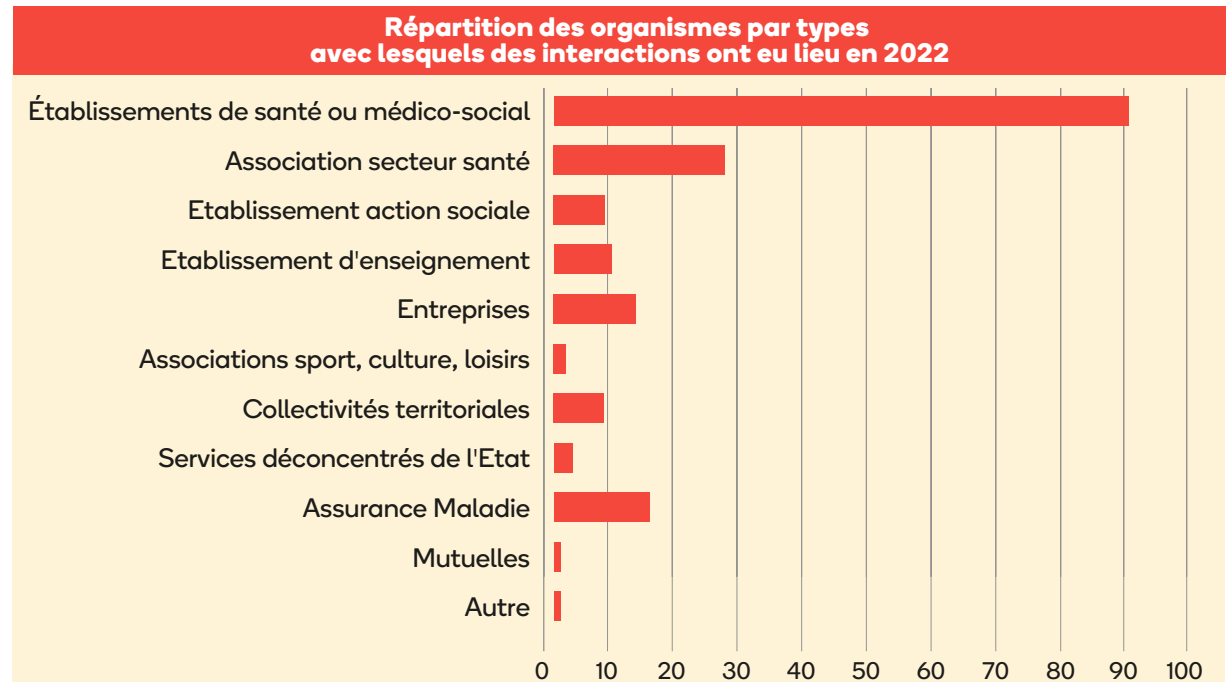
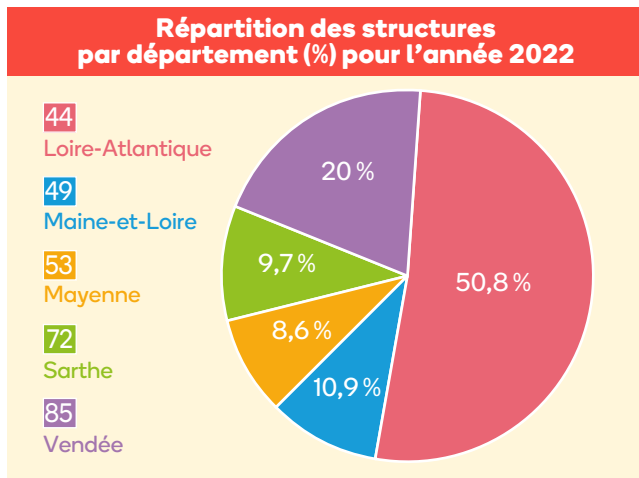
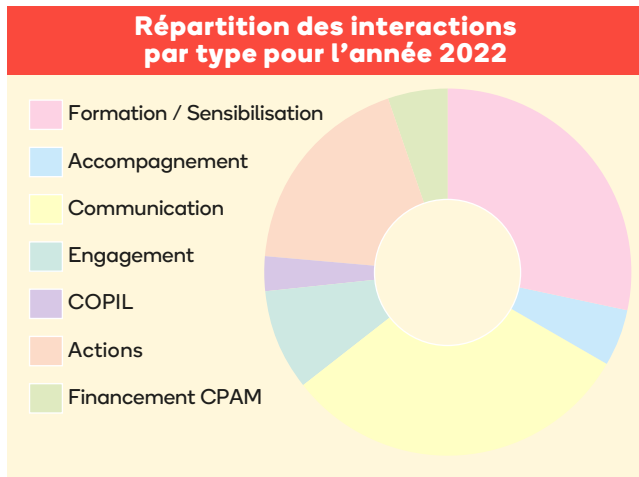
ont affiché la campagne sur leur vitrine



180 partenaires régionaux

Qui sont-ils ?

