



#MoisSansTabac 2018

Ensemble, on soutient tous ceux
qui arrêtent de fumer en Occitanie

DOSSIER DE PRESSE REGIONAL



SOMMAIRE

1. Les nouveaux chiffres-clés du tabac en France p. 3
2. #MoisSansTabac, ça marche ! p. 5
3. Tous mobilisés en Occitanie p. 6
4. Le défi du #MoisSansTabac 2018 p. 7
5. Des outils pratiques pour accompagner les participants au défi du #MoisSansTabac p. 8
6. Des actions #MoisSansTabac partout dans la région p. 10
7. Les partenaires régionaux du #MoisSansTabac 2018 p. 12



1. Les nouveaux chiffres-clés du tabac en France

Un tiers des Français se déclarent fumeurs.

Le tabac tue un fumeur sur deux.

En France, il tue chaque jour plus de 200 personnes.

La lutte contre le tabagisme est une priorité de santé publique : le tabac est la **première cause évitable de mortalité en France (près de 80 000 morts par an)**, la première cause de cancer et la deuxième cause de maladie cardio-vasculaire

**Réduire le tabagisme en France, c'est possible :
entre 2016 et 2017, 1 million de fumeurs quotidiens en moins**

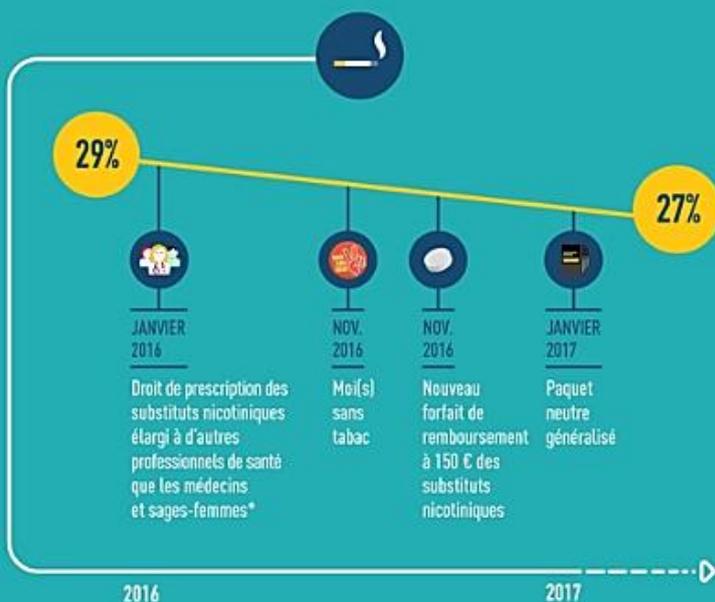
De nombreuses mesures ont été mises en place pour lutter contre ce fléau :

- le triplement du remboursement des substituts nicotiques comme les patches,
- le pictogramme « femme enceinte » sur le paquet de cigarettes,
- l'interdiction de fumer dans les lieux publics et dans les aires de jeux pour enfants,
- l'interdiction des arômes et additifs (par exemple les capsules mentholées) particulièrement attractifs pour les jeunes,
- le paquet de cigarettes neutre,
- la création d'un fonds de prévention du tabagisme, doté dès cette année de 32 millions d'euros.

Les données 2018 de prévalence du tabagisme permettent d'apprécier les effets du Programme national de réduction du tabagisme 2014-2019 (PNRT) et en particulier l'impact de **3 mesures phares mises en place en 2016 : l'instauration du paquet neutre, l'augmentation du forfait de prise en charge des substituts nicotiques à hauteur de 150€ (auparavant de 50€) et la mise en place du grand évènement national médiatique d'aide à l'arrêt du tabac du mois de novembre : #MoisSansTabac**

