

Mois sans tabac 2021

- 6^e édition -



Lancement en Nouvelle-Aquitaine



Sommaire

- **Nouveautés de l'opération #MoisSansTabac 2021 de Santé publique France**
- **Point sur le dispositif de commande**
- **Point sur les ressources spécifiques en Nouvelle-Aquitaine** (ressources, outils, goodies, formations, besoins, appui aux professionnels)



Questions diverses



Le Mois sans tabac

QU'EST-CE QUE C'EST ?

- C'est un **défi collectif et positif** qui propose aux fumeurs de **tenter l'arrêt du tabac pendant les 30 jours du mois de novembre.**

« En novembre, on arrête ensemble ! »

POUR QUI ?

- Pour tout le monde, **fumeurs** et **non-fumeurs.**

QUAND ?

- **S'inscrire au défi** en ligne sur tabac-info-service.fr afin de bénéficier d'aide en ligne (infos, coaching mail, envoi du kit,...) et faire partie de la communauté de challengers
- Se préparer **en octobre** pour relever le défi des 30 jours d'arrêt du **mois de novembre.**

OU ?

- Partout en France : cabinet médical, entreprises, associations, institutions, boulangeries, centres hospitaliers





Quelques chiffres clefs



1,6 Millions de fumeurs en moins en 2ans en France (2016-2018)



+ 1million de fumeurs quotidiens en NA (chiffres 2017-BSP)



+ de 850 000 inscrits au défi national de puis 2016



87 784 Néo-Aquitains inscrits au défi depuis 2016



Réseau de +1000 professionnels engagés en NA





Comment ça se déroule ?

Septembre

On prépare l'édition !

Commande gratuite des **outils de communication** (flyers, affiches, kits, brochures) auprès de SpF en créant un compte sur le site partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr.

Novembre

On soutient les fumeurs!

Pendant les 30 jours du challenge, **on reste présent et on continue d'encourager les fumeurs** dans leur défi : consultations, ateliers, jeux...

Octobre

On recrute des fumeurs pour relever le défi

On **prépare les fumeurs** pour augmenter leurs chances de succès :

- Communiquer sur la campagne Mois sans tabac
- Inviter les fumeurs à participer au défi
- Inciter les fumeurs à s'inscrire sur tabac-info-service.fr
- Aider les fumeurs à se préparer au défi

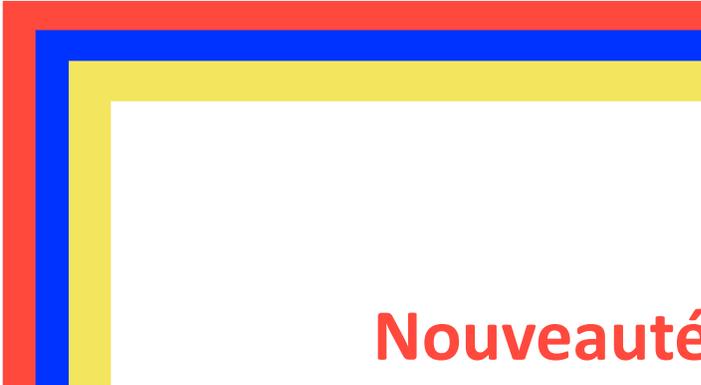
Décembre

On félicite et on encourage !

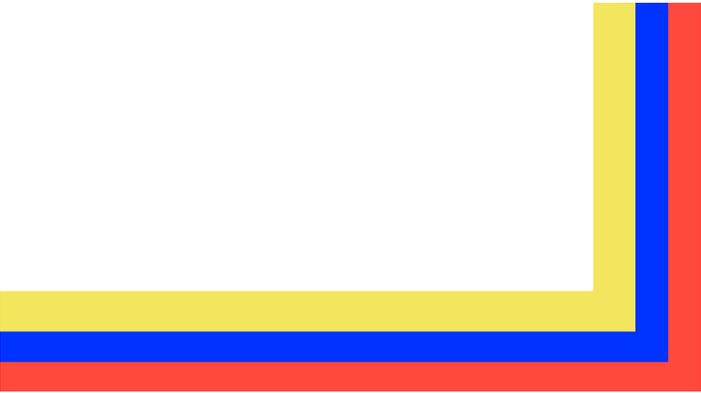
C'est la fin du #MoisSansTabac !

On **encourage** tous les participants à poursuivre leur arrêt !





**Nouveautés de l'opération #MoisSansTabac 2021
de Santé publique France**



1

OCTOBRE

Objectifs de recrutement des participants et de préparation du sevrage

Inciter à l'inscription à travers les témoignages et le kit

Accompagner concrètement la préparation de l'arrêt

Initier la formation de l'habitude

2

NOVEMBRE

Objectif d'accompagnement des participants pendant 30 jours

Mise en avant des outils d'aide à l'arrêt

Soutenir les participants à l'aide de conseils concrets.

