



Pays de la Loire

Document destiné aux professionnels

Novembre 2020

5^e édition

**Un rendez-vous inscrit
dans les agendas
des Français**

 MoisSansTabac ça marche ! (Page 2)

- Encourager la tentative d'arrêt
- Relooking des outils en 2020
- Témoignages des ex-fumeurs à l'honneur

 Chiffres 2020 en Pays de la Loire (Page 6)

 Soutien des fumeurs sur les réseaux sociaux (Page 7)

 Accompagnement en réseau des professionnels (Page 8)

 Module en ligne pour l'évaluation (Page 9)

 Annuaire des tabacologues (Page 10)

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

Du fait de l'épidémie de Covid-19, merci de veiller
au bon respect des mesures de prévention
actuellement en vigueur.



RÉGION PAYS DE LA LOIRE





Mois Sans Tabac : ça marche !



Le nouveau dispositif intègre deux dimensions essentielles à la réussite de l'arrêt du tabac : la préparation et l'accompagnement.

Arrêter le tabac pendant l'opération multiplie par 2 la réussite du sevrage tabagique à 1 an.

En rapport aux taux de succès observés dans la littérature scientifique pour des tentatives d'arrêt sans aide extérieure.

En France,
57% des fumeurs
déclarent vouloir
arrêter de fumer.



Un programme inscrit dans une politique depuis 2014

La campagne a contribué à la baisse historique de la proportion de fumeurs en France, dans le cadre du Programme National de Lutte contre le Tabac [\(PNLT\)](#).

De 2014 à 2019, le nombre de fumeurs quotidiens **a diminué de 1,9 millions.**

L'objectif de réduire le nombre de fumeurs quotidiens d'au moins 10 % est largement atteint puisqu'une **baisse de 16 %** a été enregistrée sur cette période.

[Lire le dernier Bulletin de Santé Publique avec les chiffres du tabac en France](#)



Encourager la tentative d'arrêt

Etant donné le contexte sanitaire avec l'épidémie de Covid-19 en 2020, il est encore plus important de renforcer la prévention du tabagisme en incitant les fumeurs à arrêter le tabac.

**Bravo aux 125 783 inscrits
à #MoisSanTabac**

Vous faites désormais partie des 909 000 inscrits à #MoisSanTabac depuis 2016. Et en attendant la prochaine édition, Tabac Info service reste à vos côtés toute l'année.

Année après année, les participants forment une communauté pour laquelle entretenir le lien est primordial pour réussir à surmonter l'envie de fumer.

Sous le signe de l'élan collectif, les fumeurs sont invités à arrêter de fumer tous ensemble pendant 1 mois en novembre.

Après 30 jours d'abstinence, la dépendance s'avère moins forte et les symptômes de manque diminuent.

mois-sans-tabac.tabac-info-service.fr les fumeurs font un diagnostic de leur consommation.





Relooking des outils en 2020

Des méthodes encore plus simples et efficaces pour faciliter la démarche d'arrêt du tabac avec les outils de coaching à distance de Tabac info service ouvert toute l'année.



Inscrivez-vous
dès maintenant à
#Moissanstabac



Programme de 40 jours pour booster sa motivation

Il est disponible dans le **kit d'arrêt du tabac** envoyé à domicile et par mail sur demande en ligne.

Véritable outil de coaching, il est composé de **2 phases** : 10 jours de préparation + 30 jours de sevrage.

Chaque jour, les participants reçoivent des conseils, des astuces, des activités et des défis.

Refonte de tous les supports de @tabacinfoservice

- **Site internet** avec une nouvelle navigation et accès à l'information simplifié
- **Application mobile** avec un programme d'e-coaching 100 % personnalisé
- **Ligne 3989** avec une offre gratuite d'accompagnement par des professionnels



« 87 % des utilisateurs du 39 89 déclarent que ce suivi les a aidés dans leur arrêt de tabac. »
selon Santé Publique France



Témoignages des ex-fumeurs à l'honneur

Le soutien social est la clé du succès de l'opération. Chacun peut se reconnaître à travers l'expérience des autres. Les anecdotes créent un élan de solidarité.

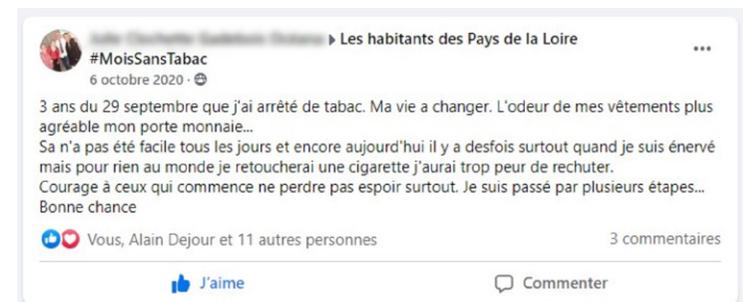
“Le groupe m’a bien aidé, car peu de jugement et beaucoup d’entraide !”



