



7ème édition

En octobre - novembre,
agissons ensemble !



Ambassadeur
Mois sans tabac 976



**Réunion d'information
Vendredi 22 septembre 2023**



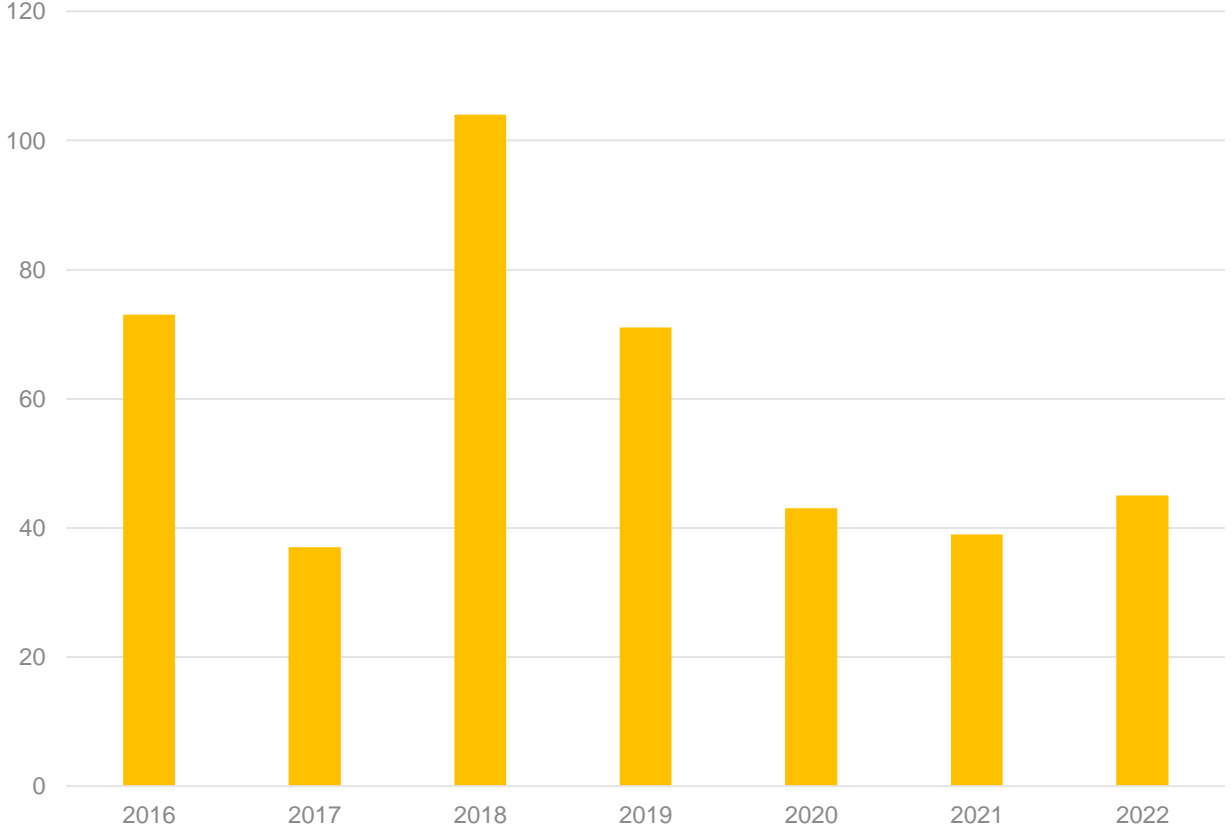
INSCRIPTION T.I.S.



Nombre d'inscrits à Tabac Info Service en 2022

Qui veut jouer ?

Evolution du nombre d'inscrits à T.I.S.



1^{ère} évaluation économique du Mois Sans Tabac

Selon les modélisations de l'OCDE, Mois sans tabac permettrait de réduire les dépenses de santé de 94 millions d'euros par an en moyenne entre 2023 et 2050 (pour un coût par année d'environ 12 millions par an). Ainsi, pour chaque euro investi dans Mois Sans Tabac, plus de 7 euros sont économisés sur les dépenses de santé du fait de l'arrêt du tabagisme. A l'horizon 2050, Mois sans tabac permettrait d'éviter notamment : 241 000 cas d'infections respiratoires basses, 44 000 cas de bronchopneumopathies chroniques obstructives (BPCO) et 28 000 cas de cancers. Par ailleurs, son effet augmenterait l'emploi et la productivité du travail, pour une valeur estimée à 85 millions d'euros par an.