Former l'habitude

3

DECEMBRE

Objectif de poursuivre le sevrage

Valoriser les participants et le chemin parcouru

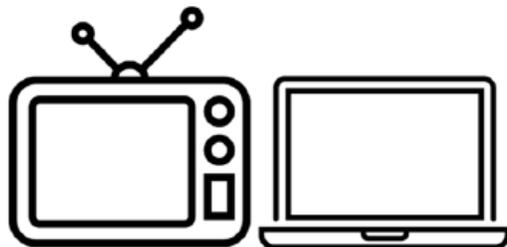
Informer sur la pérennité des outils d'aide à l'arrêt

Maintenir l'habitude

Changement du comportement



Les médias mobilisés



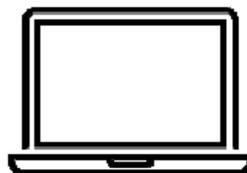
TV / VOL

3 spots en TV et VOL



Radio

Plusieurs spots pour valoriser le rôle des professionnels de santé



Digital

Bannières digitales et posts sur Facebook, Instagram et Twitter

Affichage en pharmacie et lieux de santé

18 000 pharmacies équipées en vitrophanie et en kits à distribuer



Partenariat média en TV

Présence sur les chaînes des groupes TF1, M6 et France TV



Affichage en centre commerciaux et commerces de proximité

Vidéo d'incitation à l'inscription





DIGITAL

Maintien du ciblage CSP- grâce au ciblage programmatique, aux carrefours d'audiences dédiés, ciblage contextuel, comportemental, utilisation de la donnée



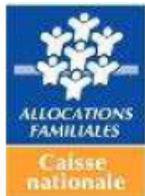
OPERATION SPECIALE

Maintien de la diffusion sur les chaînes
Choix des animateurs en fonction de la consommation média de la cible.



LIEUX DE SANTE

Maintien de la diffusion des vidéos pédagogiques dans les hôpitaux, maison de santé, salles d'attente



PARTENARIATS AD HOC

Pour relayer nos messages au plus près du terrain
Notamment grâce à vous !

L'accent mis sur les CSP -





TV - VOL

3 spots de 30 secondes

Du 3 au 31 octobre
Sur les chaînes historiques et les chaînes numériques
Pour inciter à l'inscription
585 GRP

On garde :

- L'axe des témoignages maintenus
- Les 3 films les plus appréciés

On change :

- La fin des spots pour inciter davantage à s'inscrire





OPS

10 spots de 30 secondes



Du 20 octobre au 20 novembre
Pour inciter à l'inscription, maintenir la motivation et
présenter différentes stratégies d'arrêt



On garde :

- La présence d'animateurs de différents groupes de chaîne
- Différents spots sur différentes thématiques
- L'axe des témoignages

On change :

- Les animateurs
- Le concept : les parrains



T F 1
P U B

france•tv
publicité





RADIO

5 spots



On garde :

- Le principe des témoignages

On change :

- 1 spot pour parler de la BPCO
- Le ciblage
- Une présence en Outre-mer

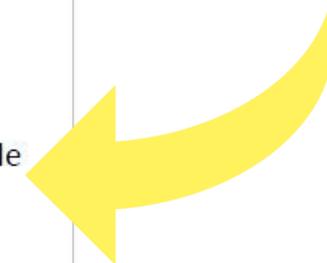
ACTEURS DU PLAN

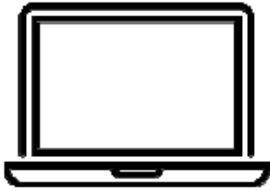


Objectif: Visibilité

Mettre en lumière l'apport des PDS dans le sevrage tabagique

- 2 spots médecin généraliste
- 1 spot pharmacien
- 1 spot dentiste
- 1 spot sage femme





RESEAUX SOCIAUX

On garde :

- Le calendrier éditorial sur Facebook et Instagram
Posts meme, outils, bénéfiques, témoignages, vidéos
- Le Facebook Live du 1^{er} novembre

On ajoute :

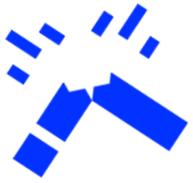
Un partenariat avec Wanted Community (1 million de contacts) pour promouvoir l'arrêt et l'entre-aide pendant l'arrêt.



Wanted Community

1 million de membres
86 groupes Facebook locaux
Présence dans les grandes
agglomérations

Résultats :
100 000 de reach / post



Optimiser la campagne 2020



PHARMACIE

18 000 pharmacies aux couleurs de MST et distribuant le kit

On garde :

- Tout 😊

On change :

- Mise à disposition du kit 2020 et 2021



**Le
premier pas
pour arrêter
de fumer,
c'est
d'entrer ici.**

**Récupérez ici
votre kit d'aide à l'arrêt
et demandez conseil
à votre pharmacien.**

Rejoignez le mouvement
sur tabac-info-service.fr





AFFICHAGE

Dans les centres commerciaux

163 centres avec en tout 509 écrans

Dans les commerces de proximité

726 lieux (boulangeries et bureaux de presse)
avec 866 écrans



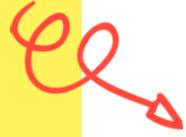


DISPOSITIF DE COMMANDE

Partenaires



Modalités de commande – Edition 2021



OUVERTURE DU SITE PARTENAIRES depuis le 20/09

sur <https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/>

Documents disponibles à la commande :

