



#MOI(S) SANS TABAC

Tous mobilisés dans Grand Est
pour la 8ème édition

Vous n'étiez pas seul quand vous avez commencé.

Vous ne serez pas seul pour arrêter !



DOSSIER DE PRESSE | OCTOBRE/NOVEMBRE 2023

Contacts presse

Région Grand Est

Association Addictions France - Structure ambassadrice :
moisanstabac.grandest@addictions-france.org

Audrey BEILHARTZ - Ambassadrice du Mois Sans Tabac
en Grand Est | 06.38.36.56.87

Agence Régionale de Santé Grand Est :
ars-grandest-presse@ars.sante.fr

Au national

Santé publique France : presse@santepubliquefrance.fr

COMMUNIQUE DE PRESSE GRAND EST

Nancy, le 27 octobre 2023

8^{ème} édition de Mois sans tabac : une nouvelle occasion de relever le défi !

Cette année encore, le mercredi 1^{er} novembre 2023, Santé publique France et le Ministère de la Santé et de la Prévention, en partenariat avec l'Assurance Maladie, donnent le coup d'envoi de la nouvelle édition du défi Mois sans tabac. Cette opération, désormais incontournable en novembre, encourage les fumeurs à arrêter de fumer pendant 30 jours et compte déjà plus de 6 500 inscrits en Grand Est. Afin d'accompagner au mieux les participants, des outils d'aide à l'arrêt sont mis à leur disposition, notamment sur le [site internet dédié](#) et sur l'application Tabac info service.

Pour cette édition 2023, le magicien et humoriste Éric Antoine sera l'ambassadeur du défi à travers l'émission de divertissement de M6, La France A un Incroyable Talent.

Mois sans tabac : un défi mobilisateur et bénéfique pour la santé publique



Mois sans tabac, l'opération nationale et locale d'aide à l'arrêt du tabac, rassemble cette année au 26 octobre déjà plus de 87 900 inscrits en France. Depuis 2016, ce sont près de 1,2 millions de personnes qui ont relevé le défi. Les données portant sur les inscriptions pour les années 2016 à 2022 sont disponibles depuis début octobre sur [Géodes](#).

Mois sans tabac est un défi qui rassemble mais aussi et surtout, un programme qui a su montrer son efficacité. Selon les modélisations de l'OCDE¹, l'opération 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 d'euros). 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.

« Le Mois sans tabac est l'occasion pour les fumeurs de rejoindre un élan collectif et de s'engager ensemble dans une démarche d'arrêt du tabac. C'est une étape essentielle qui a su démontrer son efficacité au fil des années et qui nécessite d'être au plus proche des fumeurs pour les soutenir. Parce que stimuler leur motivation est capital, Santé publique France et ses partenaires, toujours plus nombreux chaque année, accompagnent l'ensemble des participants à tenir durant ce défi et ainsi augmenter leurs chances d'abandonner le tabac définitivement. Lutter contre le tabagisme est une priorité de santé publique et c'est collectivement que nous arriverons demain à une France non fumeuse. »

Dr Caroline Semaille, Directrice générale de Santé publique France

¹ <https://www.oecd.org/fr/france/evaluation-du-programme-national-de-lutte-contre-le-tabagisme-en-france-b656e9ac-fr.htm>

Un mois pour stopper la cigarette et augmenter ses chances d'arrêt définitif !

Avec **près de 6 fumeurs quotidiens sur 10 qui souhaitent arrêter de fumer**², Mois sans tabac est l'occasion de relever ce défi collectivement grâce au soutien des différents acteurs (professionnels de santé, partenaires, commerces de proximité, proches...) qui accompagnent les participants à rester motivés dans leur arrêt du tabac. En effet, un mois sans tabac multiplie par cinq les chances d'arrêter de fumer définitivement.

Cette année encore, **des actions de terrain sont déployées pour être au plus proche des fumeurs**. Sur l'ensemble du territoire, un stand Mois sans tabac sera présent lors de deux journées dans des lieux de passage afin de fournir les informations utiles sur l'arrêt du tabac.