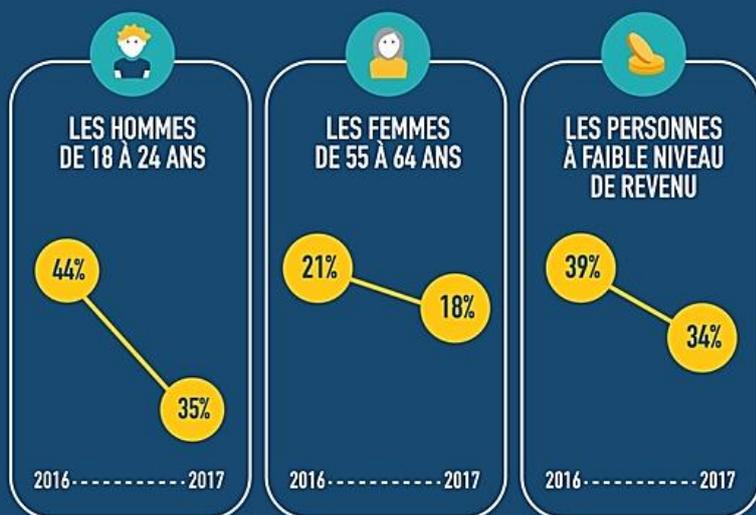
Ces trois mesures sont la marque d'un renouveau de l'approche de santé publique, impulsé par les Pouvoirs Publics.

**CONTEXTE FAVORABLE :
LE PROGRAMME NATIONAL
DE RÉDUCTION DU TABAGISME**



*médecins du travail, chirurgiens-dentistes, infirmiers et kinésithérapeutes
Source : Baromètre santé 2017 - Santé publique France

**QUELLES SONT
LES POPULATIONS
LES PLUS CONCERNÉES ?**



Source : Baromètre santé 2017 - Santé publique France

**1 million de fumeurs
quotidiens en moins**

Selon les données du Baromètre santé 2017 de Santé publique France, la baisse du tabagisme en France entre 2016 et 2017 est de 2,5 points.

C'est considérable :
**cela représente
un million de fumeurs
quotidiens de moins
en un an.**

La prévalence du tabagisme quotidien passe ainsi de 29,4% en 2016 à 26,9% en 2017.

Cette baisse touche particulièrement **les jeunes hommes** de 18 à 24 ans et **les femmes** de 55 à 64 ans.

La baisse d'entrée dans le tabagisme est un autre point de satisfaction car cela influe fortement sur la prévalence future du tabagisme.



2. #MoisSansTabac : ça marche !

#MoisSansTabac a contribué, avec les mesures du programme national de lutte contre le tabac (PNLT), à la baisse historique du tabagisme en France.

Mais **12 millions de français fument encore chaque jour**. Ils sont à nouveau invités à participer à #MoisSansTabac !

Selon les données du Baromètre santé 2017, **380 000 fumeurs quotidiens ont fait une tentative d'arrêt en lien avec la première édition de #MoisSansTabac**. Environ 20% d'entre eux étaient toujours abstinents 6 mois plus tard, soit près de 80 000 ex-fumeurs.

67% des fumeurs ayant fait une tentative d'arrêt en lien avec #MoisSansTabac ont eu recours à un professionnel de santé (19%) ou à une aide : cigarette électronique (33%), substituts nicotiques (27%), site tabac info service (22%).

En 2017, #MoisSansTabac a réuni 160 000 fumeurs.

L'application d'aide à l'arrêt tabac info service, développée par l'Assurance Maladie et Santé publique France, a été téléchargée par près de 110 000 personnes entre octobre et novembre.

Une mobilisation forte en Occitanie

En Occitanie, 15 479 fumeurs se sont inscrits sur « Tabac info service »

l'an dernier, pour être accompagnés et soutenus dans leur décision d'arrêt du tabac.

Sur le terrain **500 partenaires** se sont mobilisés en 2017 : établissements scolaires, établissements et professionnels de santé, collectivités locales, associations de santé et à vocation sociale, caisses d'assurance maladie, mutuelles, entreprises, sportifs...