- **Kits 2021**



- **Flyers**



- **Dépliants** (*grossesse et tabac, arrêter de fumer sans grossir, tabac & ados, tabagisme passif...*)

- **Brochures** : « Arrêter de fumer : pour mieux comprendre »



Coût pris en charge par SpF (production et livraison sur site)

Délai livraison : 5 à 6 jours

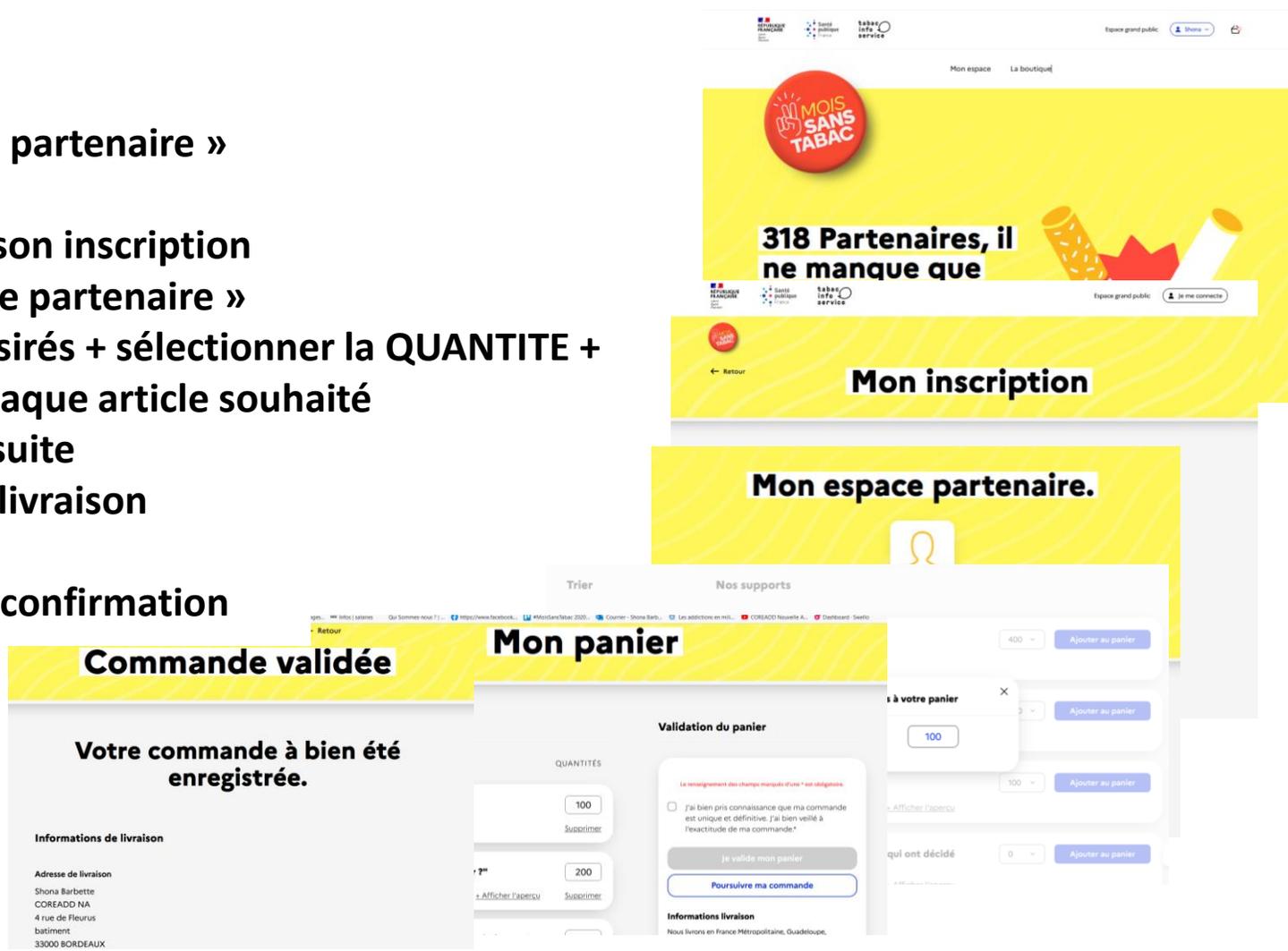
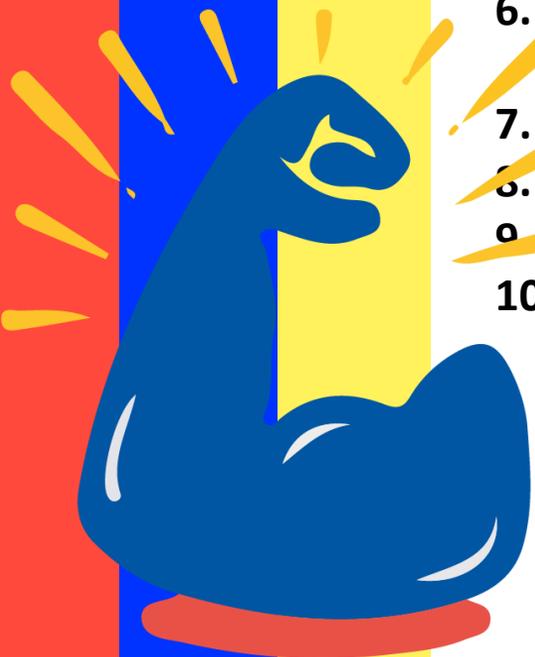
Modalités de commande – Edition 2021