[Accueil](#) • [Presse](#) • [2023](#)

Première évaluation économique de Mois sans tabac : un dispositif jugé efficace et qui génère des économies de santé

Avec le soutien de Santé publique France, l'OCDE (Organisation de coopération et de développement économiques) publie aujourd'hui un rapport sur le retour sur investissement de la politique de lutte contre le tabagisme mise en œuvre en France entre 2016 et 2020.

Inscription à Tabac Info Service



SAOME Santé Addictions Outre-Mer

PERIODE : Du 18 septembre au 28 novembre 2023

OBJET : Inscription à Tabac-Info-Service et encouragement par SMS

A transmettre par mail avant le 1er novembre et avant le 28 novembre à moisinstabac976@saome.fr

Prénom	Code Postal	Email	Téléphone portable	Signature	J'accepte mes inscriptions au "Mois Sans Tabac"	
					OUI	NON
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Mon programme Mes solutions Mes outils

Votre compte

Avez-vous besoin d'aide pour arrêter de fumer ? Un peu ? Beaucoup ? A vous de tout dire en choisissant la formule qui vous convient.

Choisissez votre formule

Seul mentionnée sous les changements obligatoires

- 1 fois par jour
Gros coup de main
- 3 fois par semaine
Petit coup de pouce
- Autonome
J'arrête seul
Avec cette formule vous ne recevrez pas de mails d'accompagnement mais vous pourrez accéder à tous les outils Tabac Info Service.

Annuler Valider

➔ Ouverture du site grand public le 2 octobre : www.tabac-info-service.fr



DEROULE DU DISPOSITIF

Phasage du dispositif



1

OCTOBRE

Objectifs de recrutement des participants et de préparation du sevrage

Inciter à l'inscription à travers divers messages dont la promotion du 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

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

Maintenir l'habitude

Changement du comportement



OUTILS

Outils du Mois Sans Tabac



REPUBLIQUE FRANÇAISE
Santé publique
tabac info service

Équipe grand public | [Je me connecte](#)



5055 Partenaires, il ne manque que vous

Vous aussi rejoignez le mouvement en devenant partenaire de l'édition 2022.

[Devenez Partenaire](#)



57% des fumeurs déclarent vouloir arrêter de fumer

Ce sont vos clients, vos patients, vos adhérents... Et vous pouvez les aider. #MoisSansTabac mobilise les acteurs de terrain, les professionnels de santé, mais aussi les entreprises, les associations, pour fédérer le plus d'acteurs possible autour de la lutte contre le tabagisme. Pour vous accompagner, nous mettons gratuitement à votre disposition des documents et des outils que vous pouvez vous approprier : il y a mille et une façons de faire #MoisSansTabac. Pour plus d'informations, contactez-nous à info@tabacinfo-service.fr

Site Partenaires


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

Outils du Mois Sans Tabac du site partenaire




Signature de mails "Je participe"

Produit indisponible

 [IMAGE \(81.57 Ko\)](#)


Signature de mails "Je soutiens"

Produit indisponible

 [IMAGE \(81.50 Ko\)](#)

Logo Mois sans tabac

Produit indisponible

 [IMAGE \(41.73 Mo\)](#)

Outils du Mois Sans Tabac du site partenaire

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

Le plus beau projet à construire en novembre, c'est votre vie sans tabac.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

Arrêter de fumer, ça mérite bien des étoiles.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

Profitez de cette consultation pour parler tabac.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

Prenez soin de vous comme si vous étiez votre propre patient.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

MOIS SANS TABAC

En novembre, on arrête ensemble.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

La pause qui fait vraiment du bien, c'est la pause sans cigarette.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

Prenez soin de vous comme si vous étiez votre propre patient.