En Grand Est, les deux stands Mois sans tabac seront présents dans les galeries marchandes des centres commerciaux :

- **Auchan à Illkirch Baggersee (67) le samedi 28 octobre 2023 de 9H à 17H**
- **Carrefour Croix Dompierre à Châlons-en-Champagne (51) le samedi 18 novembre 2023 de 9H à 17H**



Un important dispositif média pour accompagner l'opération



Pour cette édition, en complément de la campagne habituelle (affichage, TV, radio et digital), Mois sans tabac s'allie au groupe M6 dans le cadre d'un partenariat durant toute la durée de l'opération. En association avec le programme phare de la chaîne, **La France a un Incroyable Talent**, **l'animateur et magicien Eric Antoine invite les fumeurs à participer au défi Mois sans tabac et à découvrir les outils d'aide à l'arrêt**. Au travers de plusieurs vidéos, Eric Antoine motive, accompagne et conseille les fumeurs avec enthousiasme et bienveillance. L'ensemble des chaînes du groupe participent à l'opération, à travers différents supports diffusés en TV (M6, W9 et

6ter), en digital et en radio (Fun radio) avec l'engagement de l'animatrice Marion Gagnot.

Sur les réseaux sociaux, les influenceurs se mobilisent également afin de toucher le plus grand nombre. Monsieur Thomas, Les Normales ou encore Elyse Mirot participent à la promotion de l'opération à travers des vidéos postées sur leurs comptes Instagram et TikTok.

Des outils adaptés aux besoins de chacun

Parmi l'ensemble des outils disponibles pour soutenir les participants, on retrouve :

Tabac info service, dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac, qui comprend :

- **Le 39 89**, numéro d'aide à distance de Tabac info service, met en relation les fumeurs avec des tabacologues afin de bénéficier d'un suivi personnalisé et gratuit. **Depuis le 31 mai 2023, le 39 89 est accessible aux personnes sourdes ou malentendantes via la plateforme Acceo.**
- **Le site internet tabac-info-service.fr** propose de nombreux contenus d'aide et outils d'accompagnement (mise en contact avec un tabacologue, témoignages, questions/réponses...).
- **L'application d'e-coaching Tabac info service**, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France, propose un programme complet et personnalisé pour optimiser les chances d'arrêt définitif du tabac.

En s'inscrivant sur les pages [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#), les participants peuvent trouver chaque jour du soutien au sein même de la communauté, des informations utiles et des conseils pour affronter la phase de sevrage.

Enfin, un **kit d'aide à l'arrêt Mois sans tabac** qui accompagne les fumeurs tout au long de leur arrêt, est disponible gratuitement dès l'inscription sur le site [Mois sans tabac](#) ou dans les 18 000 pharmacies partenaires de l'opération.

² <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/documents/article/prevalence-nationale-et-regionale-du-tabagisme-en-france-en-2021-parmi-les-18-75-ans-d-apres-le-barometre-de-sante-publique-france>

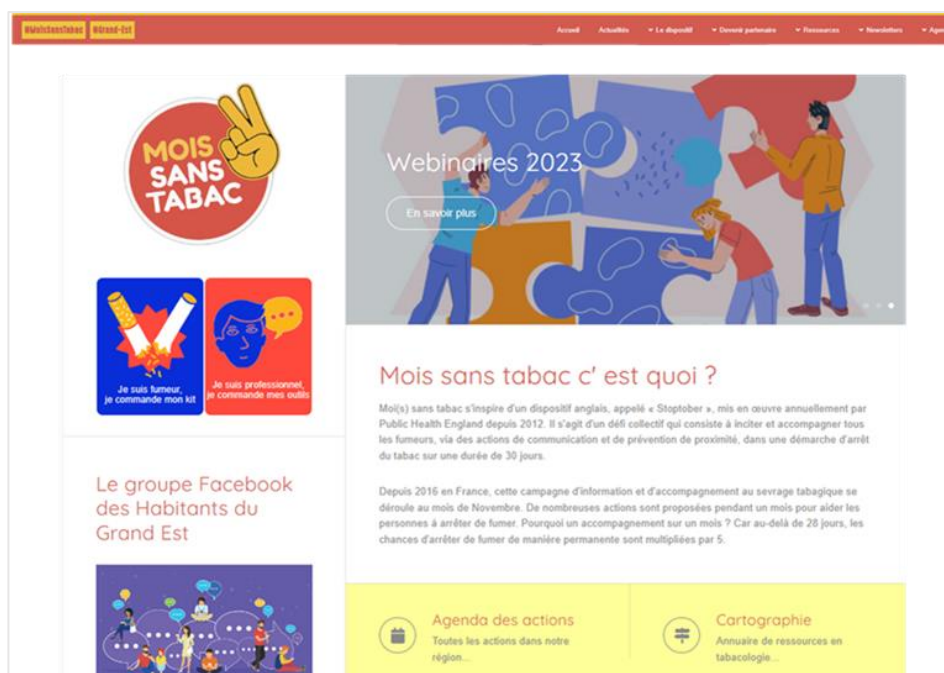
ON FAIT QUOI EN GRAND EST POUR LE MOIS SANS TABAC ?