Plusieurs capsules vidéo sont diffusées en télévision et sur les réseaux sociaux avec **d'anciens participants** qui partagent leur expérience du sevrage tabagique : leur arrêt, leur parcours et leurs réussites lors des précédentes éditions [vidéo d'Amélie](#)



ici on soutient les habitants des
Pays de la Loire participant à
#MoisSanstabac.





Chiffres 2020 en Pays de la Loire

Merci aux 230 partenaires locaux de #MoisSansTabac.
Grâce à vous, il y a eu plus de 7 500 inscrits dans
notre région.

Au total, 59 255
participants en
Pays de la Loire depuis
la première édition
en 2016.

Les fumeurs ligériens ont de plus en plus recours aux substituts nicotiques pour arrêter de fumer.*

X 3,6 nombre de bénéficiaires entre 2016 et 2019

55 000 Ligériens ont eu un remboursement de traitement nicotique de substitution (TNS) en 2019.

Les TNS augmentent de **50 à 60 %** les chances d'arrêt à long terme chez les fumeurs réguliers.

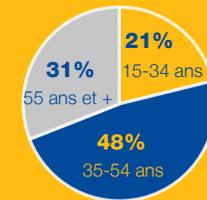
Les bénéficiaires de TNS



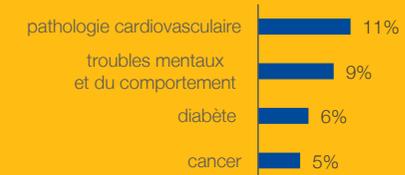
52 %
sont des hommes.

54 % des fumeurs quotidiens
sont des hommes en 2017.

Près de **la moitié**
sont âgés de 35 à 54 ans.



31 % sont en ALD**.



**ALD (Affection de longue durée), pathologie cardiovasculaire (ALD n°1, 3, 5, 13), troubles mentaux et du comportement (ALD n°23), diabète (ALD n°8), cancer (ALD n°30).

*Tous les "Chiffres-clés" sont publiés par l'ORS des Pays de la Loire [📄 Infographie à découvrir](#)



Soutien des fumeurs sur les réseaux sociaux

Pour accompagner les participants, les structures ambassadrices utilisent les réseaux sociaux.



Les visuels de la campagne digitale sur Facebook, Instagram et Twitter

-  Groupe des «Habitants des Pays de la Loire» sur la page Tabac info service :
 [flyer de présentation](#) [Lien à venir](#)
-  Compte @tabacinfoservice créé en 2020 :
 [TabacInfoService.gouv \(@tabac info service.gouv\)](#) • [Photos et vidéos Instagram](#)
-  Compte @Mois_sans_tabac avec 5 777 followers :
 [#MoisSansTabac \(@Mois sans tabac\) / Twitter](#)

LIVE FACEBOOK

MERCREDI 11 NOVEMBRE, DE 17H A 18H

Valérie Guitet
Ambassadrice Mois Sans Tabac
des Pays de la Loire

Thomas Di Maria
Médecin addictologue

Françoise Gaudel
Tabacologue
Patiente experte

MOIS SANS TABAC

Soyez nombreux, on répond à toutes vos questions sur le tabac !

Coaching en direct en partenariat avec l'association Je Ne Fume Plus #JNFP

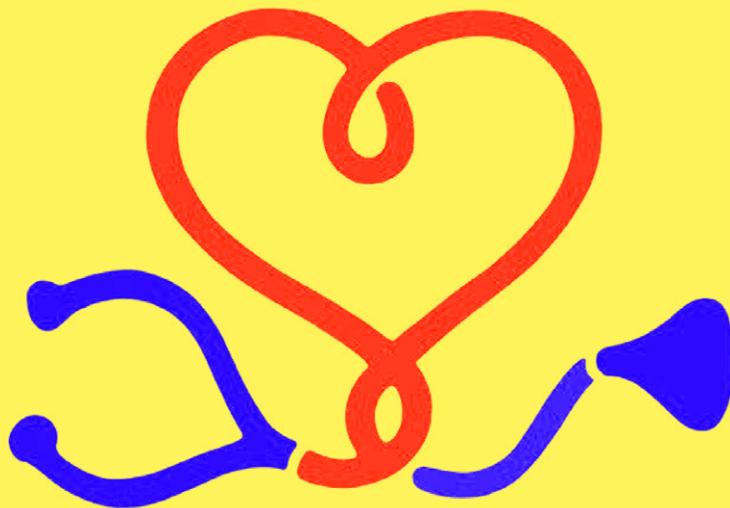
Les Lives sont des **moments privilégiés** pour échanger avec des professionnels sur les difficultés et les techniques pour arrêter confortablement le tabac. Les vidéos sont disponibles en replay pour revoir les conseils après la diffusion en temps réel :  [ici](#)



RÉGION PAYS DE LA LOIRE

Accompagnement des professionnels locaux

Dans toutes les régions, les structures ambadrices sont la courroie de transmission entre Santé Publique France et les acteurs locaux, sous le pilotage de l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire.



