

## « Moi(s) sans tabac » L'ARS Grand-Est se mobilise et participe au grand défi collectif

**En novembre, on relève le défi dans notre région !**

Le tabac continue à tuer chaque année en France 73 000 personnes et représente la première cause de mortalité évitable. En région Grand-Est, près d'1 300 000 habitants fument quotidiennement<sup>1</sup>. Marisol TOURAINE, ministre des Affaires sociales et de la Santé, et Santé publique France en partenariat avec l'Assurance Maladie lancent une opération inédite en France : « Moi(s) sans tabac ». Du 1<sup>er</sup> au 30 novembre 2016, les fumeurs seront invités à arrêter le tabac et les non-fumeurs à les encourager. L'ARS Grand Est et ses partenaires organisent de nombreuses actions de sensibilisation et de soutien pour inciter toute la région à rejoindre le mouvement « Moi(s) sans tabac ».

### Un mois sans fumer c'est 5 fois plus de chance d'arrêter

« Moi(s) sans tabac » s'inspire de « Stoptober », une campagne d'aide à l'arrêt du tabac, mise en place en Angleterre par Public Health England en 2012, et qui a permis, dès la première année, d'augmenter les tentatives d'arrêt du tabac de 50% en octobre. L'opération « Moi(s) sans tabac » 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 de soutien et d'encouragement de tous pour rester motivés. Car, après 30 jours d'abstinence, la dépendance est bien moins forte et le fumeur a cinq fois plus de chances d'arrêter définitivement.

Pendant tout le mois d'octobre, l'ARS Grand-Est, avec le soutien de l'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (ANPAA), ambassadeur de la campagne en région, a mis en place de nombreuses actions pour sensibiliser les fumeurs à l'arrêt du tabac, les inciter à participer à l'opération « Moi(s) sans tabac » en s'inscrivant sur le site [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr), puis les aider à préparer au mieux leur arrêt.

### Novembre : arrêter tous ensemble

Tout au long du mois de novembre, en parallèle de la communication nationale, l'ARS Grand Est et ses partenaires déploient un dispositif de soutien à travers des manifestations individuelles ou collectives. L'objectif est de soutenir le public participant à l'opération, leur prodiguer conseils et encouragements et de les accompagner jusqu'au succès.

**Quelques exemples d'actions de soutien en région**  
Pour connaître le détail du programme : [www.ars.grand-est.sante.fr](http://www.ars.grand-est.sante.fr)

#### Vendredi 4 novembre et Samedi 5 novembre

Stand d'information à destination du public - place Maginot à Nancy

#### Mardi 8 novembre de 14h à 17h

Stand d'information en direction des femmes enceintes et entourage, organisé par le CHU de Strasbourg (centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie) - Centre médical, chirurgical et obstétrique du CHU de Strasbourg

#### Mardi 15 novembre à 12h

Rassemblement devant le Groupement Médical Saint Rémi pour une photo de soutien à tous les fumeurs en démarche d'arrêt et futurs ex-fumeurs, organisé par l'ANPAA - SCI Groupement Médical Saint Rémi - 22 rue Simon à Reims



Parallèlement, des actions locales auprès des professionnels de santé ont été mises en place afin d'appuyer leur rôle auprès des fumeurs durant tout le Moi(s) sans tabac.

**55% des fumeurs quotidiens de la région Grand-Est ont envie d'arrêter de fumer**  
**Moi(s) sans tabac va les y aider !**

<sup>1</sup> Baromètre Santé 2014 : étude menée sur un échantillon représentatif de la population âgée de 15 à 75 ans

#### CONTACTS PRESSE

ARS Grand Est : [mylene.marthey@ars.sante.fr](mailto:mylene.marthey@ars.sante.fr), 03 26 21 81 62

Santé publique France : Vanessa Lemoine / Cynthia Bessarion : 01 49 33 22 17 – [presse@santepubliquefrance.fr](mailto:presse@santepubliquefrance.fr)