La région compte plus d'un million de fumeurs quotidien mais plus d'un fumeur sur deux souhaite arrêter : le mois sans tabac, c'est l'occasion de les accompagner !

Les inscriptions sont reparties à la hausse en 2022 tant au niveau national avec plus de 162 000 personnes inscrites dont 11 840 en Grand Est soit une hausse de 39% des inscrits dans notre région par rapport à 2021 (8 499). Pour 2023, ce sont déjà plus de 6 500 personnes en Grand Est qui se lancent dans le défi: restons tous mobilisés pour un maximum d'inscrits cette année !

Pour rester informé sur ce qui se passe en Grand Est, un seul site : www.mois-sans-tabac-grandest.fr

Agenda, actualité, formation, annuaire des ressources en tabacologie, tout est disponible et consultable en ligne ! N'oubliez pas de **vous inscrire aux newsletters**. L'**ambassadrice** et les **référénts territoriaux** sont à vos côtés pour toute question !



Une présence sur les réseaux sociaux régionaux

TikTok, LinkedIn, @Instagram, #Facebook, le MoST Grand Est est sur les réseaux sociaux cette année : suivez nous et partagez !

Des contenus comme des témoignages, des outils et articles, des interviews de professionnels, ... sont proposés aux participants, notamment dans le groupe privé Facebook « **Les habitants du Grand Est #Moissanstabac** » (sur inscription)



Et pour suivre toute l'info du MOST en Grand Est sur votre portable, un seul lien : [mostgrandest - Latest Instagram Links \(linktr.ee\)](#)

Pour se former et s'informer, des webinaires

Un cycle de webinaires à votre service : ils sont gratuits et ouverts à tous les acteurs du Mois sans tabac. Pour s'inscrire, rendez-vous [sur le lien d'inscription](#)

Vous souhaitez assister à un de ces webinaires ?

Inscrivez-vous dès à présent

11 octobre 18h-20h Notions de base et nouveaux modes de consommation Intervenants • M. Martini • Mme Charnier	12 octobre 9h30-11h Tabac et Diététique Intervenant • Mme Chapon	19 octobre 18h-20h Tabac et Jeunes Intervenant • Mme Livacic	26 octobre 9h30-11h Substituts et prescriptions Intervenant • Mme Balaud
6 novembre 14h-16h Tabac et troubles psychiatriques Intervenant • Pr. Dervaux	9 novembre 14h-16h Tabac et Précarité Intervenants • M. Peiffer • Mme Ait Yahia	16 novembre 14h-16h Tabac et Périnatalité Intervenants • Mme Meier • Mme Ait-Yahia	24 novembre 13h30-15h30 Cigarette Electronique Intervenant • M. Arvers

Ces webinaires seront disponibles en replay sur notre site internet

Pour mobiliser les fumeurs, des actions de terrain dans toute la région

Toutes les actions mises en œuvre en Grand Est sont disponibles dans [l'agenda en ligne](#).



Enfin, deux stands Mois sans tabac seront présents dans les galeries marchandes des centres commerciaux :

- **Auchan à Illkirch Baggersee (67) le samedi 28 octobre 2023 de 9H à 17H**
- **Carrefour Croix Dompierre à Châlons en Champagne (51) le samedi 18 novembre 2023 de 9H à 17H**

Samedi 28 octobre 2023
Retrouvez-nous dans la galerie
marchande **AUCHAN**
à **Illkirch (67)**

mois sans tabac

De 9H00 à 17H00
Des jeux, des conseils, la présence de
professionnels de santé...et bien plus !

Auchan
#MoisSansTabac

Santé publique France | REPUBLIQUE FRANÇAISE | ars | l'Assurance Maladie | MOIS SANS TABAC

Samedi 18 novembre 2023
Retrouvez-nous dans la galerie
marchande **CARREFOUR Croix Dompierre**
à **Châlons-en-Champagne (51)**

mois sans tabac

De 9H00 à 17H00
Des jeux, des conseils, la présence de
professionnels de santé...et bien plus !