Comme les nombreux participants de l'année dernière, vous pouvez arrêter de fumer.
Rejoignez le mouvement sur tabac-info-service.fr

L'appel, le site, et le 3989

tabac info service
01 20 39 89 00
www.tabac-info-service.fr

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

MOIS SANS TABAC

En novembre, commencez votre plus beau chantier : arrêter de fumer.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Ministère de la Santé
Ministère des Solidarités et de la Santé

Santé publique France

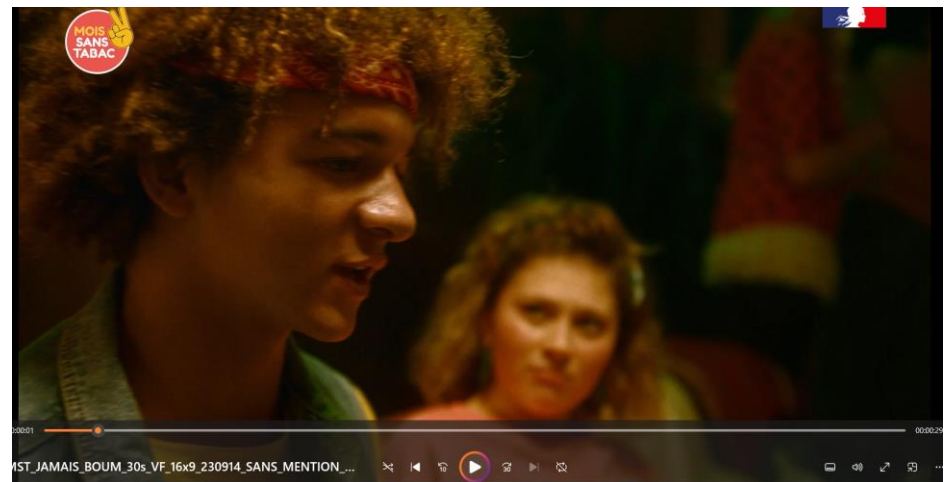
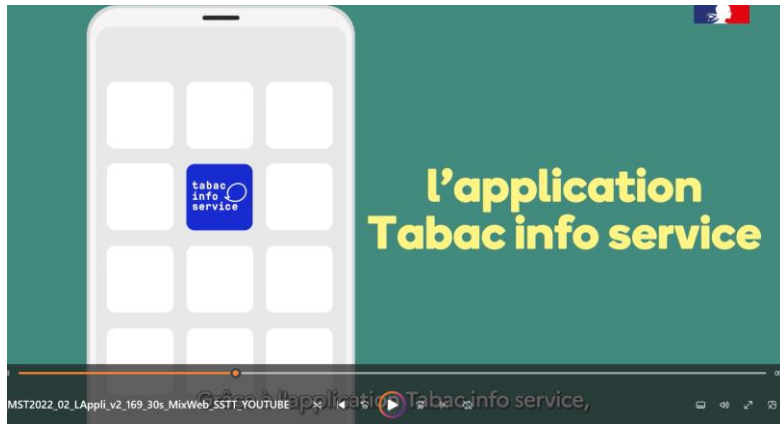
MOIS SANS TABAC

La meilleure chose que vous ayez en stock pour arrêter de fumer, c'est de la motivation.

Inscrivez-vous sur **mois sans tabac!**

Assurance Maladie

Outils du Mois Sans Tabac : vidéos



Points relais Mois Sans Tabac



OU TROUVER

LE KIT

#MOISSANSTABAC ?

moisanstabac976@saome.fr

Ne pas jeter sur la voie publique

#Liste des points relais

- Dans toutes les pharmacies de Mayotte
- Communauté de communes de Petite-Terre - Pamandzi
- Maison des adolescents - Cavani
- CHM - Mamoudzou
- AEJM - Dembeni
- Association Fahamou Maecha - Bandrélé
- Commune de Mamoudzou
- Commune de Bandrélé
- CSSM - Kawéni
- Préfecture de Mayotte - Mamoudzou
- ARS de Mayotte - Kawéni

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**
L'État
Liberté
Égalité
Fraternité

 **Santé publique**
France

 **ars**
Agence Régionale de Santé

 **SAOME**
Santé Addictions Outre-Mer
Ambassadeur
Mois sans tabac 976



Points relais Mois Sans Tabac

Chère future ex-fumeuse, cher futur ex-fumeur, ce kit vous aide à réussir votre Mois sans tabac ! Retrouvez dans ce kit les différents outils pour vous aider à arrêter et les informations nécessaires pour bien les utiliser. On vous explique également comment vous faire aider par un professionnel de santé.