10 ETAPES pour commander des outils sur

<https://partenaires-mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr/>

1. Aller sur le site
2. Cliquez sur « Je deviens partenaire »
3. S'inscrire en ligne
4. S'enregistrer et valider son inscription
5. Cliquer sur « la boutique partenaire »
6. Cliquer sur les outils désirés + sélectionner la QUANTITE + AJOUTER AU PANIER chaque article souhaité
7. Valider votre panier ensuite
8. Compléter vos infos de livraison
9. Commande validée
10. Réception d'un mail de confirmation





Kit d'aides à l'arrêt 2021

39 89

UN ACCOMPAGNEMENT TÉLÉPHONIQUE
Au 39 89, un tabacologue vous accompagne gratuitement tout au long de votre arrêt. Grâce à plusieurs appels gratuits, il répond à vos questions et met en place avec vous un programme personnalisé de 28 à 35 jours.

LE PROGRAMME 40 JOURS
40 jours pour arrêter pour un moment, un an ou à jamais. Jusqu'à 300 euros de prise en charge à forfait lors de consultations. Et jusqu'à 30 jours pour arrêter le programme et 30 jours pour reprendre.

LA ROUE DES ÉCONOMIES
Ce n'est pas une ruse de la Fortune ! C'est un jeu qui vous aide à calculer le montant des économies réalisées en arrêtant de fumer. Avec elle, vous êtes sûr de gagner à tous les coups !

UNE PAGE FACEBOOK TABAC INFO SERVICE #MOISSANS TABAC
Détailé à tous les services Formasec ou les professionnels de santé de votre région, nos conseils et guides de tabacologie, nos services et outils d'aide et de soutien, et plus encore. Retrouvez l'ensemble de nos services sur notre page Facebook.

L'APPLI
Un soutien personnalisé à portée de main. Suivez quotidiennement vos progrès grâce à votre téléphone mobile ! Et obtenez encore plus de conseils et de ressources des experts Formasec.

LE SITE
Tous nos services, à vos côtés sur le terrain et en ligne, tous les jours de la semaine et du matin au soir. Retrouvez toutes nos ressources et outils d'aide et de soutien sur mois-sans-tabac.info-service.fr

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

Profitez de **Mois sans tabac** pour mettre toutes les chances de votre côté. Plusieurs possibilités :

Pendant **Mois sans tabac**, bénéficiez d'entrées d'aide à l'arrêt du tabac offerts dans différentes structures, partout en France.

Consultez votre médecin traitant

Prenez rendez-vous avec un tabacologue

Appeler le **39 89** (service gratuit)

Sur le site **Mois sans tabac**
Vous trouverez un annuaire pour trouver un professionnel de santé près de chez vous et les informations sur les modalités de prise en charge.

Rendez-vous sur : mois-sans-tabac.info-service.fr

Toute l'année, de nombreux professionnels de santé peuvent vous accompagner vers l'arrêt du tabac. Parlez-en à votre médecin traitant, pharmacien, dentiste, masseur-kinésithérapeute, infirmier ou sage-femme.

LE CONTENU

- Le programme 40 Jours (format livret)
- La roue des économies
- Le flyer outils (NOUVEAU)
- Le flyer consultation (NOUVEAU)

J-7

Testez votre dépendance physique au tabac

Aujourd'hui, évaluez votre dépendance grâce au test de Fagerlin. Avec l'aide des résultats, vous pourrez choisir la meilleure stratégie d'arrêt pour aller au bout du challenge !

Comment se préparer en fonction de sa dépendance ?

Je fais le test

Score	Interprétation
0 à 2	Vous êtes peu dépendant. Vous pouvez arrêter de fumer sans aide.
3 à 4	Vous êtes moyennement dépendant. Vous pouvez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.
5 à 7	Vous êtes fortement dépendant. Vous devez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.
8 à 10	Vous êtes très dépendant. Vous devez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.

Score entre 0 et 2
Vous êtes peu dépendant. Vous pouvez arrêter de fumer sans aide.

Score entre 3 et 4
Vous êtes moyennement dépendant. Vous pouvez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.

Score entre 5 et 7
Vous êtes fortement dépendant. Vous devez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.

Score entre 8 et 10
Vous êtes très dépendant. Vous devez arrêter de fumer avec l'aide d'un professionnel de santé.

J-6

Trouvez le soutien qui vous convient

Si vous le souhaitez, vous pouvez prévenir vos proches. Ils peuvent devenir vos meilleurs alliés.

Le soutien se trouve partout.

C'est souvent difficile d'arrêter de fumer, mais quand on se lance, on a besoin de soutien, d'encouragements et de compléments.

Avant toute chose, il est important d'être entendu, compris et soutenu. Parlez-en à votre médecin traitant, pharmacien, dentiste, masseur-kinésithérapeute, infirmier ou sage-femme.