Carrefour
#MoisSansTabac

Santé publique France | REPUBLIQUE FRANÇAISE | ars | l'Assurance Maladie | MOIS SANS TABAC

Et Mois sans tabac c'est toujours :

- Un mois pour se préparer, en octobre**
 ...mais à quoi ça sert de se préparer ? Définir ses motivations, découvrir son profil de fumeur, tester sa dépendance, informer autour de soi qu'on se lance dans le défi...autant de bonnes idées pour mettre toutes les chances de son côté !
- 30 jours pour arrêter de fumer, tout au long du mois de novembre**
 Des outils, des défis, des conseils ...pour découper le grand défi de 30 jours en 30 défis plus simples à relever. Pour ceux qui n'ont pas suivi les 7 dernières éditions, 30 jours d'arrêt c'est 5 fois plus de chance d'arrêter définitivement !
- L'application Tabac Info Service**
 Pour un programme d'e-coaching 100% personnalisé, des conseils, des astuces et des mini jeux comme des vidéos de soutien.
- Le 39 89**
 La ligne téléphonique gratuite, accessible à tous du lundi au samedi, de 8h à 20h. pour entrer en relation avec des professionnels de l'arrêt du tabac, pour un suivi personnalisé.
- Une communauté en soutien sur les réseaux sociaux**
 les pages **Facebook**, **X (Twitter)** et la page **Instagram @tabacinfoservice**, sont toujours ouvertes et les fumeurs peuvent y trouver chaque jour du soutien, des informations utiles et des conseils dans leur tentative d'arrêt.



ADMINISTRATION/ENTREPRISE SANS TABAC : POURQUOI PAS VOUS ?



L'ARS Grand Est est engagée depuis janvier 2020 dans une démarche d'administration sans tabac. Pour mutualiser et partager cette démarche, un guide a été rédigé, reprenant les principales étapes pour mettre en place une démarche de ce type.

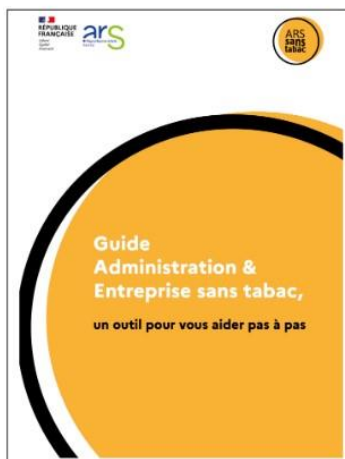
Accompagner les collaborateurs qui souhaitent arrêter de fumer, être attentifs au bien-être de tous, ne pas être à l'origine d'une rechute pour les personnes qui ont arrêté de fumer, ne pas être vecteur de tabagisme passif, contribuer à dénormaliser le tabac pour les plus jeunes, créer une dynamique collective... autant d'objectifs que la démarche peut permettre de mettre en place dans toute entreprise ou administration !

Pour valoriser cette démarche et comprendre les objectifs, une courte vidéo a été réalisée. Vous pouvez la retrouver sur:

[S'engager dans une démarche "Administration / Entreprise sans tabac" - YouTube](#)

Et pour les plus motivés, un guide pratique reprenant l'ensemble des outils qui peuvent être réutilisés est disponible gratuitement en téléchargement, ainsi qu'une charte.

Et si le mois sans tabac était l'occasion de vous lancer ?