1. Le Programme 40 jours
2. La roue des économies
3. Le descriptif avec toutes les informations utiles pour vous aider à arrêter
4. Les informations pour être accompagné par un professionnel de santé

mois sans tabac

VOTRE PROGRAMME
40 jours pour arrêter de fumer

mois sans tabac

su fagna trini mwezi wa novembru ?

Risulisha uvoura ciga

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 :

- Prendre Mois sans tabac, bénéficiaire d'**offres de soins** à l'arrêt du tabac offertes dans différentes structures, partout en France (toutes les tranches de vie incluses dans le Mois sans tabac)
- Consulter votre médecin traitant
- Prendre rendez-vous avec un tabacologue (certains travaillent en télé-médecine sans tabac)
- Consulter gratuitement un tabacologue par téléphone au : 0800 300000

Sur le site Mois sans tabac
Vous trouverez un annuaire des professionnels de santé près de chez vous et les coordonnées sur les modalités de prise en charge. Rendez-vous sur www.tabac-info-service.fr

Toutes formes de nombreux professionnels de santé peuvent vous accompagner vers l'arrêt du tabac. Participez à votre plaisir à l'arrêt du tabac, par téléphone, en présentiel, en ligne ou à distance. Renseignez-vous sur www.tabac-info-service.fr

Il existe de nombreux outils pour vous soutenir à chaque étape selon vos besoins.

POUR BIEN COMMENCER
Participez au Mois sans tabac, et agissez pour un coup de pouce à l'arrêt du tabac. Choisissez un accompagnement personnalisé (tabacologue, médecin traitant, infirmier, sage-femme, psychologue, pharmacien, éducateur, etc.). Tout le nécessaire pour commencer avec des conseils adaptés.

GARDER LA MOTIVATION
Les professionnels de santé ont plusieurs outils pour vous accompagner. Ils peuvent vous offrir un soutien personnalisé (tabacologue, médecin traitant, infirmier, sage-femme, psychologue, pharmacien, éducateur, etc.). Tout le nécessaire pour commencer avec des conseils adaptés.

POUR NE PAS CRAQUER
Le Mois sans tabac offre un soutien personnalisé de qualité, grâce au travail de nombreux professionnels de santé.

BÉNÉFICIAIRES DES CONSEILS DE PROFESSIONNELS
Au 1er novembre 2020, à l'arrêt du tabac, de 0 à 30€, un accompagnement personnalisé est offert à tous les fumeurs qui ont participé au Mois sans tabac. Ce soutien est offert à tous les fumeurs qui ont participé au Mois sans tabac.

ÉCHANGER, PARTAGER, SE SOUTENIR
C'est plus facile d'être accompagné. Utilisez vos compétences et votre expérience pour aider les autres. Participez à votre plaisir à l'arrêt du tabac, par téléphone, en présentiel, en ligne ou à distance. Renseignez-vous sur www.tabac-info-service.fr

MOIS SANS TABAC

En novembre on arrête ensemble.

tabac info service

Pour qu'un mois sans fumer, c'est le plus grand challenge.

En novembre, participez à Mois sans tabac

Mois sans tabac, c'est quoi ?
C'est un grand événement pour vous aider à arrêter de fumer. Prenez le mois de novembre, et fait le pari de s'arrêter de fumer.

Pourquoi participer à Mois sans tabac ?
Quand vous arrêtez de fumer à l'automne, avec des amis, des proches, des collègues, c'est plus facile : tout le monde t'encourage !

Pourquoi 1 mois ?
Parce qu'après 1 mois, vous avez plus de chance d'arrêter pour de bon.

Plus d'infos sur l'arrêt du tabac :
• Brochure et vidéos « Pour comprendre » : www.santepubliquefrance.fr/ressources/tabac
• Site internet : tabac-info-service.fr

TABACISME PASSIF

COMMENT ARRÊTER DE FUMER ?

POURQUOI ARRÊTER DE FUMER ?

TABAC ET INDUSTRIE

ARRÊTER DE FUMER POUR COMPRENDRE

Quand on arrête de fumer, le corps se remet en ordre. Le cerveau se réorganise pour ne plus dépendre de la nicotine. Pour cela, il faut arrêter de fumer pendant au moins 10 jours consécutifs, sans interruption.

On se teste !