Et si ce n'est pas le cas, parce que parfois certains peuvent se moquer de vous, ou que vous ne trouvez pas de soutien, n'hésitez pas à demander conseil à un professionnel de santé.

C'est n'est pas grand-chose mais ça vous évite des tentations !

Et pourquoi pas leur proposer de participer avec vous à un challenge ?

Et puis, quand vous avez besoin de vous changer les idées, parlez avec vos amis, votre famille ou vos collègues.

En plus, vos proches vous encouragent. Ils savent trouver les mots pour vous soutenir et vous reconforter.

Et si ce n'est pas le cas, parce que parfois certains peuvent se moquer de vous, ou que vous ne trouvez pas de soutien, n'hésitez pas à demander conseil à un professionnel de santé.

Parlez-en à votre médecin traitant, pharmacien, dentiste, masseur-kinésithérapeute, infirmier ou sage-femme.

- 700 000 EX. PHARMACIE
- 500 000 EX. POUR LA COMMANDE PARTENAIRES ET PARTICULIERS





Kit 2021 : 2 nouveaux flyers

Flyer « outil »

VOTRE PROGRAMME
10 jours pour arrêter de fumer

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.

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 !

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

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.

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

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.

Flyer « consultation »

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

Profitez de **Mois sans tabac** pour mettre toutes les chances de votre côté. Plusieurs possibilités :

Pendant Mois sans tabac, bénéficiez d'entretiens d'aide à l'arrêt du tabac offerts dans différentes structures, partout en France.

Consulter votre médecin traitant

Prendre rendez-vous avec un tabacologue

Appeler le **39 89** (service gratuit)

Sur le site Mois sans tabac

Vous trouverez un annuaire pour trouver un professionnel de santé près de chez vous et les informations sur les modalités de prise en charge.

Rendez-vous sur :

mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr

Toute l'année, de nombreux professionnels de santé peuvent vous accompagner vers l'**arrêt du tabac**. Parlez-en à votre **médecin traitant, pharmacien, dentiste, masseur-kinésithérapeute, infirmier ou sage-femme.**

MOIS SANS TABAC



Site Mois sans tabac
Fumeur ou entourage





Site inscription défi national

SITE

- Sur moissanstabac.tabac-info-service.fr
- Pour les fumeurs challengers et les non-fumeurs qui soutiennent le défi
- Communauté
- Diverses aides possibles

Valorisation de :

- la consultation gratuite
- Le programme 40 jours
- Le contenu exclusif
- Les outils d'aide

Logo: MOIS SANS TABAC

Navigation: Téléchargez l'app | Appointez-vous | Je me connecte

Logo: REPUBLICA FRANCORUM | Santé publique | tabac info service

Jour 10 d'une vie sans tabac.

Vous aussi, rejoignez une équipe de 1,6 million de vainqueurs.

C'est parti ! Je me connecte

Pourquoi s'inscrire à #MoisSansTabac ?

En novembre, on arrête de fumer tous ensemble

- Je consulte gratuitement un tabacologue pour définir avec lui un plan d'action
- Je bénéficie du programme de 40 jours pour booster votre motivation
- J'accède à des contenus exclusifs pour combattre le stress en me divertissant
- Je dispose d'outils pour m'accompagner et m'aider dans ma démarche

S'inscrire maintenant



L'ACCOMPAGNEMENT

Choix du programme

MOIS SANS TABAC

Votre programme

INSCRIPTIONS VOTRE PROGRAMME

Choisissez la formule qui vous convient le mieux. Les infos récoltées lors de cette phase sont faites pour assurer un suivi personnalisé durant ce premier mois d'arrêt.

Choisissez votre formule

1 fois par jour
Gros coup de main
Recevez conseil et accompagnement personnalisé. Un coach vous aide à arrêter de fumer.

3 fois par semaine
Petit coup de pouce
Recevez conseil et accompagnement personnalisé. Un coach vous aide à arrêter de fumer.

Autonomie
J'arrete seul
Recevez conseil et accompagnement personnalisé. Un coach vous aide à arrêter de fumer.

J'autorise l'accès à l'application
Avec votre compte #MoisSansTabac, accédez gratuitement au e-coaching sur l'appli Tabac Info Service, le parfait complément pour vous aider à arrêter de fumer.

Valider





Différents modules sur le site pour le fumeur relevant le défi !

Programme

Chaque jour qui passe me rapproche de mon objectif

Jour 10

Bravo ! Vous avez réussi, déjà 10 jours que vous ne fumes plus. C'est l'occasion de retrouver quelques amis pour fêter cette étape.

Faites le point sur votre tabagisme avec votre « journal de fumeur »

Étendre mon kit

Les 10 sites

Votre programme

Revenez dans le programme des prochains jours, les derniers jours de l'abonnement à venir à venir.

11e jour

Faites le point sur votre tabagisme avec votre « journal de fumeur »

Je découvre mon profil

12e jour

#MoisSansTabac sur Facebook

Nous rejoindre

Jeux

Envie de passer le temps ? De penser à autre chose ?

Retrouvez des documentaires, des jeux, des podcasts et d'autres contenus car on est jamais à l'abri d'une envie de cigarette. Pour tenir bon, changez-vous les idées !