Plus de **450 actions de sensibilisation** ont été menées partout dans la région : séances d'information collectives, testeurs de monoxyde de carbone dans l'air expiré, tests d'évaluation de la dépendance, prise en charge de substituts nicotiques, stands d'information...

Une **augmentation de 19,6 %** entre 2017 et 2018 du nombre de bénéficiaires de **traitement Nicotinique de Substitution** pour un montant de **2 millions d'euros**.

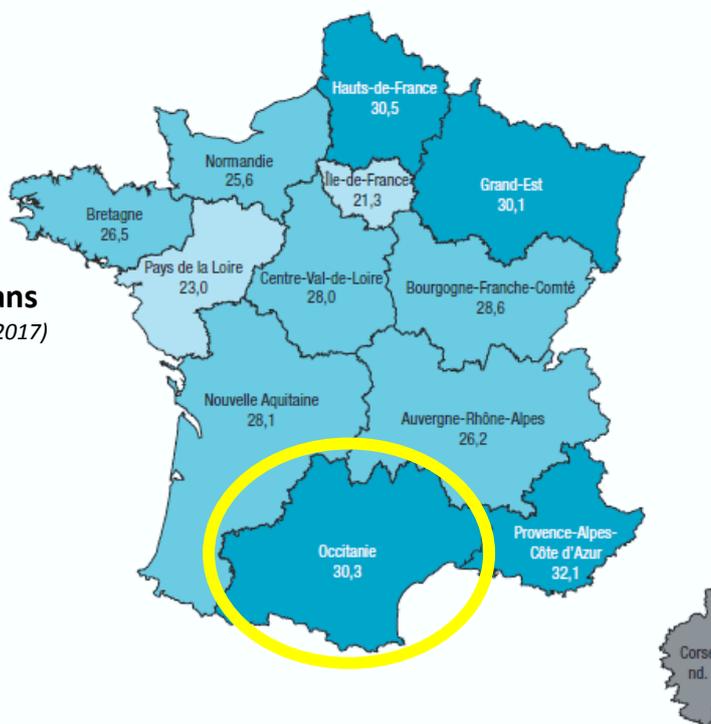
Cette forte mobilisation se poursuit en 2018.

3. Tous mobilisés en Occitanie

Des résultats prometteurs... mais l'Occitanie fume encore trop !

En 2017 en France, le tabagisme quotidien parmi les 18-75 ans était de 26,9%. Il variait de 21,3% à 32,1% selon les régions de France métropolitaine. De fortes inégalités régionales demeurent et l'Occitanie figure parmi les 4 régions dans lesquelles les prévalences étaient plus élevées que dans le reste de la métropole (30,3%).

Prévalence (en%)
du **tabagisme**
quotidien
par région
parmi les 18-75 ans
(France métropolitaine- 2017)



■ Supérieur aux autres régions* ■ Pas de différence significative ■ Inférieur aux autres régions* ■ Non disponible

Source : Baromètre santé 2017, Santé publique France.

* Différences significatives au seuil de 5% pour la comparaison de chaque région au reste de la France métropolitaine. Les taux sont standardisés sur la structure croisée par âge et sexe au niveau national.

En Occitanie 30,3% de la population âgée de 18 à 75 ans fume tous les jours. La région se situe 3,4 points au-dessus de la moyenne nationale (26,9%).

La mobilisation contre le tabagisme est **l'une des priorités du Projet régional de santé** qui vient d'être adopté en Occitanie. Les actions de prévention seront notamment renforcées envers les **jeunes fumeurs**.



Tous mobilisés pour la santé
de 6 millions de personnes en Occitanie
www.prs.occitanie-sante.fr



4. Le défi du #MoisSansTabac 2018

Près de 60% des fumeurs quotidiens ont envie d'arrêter de fumer. Le défi ? Les accompagner dans l'arrêt du tabac.