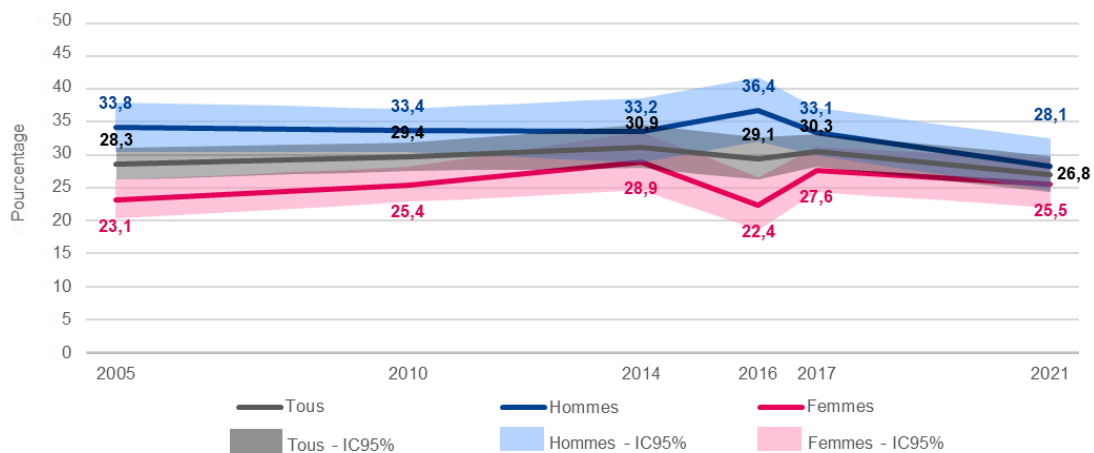


L'ARS Grand Est a produit une charte et un « [GUIDE ADMINISTRATION & ENTREPRISE SANS TABAC, UN OUTIL POUR VOUS AIDER PAS A PAS](#) », qui se veut pratico-pratique, reprenant les étapes de la démarche et l'ensemble des outils qui peuvent être transférables ou ré-utilisables

QUELQUES CHIFFRES CLES EN REGION ³

On estime que le nombre de fumeurs quotidiens en région Grand Est en 2021 est de 1 060 000, ce qui représente 27% des adultes (18-75 ans). Si ce sont 200 000 fumeurs de moins qu'en 2017, le Grand Est reste très touché avec plus d'un quart de la population du Grand Est qui fume quotidiennement, plaçant cette problématique de santé publique comme une priorité pour la région.

Evolution de la prévalence du tabagisme quotidien chez les 18 à 75 ans, selon le sexe, région Grand Est, 2005 - 2021 [intervalle de confiance à 95 %]



Le tabac reste un marqueur social fort puisque la part de fumeurs est nettement plus élevée chez les personnes ayant les revenus les plus faibles (31.9% contre 18.7% parmi les personnes ayant les revenus les plus élevés). De même le tabagisme est plus important chez les moins de 30 ans avec une proportion de fumeurs dépassant les 33% chez les 18-30 ans.

Evolution des proportions de fumeurs quotidiens chez les 18 à 75 ans, selon l'âge et le niveau de revenu, région Grand Est, 2017 –2021 [intervalle de confiance à 95 %]⁴

		2017	2021
Classe d'âge	18-30 ans	39,5 [33,7 ; 45,7]	33,9 [27,3 ; 41,3]
	31-45 ans	30,6 [25,9 ; 35,8]	29,6 [24,4 ; 35,4]
	46-60 ans	34,3 [30,0 ; 38,8]	29,8 [25,2 ; 34,8]
	61-75 ans	14,9 [11,6 ; 19,0]	14,8 [11,1 ; 19,5]
Niveau de revenu **	Faible	38,6 [33,9 ; 43,4]	31,9 [27,1 ; 37,1]
	Moyen	30,2 [26,3 ; 34,4]	26,2 [21,8 ; 31,3]
	Elevé	21,7 [18,2 ; 25,7]	18,7 [15,1 ; 22,9]

On note que plus de la moitié des fumeurs expriment l'envie d'arrêter de fumer (58 %) et près d'un quart ont fait une tentative d'arrêt dans l'année (24 %).

³ Source : *Baromètres de Santé publique France* 2005, 2010, 2014, 2016, 2017 et 2021

BEH n°9-10 du 31 mai 2023 : Journée mondial sans tabac

PE Grand Est Thématique Tabac - juillet 2023

⁴ Source : *Baromètres de Santé publique France* 2017 et 2021

Chez les femmes enceintes, les évolutions récentes sont encourageantes puisque le tabagisme pendant la grossesse a diminué : 12,2% des femmes déclarent fumer au moins une cigarette par jour au troisième trimestre de grossesse en 2021 (contre 16,3% en 2016) ⁵En Grand Est, cette proportion est de 14 % contre 19,8% en 2016.

Chez les jeunes, au niveau régional, les dernières données disponibles sont celles de EnClass⁶ qui, depuis 10 ans, travaillent à l'amélioration du dispositif d'observation de la santé et des comportements des adolescents en France⁷. Ces données montrent une expérimentation chez les collégiens de 20,3% (contre 21,2% pour la France entière) et un usage quotidien pour 4,7% (contre 6,2% pour la France).