Documentaire The nose

Faites un crois sur vos envie de fumer.

15 Sudoku

Faites un crois sur vos envie de fumer.

Article In quo pertineant non emolumento.

Faites un crois sur vos envie de fumer.

Article The nose

Faites un crois sur vos envie de fumer.

15 mots croisés

Faites un crois sur vos envie de fumer.

Documentaire Green

Faites un crois sur vos envie de fumer.

10 Coloriages

Faites un crois sur vos envie de fumer.

Article The nose

Faites un crois sur vos envie de fumer.

12 mots fléchés

Faites un crois sur vos envie de fumer.

Outils

Mes outils pour m'aider à arrêter

Nos outils

Ces solutions sont simples, sûres et efficaces, pour vous aider à faire passer définitivement...

Votre kit d'aide à l'arrêt

Il s'agit d'acquiescer avec l'arrêt de la cigarette, de ne plus penser à fumer, de ne plus avoir envie de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer.

Votre programme sur 40 jours

Une liste de conseils d'arrêts

Une réponse rapide pour gérer votre

Le test de Fagerstrom

Il s'agit d'acquiescer avec l'arrêt de la cigarette, de ne plus penser à fumer, de ne plus avoir envie de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer.

Faire le test

Le E-coaching

Le coaching est une méthode simple et efficace pour vous aider à arrêter de fumer, de ne plus penser à fumer, de ne plus avoir envie de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer.

100 messages d'encouragements

Le 39 89, toujours là

Cette ligne, ouverte 24h/24, vous permet de contacter gratuitement un professionnel de la santé.

Appeler le 39

Prendre rendez-vous

Un rendez-vous, c'est un accompagnement personnalisé pour vous aider à arrêter de fumer, de ne plus penser à fumer, de ne plus avoir envie de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer, de ne plus avoir besoin de fumer.

Dans un espace entièrement dédié à l'arrêt de la cigarette

Chaque rendez-vous est gratuit et est assuré par un professionnel de la santé.

Prendre rendez-vous

Après d'un tabacologue ou d'un médecin de tabacologie

Au téléphone au 39 89



Nouveauté : la consultation mise en avant

Site inscription défi national : fumeur

Prendre rendez-vous

Omne animal, simul atque integre iudicante itaque aiunt hanc quasi.

Dans un espace événement #MoisSansTabac du XX/XX/XXXX ou XX/XX/XXX Prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie Prendre rendez-vous >	Chez mon médecin généraliste ou un professionnel de la santé Prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie et votre complémentaire Prendre rendez-vous >
Auprès d'un tabacologue ou dans un centre de tabacologie Prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie et votre complémentaire Prendre rendez-vous >	Au téléphone au 39 89 du lundi au samedi de 8h à 20h. Service gratuit Prendre rendez-vous >



LE CONCEPT

Promouvoir plus concrètement le recours aux professionnels de santé et **FACILITER L'ACCES A L'ENTRETIEN D'AIDE A L'ARRET DU TABAC**

Comment ?

Qui ? Où ? Quelle
modalité de
remboursement ?

En s'appuyant sur ce qui existe déjà :

- Les professionnels de santé (et plus précisément les médecins traitants)
- Le 39 89
- Les tabacologues (avec l'annuaire de Tabac info service)
- Les consultations mises en place pendant Mois sans tabac par les par les structures retenues par l'appel à projets de la Cnam (environ 400 structures)



LA MISE EN ŒUVRE

Promouvoir plus concrètement le recours aux professionnels de santé et **FACILITER L'ACCES A L'ENTRETIEN**

Un flyer dans le kit et sur le site, à la fin du parcours d'inscription, proposer les 4 modalités d'accompagnement

Le 39 89

Renvoi sur le web call back

Mise en avant de la gratuité

Les MG

Renvoi sur l'annuaire d'Ameli.fr

Mise en avant de la prise en charge par les régimes obligatoires et complémentaires

Les tabacologues

Renvoi sur l'annuaire de TIS

Mise en avant de la prise en charge par les régimes obligatoires et complémentaires

L'entretien exclusif MST

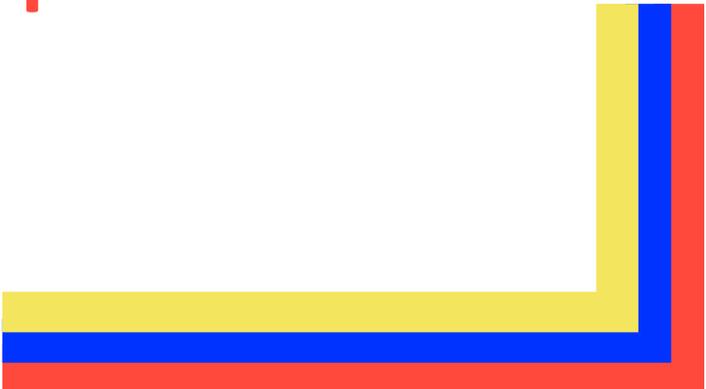
Renvoi vers un annuaire à créer

Mise en avant de la prise en charge intégrale

Intégrer l'aide pérenne apportée par les différents professionnels de santé oeuvrant dans la prise en charge du tabac.