Ensemble, on soutient tous ceux qui arrêtent de fumer en Occitanie

Pilote du #MoisSansTabac en Occitanie, **l'Agence régionale de santé (ARS) soutient la mobilisation de tous les acteurs locaux et régionaux** dans ce dispositif innovant de santé publique. Partout dans la région, cette mobilisation est animée par un **Ambassadeur régional du #MoisSansTabac** : il s'agit d'**Epidaure**, le Département Prévention de l'Institut du cancer de Montpellier (ICM).

Coordonné au plan national par **l'Agence nationale de santé publique** (Santé publique France) et le **Ministère de la Santé**, en partenariat avec **l'Assurance Maladie**, le #MoisSansTabac 2018 incitera de nouveau les fumeurs à arrêter de fumer pendant 30 jours, au mois de novembre prochain.

Cette ^{3ème} édition du #MoisSansTabac vise à lever les freins des fumeurs qui ont envie d'arrêter de fumer et à les accompagner dans cette démarche. Après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et le fumeur a cinq fois plus de chances d'arrêter définitivement.

1 million de fumeurs en moins, ça fait beaucoup de monde. Alors cette année, c'est peut-être bien à votre tour d'en faire partie

(Extrait du spot radio 2018)

L'opération #MoisSansTabac s'appuie sur **des messages positifs** autour des avantages de l'arrêt du tabac, dans un esprit de **partage de solutions**. Il s'agit, pour les fumeurs, de relever le défi collectif d'un mois sans tabac, en bénéficiant du **soutien** et d'**encouragements** de leurs proches, pour rester motivés.

En 2018, le dispositif #MoisSansTabac met en avant **2 facteurs clés de réussite** :

- Se préparer en amont pour mieux se lancer
- Arrêter de fumer étape par étape : 30 jours, c'est 30 étapes !

5. Des outils pratiques pour accompagner les participants au défi du #MoisSansTabac

Pour participer au #MoisSansTabac, il suffit de s'inscrire sur le site internet www.tabac-info-service.fr

Des outils pratiques et gratuits sont disponibles pour accompagner les fumeurs tout au long du #MoisSansTabac :

Le kit #MoisSansTabac

- Un **guide « Je me prépare »** pour faire le point sur la dépendance, la motivation et les différentes méthodes d'arrêt avant de se lancer.
- Un « **Agenda, 30 jours pour arrêter de fumer** » qui dispense chaque jour encouragements, conseils et activités pour oublier la cigarette.
- Un **dépliant « Le stress ne passera pas par moi »** pour mieux surmonter les envies de fumer grâce à des exercices de respiration ;
- Un **disque pour calculer les économies réalisées** en fonction de sa consommation quotidienne de tabac.



COMMENT OBTENIR VOTRE KIT ?

Inscrivez-vous au #MoisSansTabac sur www.tabac-info-service.fr

Le 39 89



- Le suivi téléphonique par un tabacologue de Tabac info service : **un dispositif d'information et d'aide à l'arrêt qui répond à toutes les questions sur le tabagisme et le sevrage.**
- Il propose **un accompagnement personnalisé et gratuit** assuré par le même tabacologue tout au long de l'arrêt du tabac.
- Du **lundi au samedi, de 8h à 20h.**

Appellez
tabac info service
3989*

3989 Service gratuit + prix appel

Les professionnels de santé



- Ils sont les **interlocuteurs de proximité** pour conseiller les méthodes de sevrage tabagique les plus adaptées à chaque situation. Il existe également des **consultations spécialisées** en tabacologie : pour trouver un **tabacologue** près de chez soi, le plus simple est de consulter **tabac-info-service.fr**.

