

# Arrêtons de fumer

# ensemble sur Facebook

MOIS  
SANS  
TABAC



**Le groupe Facebook favorise "Les habitants des Pays de la Loire" sur la page @Tabacinfoservice favorise l'entraide et soutient la démarche de ceux qui tentent un arrêt du tabac.**

EN France, chaque région a son groupe qui a été créée en 2017 par Santé Publique France à l'occasion de la deuxième édition du Mois Sans Tabac. En Pays de la Loire, Association Addictions France est l'administrateur de ce groupe qui compte plus de 1400 membres.



## Je rejoins une communauté solidaire et bienveillante

Soutien, conseils et bonne humeur sont nos mots d'ordre.



## Je suis soutenu(e) quand j'en ai besoin.

il s'agit ici de trouver de l'entraide, un esprit de communauté et de soutien entre deux rendez-vous.



## Je suis motivé(e) par les autres fumeurs et ex-fumeurs.

Renforcer sa motivation et échanger ses savoirs, son expérience et ses trucs et astuces.



## Je suis protégé(e) dans un espace sécurisé.

le groupe est géré par Tabac Info Service, l'information y est donc fiable et validée. Pour devenir membre du groupe, il faut en faire la demande auprès de l'administrateur.



## Je rejoins une communauté locale.

ce groupe est géré par région, l'information y sera donc uniquement locale et permettra d'obtenir les ressources au plus proche de vous.

**Rejoignez-nous sur Facebook !**



Chaque jour,  
on continue  
d'arrêter

tabac  
info  
service