Les ressources spécifiques en Nouvelle-Aquitaine





Site régional : plateforme



- Site réactualisé <https://www.moisanstabac-na.com/>

Pour le professionnel néo-aquitain
Pour le fumeur

- Ressources en ligne
- Sites partenaires
- Outils dématérialisés

Mois sans tabac Nouvelle Aquitaine
En Novembre 2021, on arrête ensemble !
Relevez le défi en Nouvelle-Aquitaine

Accueil Je suis professionnel Je suis fumeur Je recherche un spécialiste

J'AI DE BONNES RAISONS
Protéger ma santé et celle de mon entourage

D'ARRÊTER DE FUMER :
Retrouver la sérénité
Faire des économies

Le Mois sans tabac démarre dans
40 : 12 : 49 : 19
Jours Heu... Min. Secs.

Le Mois sans tabac, c'est quoi?
C'est une campagne d'information et d'accompagnement au sevrage tabagique qui se déroule chaque année au mois de novembre depuis 2016.
Inspiré de la campagne anglaise « Stoptober » lancée par Public Health England, #MoisSansTabac est un défi collectif

Quelques infos
TABAGISME QUOTIDIEN
Près d'1/4 des français fume tous les jours (24%)
TENTATIVES D'ARRÊT
1 fumeur sur 3 a fait une tentative en 2019

Réseaux sociaux

Communauté d'entraide, partage et soutien



- **Facebook Mois Sans Tabac Nouvelle-Aquitaine** : page régionale anime toujours la communauté des partenaires engagés et des Néo-Aquitains qui ont déjà arrêté ou qui le souhaitent.

2800 Mbres

- **Groupe Facebook national de soutien « Les habitants de la Nouvelle-Aquitaine #MoisSansTabac »** permet aux participants de la région de s'exprimer, de partager leurs expériences et de recevoir des conseils, aussi bien de professionnels que de fumeurs.

+2000 Mbres

- **@moissanstabac_na**

Créée en 2019, permet aux membres de réagir aux publications et de commenter en fonction de leurs vécus et expériences.

900 Mbres





Outils numérisés

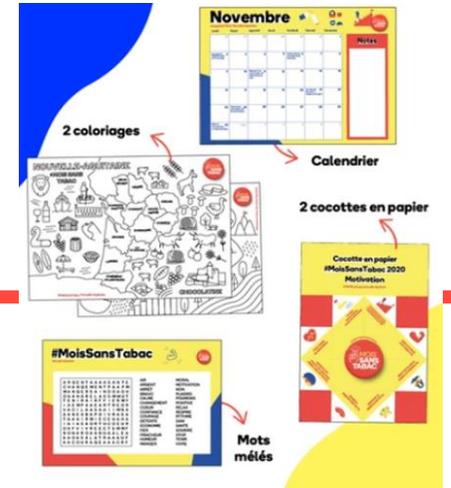
Pas de goodies : politique environnementale et volonté d'impliquer

Pour les pros

- **Flyer et affiche personnalisables** pour annoncer les actions
- **bannières** pour les réseaux sociaux
- **visuels** pour les sites internet
- **article clé en main**
- **signatures mails**
- **guides de consultation** en tabacologie par territoire

Pour les fumeurs

- **2 cocottes à imprimer** et monter soi-même
- **2 coloriages** pour gérer son stress
- **mots croisés** à imprimer
- **calendrier de novembre** à imprimer pour débuter le #MoisSansTabac
- **1 calendrier pour continuer** après le #MoisSansTabac
- **Guide de consultations** : annuaire des lieux référents de consultation de tabacologie par territoire.



**En novembre,
j'arrête de fumer**

#MoisSansTabac Nouvelle-Aquitaine



COREA DD ars

Vidéos



- **Série « Tabac, pas tabou ! »** : 10 vidéos thématiques sur un format court, coloré et entièrement sous-titrés.
Tabac & jeunes, Arrêt du tabac : les savoirs utiles, Tabac & grossesse, Tabac & cannabis, Tabac & e-cig...
- **Replay des webinaires « tabac-thématiques »**
- **Série « Partenaires en mouvement #Tabac »** : initiatives locales d'actions, projets, lieux d'accompagnement du patient fumeur vers l'arrêt du tabac – Appel à candidatures !
- **Collection « Tabac : des professionnels s'engagent »** : partages d'expériences de pros en NA impliqués dans le sevrage tabagique



A retrouver en ligne sur coreadd.com ou sur moissanstabac-na.com



Webinaires tabac

Comment proposer une action Mois sans tabac dans sa structure ?

- Jeudi 07 octobre de 14h00 à 16h00

Ouvert à tous les professionnels intéressés par la tabacologie

Le plaisir d'arrêter de fumer

Par le **Pr Bertrand DAUTZENBERG**, Pneumologue, Pr émérite Sorbonne Université

- Mardi 12 octobre 2021 de 14h00 à 16h00

Tabac : échanges de pratique

- Jeudi 14 octobre de 14h00 à 16h00
- Mardi 09 novembre de 15h30 à 17h30

Réservés aux professionnels de santé – places limitées

Inscription en ligne sur le site www.coreadd.com





Formations

L.A.S.T. TABAC : « J'accompagne mes patients fumeurs de tabac »

Bases de l'accompagnement à l'arrêt du tabac : attitude et posture, prescription des TSN...
et venez poser vos questions.