Le coaching avec l'appli et le site

- Une formule de coaching qui s'adapte aux besoins de chaque utilisateur.
- Un accompagnement **gratuit et personnalisé**
(<https://coaching.tabac-info-service.fr>)



Des communautés solidaires sur les réseaux sociaux



- Les **pages Facebook** : des communautés solidaires d'ex-fumeurs et de fumeurs souhaitant arrêter, toujours prêts à apporter leur soutien à ceux qui relèvent le même défi, même dans les moments difficiles.
- En Occitanie, le groupe **Les Occitans #MoisSansTabac** permet d'échanger, de partager son expérience, d'exprimer son ressenti et de se soutenir avec d'autres participants.
- La page **Le#moissanstabac en Occitanie** a aussi été créée : on pourra notamment y retrouver les différents événements #MoisSansTabac prévus dans notre région.



- Sur **Twitter** : création du **#OnArreteEnsemble** en complément du **#MoisSansTabac**



- Sur **Instagram** : Pour la première année, le #MoisSansTabac en Occitanie sera animé avec Alice, une influenceuse de la région. Sur Instagram, @alicecatdesigner est suivie par une communauté de plus de 32 000 personnes. **Ancienne fumeuse, Alice communiquera sur l'opération #MoisSansTabac via ses pages réseaux sociaux** et sera également présente sur des animations événementielles.

6. Des actions #MoisSansTabac partout dans la région

Des acteurs locaux mobilisés sur le terrain

- L'Ambassadeur régional du #MoisSansTabac mobilise largement **les relais locaux de cette campagne partout dans la région**. En Occitanie, l'information a été transmise à plus de 7 500 contacts, dont les 4 500 mairies de la région. Plus de 250 personnes ont été formées durant les mois de septembre et d'octobre pour accompagner localement le dispositif auprès des fumeurs.
- L'opération **#MoisSansTabac mobilise d'abord les professionnels de santé**. Au plus près de leurs patients, médecins généralistes et spécialistes, chirurgiens-dentistes, pharmaciens, sages-femmes, infirmiers ou masseurs-kinésithérapeutes, sont invités à participer activement à cette campagne de santé publique.
- Parmi les partenaires régionaux de « #MoisSansTabac », **les caisses d'Assurance Maladie** sont mobilisées pour renforcer le dispositif de proximité, en mettant l'accent sur la réduction des inégalités sociales de santé en matière de tabagisme.
- L'ambassadeur du #MoisSansTabac en Occitanie mobilise également de nombreux autres partenaires régionaux : **institutions, associations, structures de santé, entreprises...** Tous sont encouragés à participer à ce défi collectif, et à mobiliser à leur tour les élèves, les salariés, les usagers, les personnes accueillies... Pour retrouver la liste complète, rendez-vous sur la page #MoisSansTabac de Tabac Info Service.

Des animations événementielles à Perpignan, Montpellier, Toulouse, Nîmes, Mende...

- En partenariat avec les **mairies** et les partenaires locaux, des animations événementielles #MoisSansTabac seront implantées :
 - A **Perpignan** le **samedi 27 octobre** : Place Arago
 - A **Toulouse** les **jeudi 8 et vendredi 9 novembre** : Rue Alsace Lorraine / Sortie du Métro Capitole
 - A **Montpellier** les **vendredi 9 et samedi 10 novembre** : Place de la Comédie
 - A **Mende** le **mardi 6 novembre**, Galerie du centre commercial Super U
 - A **Nîmes** le **mardi 27 novembre**, Triangle de la gare (avenue de la Méditerranée)
- Ces animations permettront au grand public d'**échanger sur place avec des tabacologues** hors les murs du cabinet médical, de **s'inscrire sur Tabac info service** et de rencontrer des acteurs locaux de **prévention** et de santé publique.