De septembre à novembre

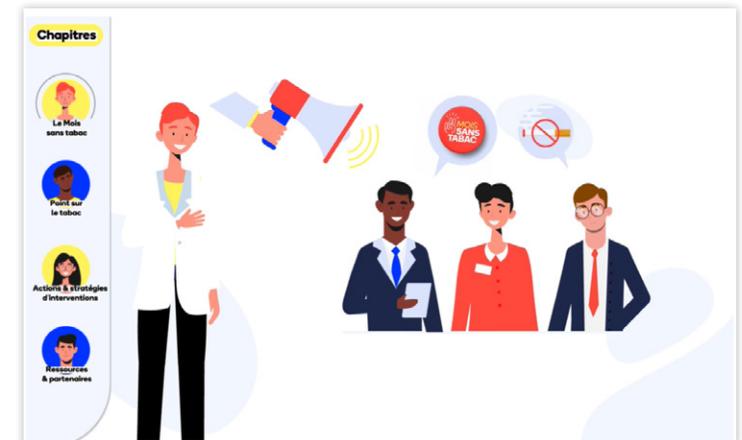
- Envoi des lettres d'information
- Création des supports de communication
- Co-construction des projets
- Mise en réseau avec des partenaires

Contactez-nous toute l'année :

[✉ moissanstabacpaysdelaloire@gmail.com](mailto:moissanstabacpaysdelaloire@gmail.com)

Formations professionnelles sous toutes ses formes

- En partenariat avec [✉ la SRAE addictologie des Pays de la Loire](#)
- En présence ou à distance : présentation de la campagne, repérage précoce et intervention brève, prescriptions de substituts nicotiniques, usage des réseaux sociaux pour le coaching en ligne, évaluation des projets



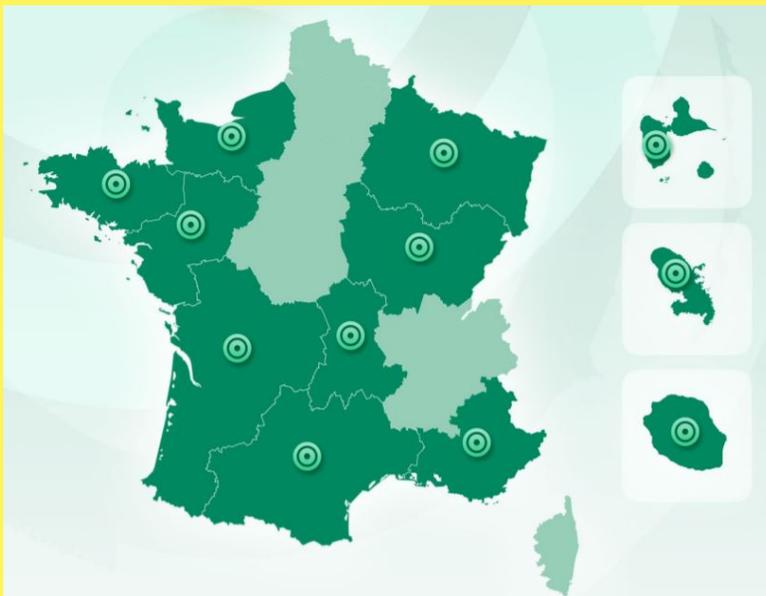
Tout savoir sur **#MoisSansTabac** avec l'IREPS
Bourgogne Franche Comté

[✉ Module en ligne gratuit](#)



Module en ligne pour l'évaluation

Cette base de données offre un suivi des politiques régionales de santé notamment du Mois Sans Tabac avec son module spécifique.



Depuis 2016, le module Mois Sans Tabac compte plus de 640 actions portées par [☞ 270 acteurs régionaux.](#)



Observation et Suivi Cartographique des Actions Régionales de Santé, est une base de données en ligne d'actions, d'acteurs et d'outils d'intervention dans le domaine de la prévention et de la santé publique.

Financement CPAM

Rapprochez-vous de votre Caisse d'Assurance Maladie et consultez les ressources en ligne [☞ ici](#)

Que financent les caisses ?

Toute l'information sur notre site [☞ ici](#)



Financement propre

Vous avez mis en place une action dans le cadre du Mois sans tabac et cette action est terminée. **Valorisez-la !**

Rendez-vous sur la base de données [☞ OSCARs](#) pour saisir vos informations. Consulter le guide de saisie ainsi que les tutoriels sur notre [☞ site internet](#)



Un annuaire national en ligne !

Pour les professionnels de santé disposant d'un diplôme en tabacologie, il est possible d'apparaître dans l'annuaire professionnel [☞ Tabac info service](#)
Vous pouvez faire votre demande d'inscription [☞ ici](#)

Flyers, dépliants et brochures

[☞ l'espace Pro de Tabac info service](#)



Un annuaire régional



[☞ à télécharger](#) pour orienter le public vers les consultations accessibles à tous les usagers.