



Angers, le 5 novembre 2019

## #MoisSansTabac : le défi commence à Angers !

Vendredi 1<sup>er</sup> novembre, le Ministère des Solidarités et de la Santé et Santé publique France, en partenariat avec l'Assurance Maladie, ont donné le coup d'envoi de la 4<sup>e</sup> édition de #MoisSansTabac. Désormais incontournable, ce dispositif, qui offre aux fumeurs un accompagnement au sevrage jour après jour, compte 7 048 inscrits au 25 octobre 2019 sur [la plateforme dédiée](#) en Pays de la Loire. La Ville d'Angers s'y associe.

Avec 38 909 inscriptions sur les trois premières éditions en Pays de la Loire, #MoisSansTabac a contribué, avec les mesures du Programme national de lutte contre le tabagisme (PNLT), à la baisse historique du tabagisme en France : **1,6 million de fumeurs quotidiens en moins entre 2016 et 2018. Cette année, plusieurs dizaines de milliers de fumeurs vont se lancer dans l'aventure !**

Le Baromètre de Santé publique France 2017 avait déjà établi le **caractère incitatif de l'opération** : près d'un fumeur quotidien sur six avait fait une tentative d'arrêt d'au moins 24 heures au moment de la première édition fin 2016 et parmi eux, près d'un sur cinq lui attribuait directement cette tentative d'arrêt, **soit environ 380 000 tentatives d'arrêt liées à #MoisSansTabac en 2016. Ainsi, l'événement a-t-il permis une augmentation de 20 à 25% des tentatives d'arrêt observées sur cette période.**

De nouvelles données montrent aujourd'hui **l'efficacité de #MoisSansTabac : arrêter le tabac lors de l'opération multiplie ainsi par deux la réussite du sevrage tabagique** par rapport aux taux de succès observés pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure. Parmi les fumeurs ayant fait une tentative d'arrêt lors de la première édition en 2016, 6% à 10% d'entre eux étaient toujours abstinents un an plus tard alors que les taux observés dans les études scientifiques sont de 3% à 5% lors de tentative d'arrêt sans aide extérieure.

### Pourquoi #MoisSansTabac ça marche ?

#### Le décryptage d'un tabacologue

Participer à un mouvement collectif facilite la démarche d'arrêt. Les fumeurs sont nombreux à vivre en même temps les bénéfices et les difficultés de l'arrêt. Et l'entourage des fumeurs est mobilisé pour soutenir la tentative d'arrêt du tabac.

30 jours, c'est la durée au-delà de laquelle les symptômes de manque sont considérablement réduits, il devient alors plus facile de rester non fumeur.

Les professionnels de santé sont mobilisés pour accompagner tous les fumeurs dans leur démarche, pendant #MoisSansTabac, mais aussi après.

De nombreux outils sont développés pour soutenir les fumeurs dans leur défi (kit, brochures...) et le recours au dispositif d'aide à distance Tabac info service (3989, appli, site, communauté Facebook) est toujours possible.

Enfin, des milliers de partenaires sont mobilisés pour organiser des événements qui rendent l'arrêt plus facile.

### Des initiatives sur tout le territoire pour soutenir les participants

Pour encourager les participants dans leur démarche, Santé publique France et les [partenaires](#) de #MoisSansTabac organisent des actions durant tout le mois de novembre en Pays de la Loire pour accompagner les participants.

Sur le terrain, **les collectivités locales et les Ambassadeurs régionaux déploient des Villages #MoisSansTabac** pour permettre aux fumeurs ou à leurs proches de s'informer, de rencontrer un professionnel de santé et de rejoindre le défi.

Les pharmacies distribueront également des kits d'aide à l'arrêt pour les fumeurs qui participent à l'aventure #MoisSansTabac.

### Les actions proposées par la Ville d'Angers

La politique et l'action de santé publique de la Ville d'Angers sont historiquement ancrées dans la prévention, l'éducation et la promotion de la santé et inscrites dans une démarche intersectorielle et globale.

Dans le cadre de la politique municipale de santé et dans la continuité des actions déjà réalisées, la direction Santé publique de la Ville d'Angers relaie la campagne du Moi(s) sans tabac pour la quatrième année, avec à ses côtés de nombreux partenaires locaux très impliqués.

#### Les événements phares de #MoisSansTabac à Angers

**1 grand village** #MoisSansTabac le 6 novembre sur la place du Ralliement de 10 h à 18 h

Lien de l'événement sur Facebook : <https://www.facebook.com/events/546233049453743/>

#### Animations dans le village :

- Consultations gratuites avec des tabacologues
- Nutritionniste
- Spécialistes de l'activité physique
- Qi gong
- Associations de prévention et de prises en charge
- Expositions sur le thème du tabac
- Tests de dépendance au tabac
- Création de cendriers portatifs de récupération
- Jeux, quizz collectif, etc.

**1 village** #MoisSansTabac le 12 novembre à la maison de santé des Hauts-de-Saint-Aubin de 14 h à 18 h (arrêt de tram « Hauts-de-Saint-Aubin »)

**3 interventions de l'équipe de prévention des Noxambules** spéciales #MoisSansTabac les jeudi 7, 14 et 21 novembre de 20 h 30 à 0 h 30 en déambulation en centre ville avec un stand au Ralliement à partir de 22 h.

### Contacts presse

Valérie Guitet  
Chargée de mission, Coordination Prévention Addiction  
07 64 14 31 77 / 02 40 08 08 11  
[Valerie.GUITET@anpaa.asso.fr](mailto:Valerie.GUITET@anpaa.asso.fr)

Service des Relations presse  
02 41 05 47 21  
[relations.presse@ville.angers.fr](mailto:relations.presse@ville.angers.fr)  
<http://presse.angers.fr>  
@Presse\_Angers