Une importante campagne médiatique

- A la **télévision** : des spots seront diffusés au plan national durant le mois d'octobre afin de préparer les fumeurs à l'arrêt. Une série de 5 films comme des carnets de bord du futur qui représentent de façon honnête et réaliste les épreuves, les doutes, les victoires et les joies. Le principe : quand on connaît à l'avance toutes les étapes du défi à relever, on se sent déjà plus à même de l'affronter.
- Avec des **personnalités** et des anonymes encadrés par une tabacologue et un coach dans leur sevrage tabagique : l'émission « Promis, c'est la dernière » (en partenariat avec TF1) permettra de suivre TITOFF (humoriste et comédien), Rachel LEGRAIN TRAPPANI (Miss France 2007) et des anonymes dans leurs efforts quotidiens pour arrêter de fumer.
- A la **radio** : une campagne avec 1 spot en octobre et 1 en novembre.
- **Dans les gares** : affichage digital (spot 10 secondes) sur 459 écrans dans les gares avec un message basé sur l'évolution favorable de la prévalence + 2 messages sonores.
- Dans les **pharmacies** : un message adhésivé de façon événementielle sur les vitrines de 17 500 pharmacies en France.

Pour sensibiliser plus fortement les jeunes de la région, l'Agence régionale de santé Occitanie a choisi de relayer le spot TV de la campagne pendant les vacances de la Toussaint dans 207 salles de cinémas de la région, couvrant chacun des 13 départements pendant 2 semaines (soit près de 400000 spectateurs)



Un guide pratique pour tous les partenaires du #MoisSansTabac en Occitanie

- Un guide d'action pour les acteurs et partenaires en Occitanie a ainsi été élaboré par l'Ambassadeur régional du #MoisSansTabac pour expliquer comment devenir acteur ou partenaire et donner **des exemples d'actions** à mettre en place pour communiquer auprès des publics, organiser des actions collectives ou soutenir les fumeurs dans leurs tentatives d'arrêt.



7. Les partenaires régionaux du #MoisSansTabac 2018



Pilote de l'opération #MoisSansTabac en Occitanie, l'Agence régionale de santé soutient la mobilisation de tous les acteurs locaux et régionaux dans ce dispositif innovant de santé publique et de lutte contre le tabagisme. L'ARS Occitanie veille en priorité à impliquer les jeunes de la région dans cette opération. Pour accompagner tous les participants qui le souhaitent dans une démarche active d'arrêt du tabac, l'ARS mobilise les professionnels de santé et les établissements sanitaires de la région.

www.occitanie.ars.sante.fr

Contacts presse : Vincent DROCHON 04 67 07 20 57 / 06 31 55 11 77
vincent.drochon@ars.sante.fr
Sébastien PAGEAU 04 67 07 20 14 / 06 82 80 79 65
sebastien.pageau@ars.sante.fr



Ambassadeur du #MoisSansTabac en Occitanie, Epidaure, Département Prévention de l'ICM, a pour principale mission la prévention des cancers par l'éducation pour la santé. Il développe des études et des actions dans le domaine de la prévention auprès de la population générale et auprès des patients. Il est également le Centre Ressources Prévention Santé de l'Académie de Montpellier. Ce Département Prévention, qui est devenu une référence locale, nationale et internationale dans ce domaine, est une composante majeure de l'ICM (Institut du Cancer de Montpellier) regroupant par ailleurs, les activités de soins, de recherche et de formation.

www.icm.unicancer.fr

Contacts presse : Justine FERRERO 04 67 61 37 61
justine.ferrero@icm.unicancer.fr
Marion MOURGUES 04 67 61 25 03
marion.mourgues@icm.unicancer.fr



**AGIR ENSEMBLE,
PROTÉGER CHACUN**

En complément du dispositif de communication, l'Assurance Maladie a renouvelé cette année son appel à projets et les caisses d'assurance maladie d'Occitanie financent plus de 40 initiatives locales, qui privilégient l'accompagnement des fumeurs dans leur démarche de sevrage. L'accent est mis en particulier sur les publics prioritaires, à savoir les jeunes, les femmes enceintes et les patients atteints de pathologies chroniques...).

www.ameli.fr

Contacts presse : David LOPEZ 04 99 52 56 62 / 07 78 84 47 05
david.lopez@assurance-maladie.fr
Alexandra GAZAGNE 04 99 52 53 36 / 07 60 95 29 46
Alexandra.gazagne@assurance-maladie.fr