Flèche

3	0	9	8	2
2	0	1	0	9
1	2	3	0	8
1	7	9	0	9
9	8	7	4	2

Orifices

4	1	2	4	4
6	7	3	4	4
7	0	3	4	4
7	0	3	4	4
7	0	3	4	4

**FONDAMENTA L A P T O
B O R D E N T I E L E S
O C C U R R E N T I O N S
R A T I O N N E L E S
A D T O I N V E N T O U
O P T I M E T O U
D E L A C A P T I V I T É
S U P T A C O R A T S M E N
S U M M E R I E I N C I S O
L E T E R N A G A R S H O M
S U L T E L I T A M A
S A N E M H O R P O R T**

TABAC ET ADOS

ARRÊTER DE FUMER SANS GROSSIR

GROSSESSE SANS TABAC

Outils pour la visibilité des actions



ORIFLAMME

NAPPE MOIS SANS TABAC

ECHARPE MOIS SANS TABAC

MAIN GEANTE MOIS SANS TABAC



VALORISATION DU DISPOSITIF

Presse



ZONE	STATION	RÉGIE	PÉRIODE	FORMAT	NOMBRE DE SPOTS
RÉUNION	PUISSANCE REUNION	TF1 Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	450
	RADIO FREEDOM	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	71
	REUNION 1ère	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
MARTINIQUE	MARTINIQUE 1ère	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
	TRACE MARTINIQUE	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
	PUISSANCE MARTINIQUE	TF1 Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	216
GUYANE	GUYANE 1ère	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
	TRACE GUYANE	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	65
	PUISSANCE GUYANE	TF1 Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	420
GUADELOUPE	PUISSANCE GUADELOUPE	TF1 Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	216
	GUADELOUPE 1ère	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
	TRACE GUADELOUPE	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	63
MAYOTTE	PUISSANCE MAYOTTE	TF1 Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	300
	MAYOTTE 1ère	France TV Publicité	DU 02.10 AU 05.11	30"	70
TOTAL					2 221

→ Communiqué de presse à prévoir en octobre

→ Sollicitation des journalistes durant la campagne (thèmes, actions)

Evènement phare



- 2 et 3 novembre
- Centre KINGA, devant l'entrée de la CSSM
- Animation: information, écoute, échange, orientation, entretiens de sevrage tabagique, ordonnance et remise de TSN

Facebook Mois Sans Tabac Mayotte



Wadjo, risu fagna trini mwezi wa novemburu ?

Risulisha uvoura ciga

MOIS SANS TABAC

Inscrivez-vous sur
Mois sans Tabac Mayotte :
s'informer, échanger, se motiver, se soutenir

Ne pas jeter sur la voie publique









LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						07.10 Post/story lancement inscriptions
02.10 Même #1	03.10 Fausse bonne raison #1	04.10 Post outil 39 89	05.10 Film « La boom »	06.10 Fausse bonne raison #2	07.10 Story inscriptions J-25 Témoignage #1	08.10 Même #2
09.10 Fausse bonne raison #3	10.10 Même #3	11.10 Témoignage #2	12.10 Story inscriptions J-20 Post wording	13.10 Même #4	14.10 Post outil Kit	15.10 Fausse bonne raison #4
16.10 Même #5	17.10 Story inscriptions J-15 Post wording	18.10 Témoignage #3	19.10 Post outil Site TIS	20.10 Fausse bonne raison #5	21.10 Même #6	22.10 Story inscriptions J-10 Post wording
23.10 Capsule Eric Antoine	24.10 Post outil App TIS	25.10 Fausse bonne raison #6	26.10 Même #7	27.10 5 bonnes raisons J-5	28.10 5 bonnes raisons J-4 (story) Même #8	29.10 5 bonnes raisons J-3
30.10 5 bonnes raisons J-2 (story) Post wording	31.10 5 bonnes raisons J-1					

Actions des partenaires



Guide d'actions pour les acteurs et partenaires



→ Google drive à remplir avant le 15 octobre



EXEMPLES D' ACTIONS

Actions types



Relais de la campagne et sensibilisation

Actions de terrain

AFFICHAGE / MISE À DISPOSITION DES OUTILS COMMANDÉS

Positionnement des affiches Mois sans tabac
Mise à disposition / distribution des kits d'aide à l'arrêt et de la documentation (flyers, dépliants, etc.)