Visioformations L.A.S.T. Tabac

- Mardi 19 octobre - 12h30 à 14h00
- Mardi 16 novembre - 12h30 à 14h00
- Jeudi 9 décembre - 12h30 à 14h00

Soirées de formation L.A.S.T. Tabac

- Mardi 28 septembre à 20h à Hendaye - programme & inscription
- Jeudi 7 octobre à 20h à Mauléon - programme & inscription



Contact : margaux.fontan@coreadd.com





Challenge inter-structures 2021 en NA

#1 Qu'est-ce que ce challenge ?

Un challenge inter-structure en Nouvelle-Aquitaine, avec des défis en équipe, rapides, créatifs, faciles mais surtout amusants, décalés et gratuits.

#3 Quelles sont les conditions ?



- Être au minimum 2 personnes (en même temps tout seul c'est pas vraiment une équipe)
 - Choisir un nom d'équipe qui claque !
- Trouver un chef d'équipe / référent prêt à en découdre pour gagner le challenge
- Remplir le formulaire qui se trouve juste là, avec toutes ces belles infos

#2 Qui peut y participer ?



Toutes les **organisations**, privées ou publiques, qui le souhaitent et qui veulent challenger leurs équipes pour cette nouvelle édition.



Tout le monde, les fumeurs bien entendu, mais aussi les non-fumeurs. Le but ? S'amuser entre collègues, se soutenir et participer à un projet sur la région.

#4 Quel est le but ?

Impliquer tout le monde dans un défi collectif autour d'une campagne de santé publique, dans votre région et **renforcer** l'esprit d'équipe grâce à un challenge, tout au long du mois de novembre, qui lutte contre le tabagisme.





Challenge inter-structures 2021 en NA

#5 Qui dit challenge dit gagnant !

Et oui, il y aura un gagnant à la fin du challenge du Mois sans tabac.



Les MEILLEURES équipes gagneront des cadeaux écoresponsables du Mois sans tabac 2021 : parapluie, carnet, mug, chargeur induction, etc.

ALORS PRÊT À RELEVER LE DÉFI EN ÉQUIPE CETTE ANNÉE ?



VOUS INSCRIVEZ VOTRE TEAM ?

Contact challenge :
challengemoissanstabac2021@gmail.com





A retenir pour le Mois sans tabac 2021 en NA



Comme en 2020, privilégiez les consultations et outils numériques !

Toutefois, si vous souhaitez organiser des actions en présentiel, veillez au respect des gestes barrières et référez-vous au protocole de votre structure.

Kakemonos, oriflammes et banderoles MsST 2021 en prêt.



Formulaires d'action et de consultation en ligne (sur site moisanstabac-na.com)

Pour **communiquer et valoriser** vos actions en région en AMONT

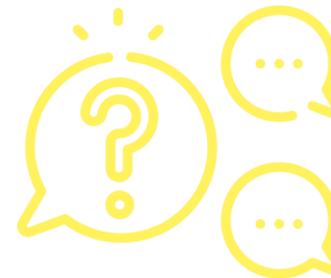


OSCARS

Inspirez-vous des actions déjà réalisées sur la plateforme puis **évaluez et valorisez les vôtres une fois réalisées, en ligne** sur oscarsante.org/moisanstabac/nouvelle-aquitaine



- Inscrivez-vous pour participer au **challenge MsST 2021 inter-structures** !
- Suivez sur **nos réseaux sociaux** pour suivre les actualités coté « partenaires » et « fumeur »
- Rdv sur le nouveau **site moisanstabac-na.com** afin d'avoir toutes les informations



QUESTIONS REMARQUES ECHANGES



Des besoins ?

- Formation thématique sur un territoire ?
- Outils ?
- Appui méthodologique ?
- Intervention tabaco ?



- **Webinaires mensuels « Les Rendez-vous de la COREADD »**

Inscription en ligne, gratuits et disponibles en suivant en replay

- **Nouveau site ADDICTOCLIC ! www.addictoclic.com** : annuaire en ligne vers centres référents addictologues et associations d'entraide

- **Actualités et ressources en ligne** disponibles sur le site coreadd.com

- **Colloques**

-« **Addictions & Grossesse** » : le 5 octobre au Palais des Congrès d'Arcachon – gratuit – sur inscription

-**TabAquit** : bientôt disponible en replay sur le site

- **LAST-Tabac**

Visiter le site et inscrivez-vous pour faire partie de la communauté de professionnels engagés sur l'accompagnement du fumeur vers l'arrêt – recevez vos outils

Et bien d'autres actualités, abonnez-vous à la **lettre mensuelle COREADD** pour en savoir plus !



UN GRAND MERCI pour votre attention
Et Belle édition 2021 !



Shona BARBETTE

shona.barbette@coreadd.com

07 89 92 08 31

Alicia DESVILLES

alicia.desvilles@coreadd.com

07 87 24 55 25