Tableau 10.1 Usage du tabac parmi les collégiens de la région Grand-Est et de l'ensemble de la France métropolitaine

	Garçons			Filles			Filles + Garçons		
	Grand-Est %	IC 95%	FR %	Grand-Est %	IC 95%	FR %	Grand-Est %	IC 95%	Ensemble de la France (FR) % Effectif
Expérimentation du tabac dans la vie									
Non	79,4	[75,3-82,9]	76,5	80,0	[74,1-84,9]	81,2	79,7	[75,8-83,1]	78,8 10270
Oui	20,6	[17,1-24,7]	23,5	20,0	[15,1-25,9]	18,8	20,3	[16,9-24,2]	21,2 2685
	ns			ns			ns		
Usage de tabac au cours des 30 derniers jours									
Non	95,8	[93,7-97,2]	93,8	94,9	[92,4-96,6]	93,7	95,3	[93,6-96,6]	93,8 12136
Oui	4,2	[2,8-6,3]	6,2	5,1	[3,4-7,6]	6,3	4,7	[3,4-6,4]	6,2 795
	ns			ns			ns		
Tabagisme quotidien									
Non	98,1	[96,1-99,1]	97,2	98,0	[96,4-98,9]	97,6	98,1	[96,8-98,8]	97,4 12591
Oui	1,9	[0,9-3,9]	2,8	2,0	[1,1-3,6]	2,4	1,9	[1,2-3,2]	2,6 340
	ns			ns			ns		

Source : enquête EnCLASS-HBSC 2018. exploitation régionale Inserm/ EHESP/ OFDT

Le vapotage prend de l'ampleur avec 39% des adultes (18-75 ans) qui ont déjà expérimenté, ce taux atteint 61% chez les 18-30 ans. Cependant, seuls 4% déclarent une utilisation quotidienne. Chez les jeunes également, cet usage augmente avec près de 1 collégien sur 3 (30,6%) qui a déjà expérimenté la cigarette électronique, taux qui monte à 1 sur 2 (56,9%) à 17 ans.

Proportions d'adultes de 18 à 75 ans ayant expérimenté le vapotage et vapotant quotidiennement selon le sexe, l'âge et le statut tabagique, Grand Est, 2021 [intervalle de confiance à 95 %]⁸

		Expérimentation du vapotage	Vapotage quotidien
Ensemble		38,8 [36,0 - 41,6]	4,4 [3,4 - 5,8]
Sexe	Hommes	40,6 [36,7 - 44,7]	5,2 [3,6 - 7,5]
	Femmes	37,0 [33,0 - 41,1]	3,7 [2,5 - 5,3]
Classe d'âge	18-30 ans	61,0 [54,2 - 67,4]	4,2 [2,4 - 7,2]
	31-45 ans	48,4 [42,7 - 54,1]	5,8 [3,6 - 9,2]
	46-60 ans	33,8 [29,0 - 38,9]	4,4 [2,8 - 6,9]
	61-75 ans	16,8 [12,8 - 21,8]	3,4 [1,7 - 6,5]
Statut tabagique	Fumeur	75,2 [70,2 - 79,5]	5,0 [3,2 - 7,8]
	Ex-fumeur	31,2 [26,8 - 35,9]	8,4 [6,0 - 11,6]

En 2022, au niveau national, les inscriptions MOST représentaient 1,4 % des fumeurs quotidiens en France. Chaque année, les femmes sont plus nombreuses à s'inscrire que les hommes (67 % de femmes en 2022). L'âge des inscrits se répartit comme suit : 54 % de 25-44 ans ; 13 % de moins de 25 ans et 33 % de plus de 45 ans.

⁵ Cinelli H, Lelong N, Le Ray C et ENP2021 Study group. Rapport de l'Enquête Nationale Périnatale 2021 en France étiopropolitaine : Les naissances, le suivi à 2 mois et les établissements – Situation et évolution depuis 2016. Inserm, Octobre 2022. Disponible sur le site <https://enp.inserm.fr>

⁶ « Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances » 2018- Fruit d'une collaboration des équipes de recherche des enquêtes Health Behaviour in School-aged children (HBSC) et European School Project on Alcohol and other Drugs (ESPAD)

⁷ Emmanuelle Godeau, Stanislas Spilka, Virginie Ehlinger, Cynthia Hurel, Comportements de santé et bien-être des collégiens, exploitations régionales de l'enquête EnCLASS 2018, EHESP, 2020.

⁸ Source : Baromètre de Santé publique France 2021