CRÉATION DE DOCUMENTS / SUPPORTS

Rédaction d'articles ou de communiqués de presse
Création d'une campagne de sensibilisation
Fabrication d'outils et supports à afficher / distribuer*
Recueil / diffusion de témoignages d'anciens fumeurs

STANDS D'INFORMATION / PERMANENCES

Permanences d'accueil et d'orientation des fumeurs vers les dispositifs d'aide à l'arrêt

Actions dématérialisées

MAILS

Envoi et/ou relais des mails d'information / newsletters
Ajout de la signature de mail Mois sans tabac ([voir p.5](#))
Création de newsletters / lettres d'information

SITE WEB

Rédaction d'articles sur votre site internet ou intranet
Affichage des bannières Mois sans tabac
Diffusion des spots publicitaires de l'opération (accord de l'Ambassadeur nécessaire avant diffusion des spots)

RÉSEAUX SOCIAUX

Publication de posts dédiés à Mois sans tabac
Relais des informations nationales et/ou régionales
Partage des posts des comptes officiels [Mois sans tabac](#), [Santé publique France](#) et [Tabac info service](#)

Actions types



Consultations et actions collectives

Actions de terrain

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Ouverture de créneaux de consultations individuelles
Mise en place de permanences physiques
Mise en place d'un système de parrainage / mentoring

CONFÉRENCES / FORMATIONS

Intervention de personnes ressources
Formation des professionnels de santé de la structure

ACTIONS COLLECTIVES ET GRAND PUBLIC

Mise en place de groupes de parole et de soutien
Organisation de challenges collectifs (ex: collecte de mégots), défis, événements
Organisation d'activités ludiques (ex: espace game)
Participation et organisation d'événements grand public

Actions dématérialisées

ACCOMPAGNEMENT À DISTANCE

Mise en place d'entretiens en visio / téléconsultation
Mise en place de permanences téléphoniques

WEB CONFÉRENCES, CLASSES VIRTUELLES

Intervention de personnes ressources en ligne
Formations à distance des professionnels
Organisation d'événements en direct sur les réseaux sociaux (session de questions/réponses, témoignages)

MOBILISATION SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Orientation vers le groupe d'entraide Facebook régional
Parrainage des fumeurs sur les réseaux sociaux
Organisation de jeux / concours / défis collectifs (quiz, concours photos, sondages, etc.)



EVALUATION

Base OSCARS



Mobiliser la base OSCARS

Vous recherchez de l'inspiration ou réalisez des actions dans le cadre de Mois sans tabac ? Consultez la base OSCARS et renseignez vos actions pour mettre en valeur l'investissement de votre structure dans la campagne.



OSCARS

La base de données cartographique des actions régionales de santé OSCARS recense les actions Mois sans tabac mises en œuvre dans chaque région.

→ Consulter la base

Cliquez ou rendez-vous sur : <https://oscarsante.org/moisanstabac/national>

Avant la campagne

En quête d'idées et de partenaires pour vos actions ? Consultez le module dédié à Mois sans tabac pour découvrir les actions mises en place lors des éditions précédentes et les acteurs engagés sur l'opération.

Après la campagne

Valorisez vos actions réalisées en remplissant en ligne une fiche par action menée. La saisie de vos actions permet de mettre en avant votre engagement et d'évaluer le déploiement de la campagne au niveau régional et national.



MAIS AUSSI

Influenceurs / Personnalité nationale



MONSIEUR THOMAS

MELANIE SITBON

ELYSE MIROT

LES NORMALES

EDOUARD DELOIGNON



TikTok 1,6M abonnés
Instagram 136K abonnés

TikTok 22K abonnés
Instagram 49K abonnés

TikTok 346K bonnés
Instagram 146K abonnés

TikTok 511K abonnés
Instagram 74K abonnés

Instagram 64K abonnés



« Mon organisation en tant que partenaire »



- 1) Se former (lundi 25 septembre)
- 2) Réfléchir à son action Mois Sans Tabac et remplir le google drive
- 3) Récupérer ses outils du Mois Sans Tabac
- 4) Mettre en place son action
- 5) Remplir la fiche « inscription tabac-info-service »
- 6) Saisir son action sur OSCARS (post)



**MERCI POUR
VOTRE
ATTENTION**