Une des missions de la structure ambassadrice est d'accompagner les acteurs locaux pour la réussite de leurs projets. Les graphiques ci-dessous traduisent les échanges pour des conseils, des formations, des outils et la mise en relation avec des partenaires.



362
Commandes d'outils
en Pays de la Loire
sur 4 582 commandes
au niveau national



13
projets financés
par les CPAM

**MOIS
SANS
TABAC**



Offre renforcée pour les professionnels

**Prescription
de substituts
nicotiques**

33 participants

*Webinaire
du 13 octobre 2022
avec la SRAE
addictologie*

Essentiel tabac

36 participants

*Webinaire
du 13 octobre 2022
avec la SRAE
addictologie*

**Tabac
et précarité**

12 participants

*En présentiel
le 7 octobre 2022
à Saint-Nazaire
en partenariat
avec le Département
de Loire-Atlantique*

**Tracas
du sevrage
tabagique**

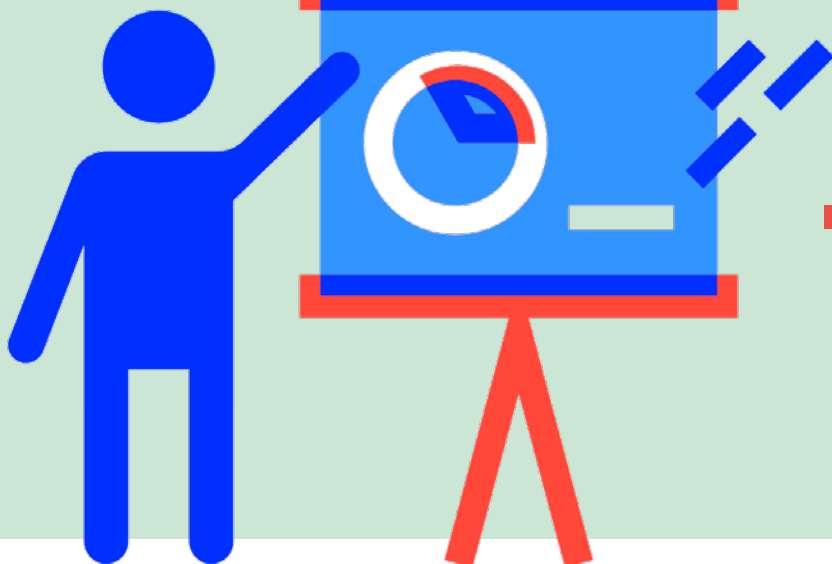
25 participants

*Webinaire
du 27 octobre 2022
avec Je Ne Fume Plus*

RPIB Tabac

5 participants

*En présentiel
le 22 septembre 2022
à la SRAE
addictologie*



Accompagnement pour préparer les actions de terrain

Tout l'année, cet accompagnement est offert aux acteurs locaux : voir les formations à venir sur [le site de la SRAE](#) et les missions de [l'association Je Ne Fume Plus](#). Cette offre est renforcée pendant l'opération Mois sans tabac grâce aux professionnels locaux de l'addictologie.

Ressources en ligne et outils disponibles à l'année

- [Site internet Mois sans tabac Pays de la Loire](#)
- [Site internet Pro Tabac info service](#)
- [MOOC Mois sans tabac réalisé par l'IREPS BFC](#)

WEBINAIRE de l'Ambassadrice

Présentation de la campagne nationale, échanges professionnels, choix ces outils et mise en réseau des acteurs locaux.

**En 2022, 5 sessions ont été réalisées
pour 63 professionnels.**



Pilotage et réseaux

- Asalée
- Chambre régionale des métiers et de l'artisanat des Pays de la Loire
- CHU d'Angers - unité de coordination tabacologique
- CHU de Nantes - unité de coordination tabacologique
- CPAM de la Sarthe
- Fédération Addiction
- IREPS des Pays de la Loire
- Mairie d'Angers - direction santé publique
- Mairie de Nantes - direction santé publique
- Mutualité Française des Pays de la Loire
- Protection Judiciaire de la Jeunesse - direction Loire-Atlantique Vendée
- Rectorat de l'Académie de Nantes

Remerciements aux membres du Comité de pilotage des Pays de la Loire



- Réseau Sécurité Naissance des Pays de la Loire
- SRAE addictologie des Pays de la Loire
- SUMPPS de l'université d'Angers
- URPS chirurgiens dentistes des Pays de la Loire
- URPS infirmiers libéraux des Pays de la Loire
- URPS masseurs kinés des Pays de la Loire
- URPS pharmaciens des Pays de la Loire
- URPS sages femmes des Pays de la Loire

Pilote



Ambassadrice



RÉGION PAYS DE LA LOIRE

[Le Fonds de lutte contre les addictions](#)