



#MOI(S) SANS TABAC

**Tous mobilisés dans le Grand Est
pour la 6^{ème} édition**

« En novembre, on arrête ensemble ! »



OCTOBRE 2021 - DOSSIER DE PRESSE

Contact presse

Agence Régionale de Santé Grand Est

ars-grandest-presse@ars.sante.fr

Sommaire

Communiqué de synthèse - 6^{ème} édition du Mois sans tabac : le défi commence maintenant !

6ème #MoisSansTabac : une édition spéciale pour une année spéciale

- Focus sur tabac et crise sanitaire
- Des outils qui ont prouvé leur efficacité
- Des fumeurs qui ont de plus en plus recours aux substituts nicotiniques pour arrêter de fumer
- Les bénéfices de l'arrêt du tabac

Le #Mois sans Tabac 2021 : Les points forts de la 6ème édition

- « Le Programme 40 jours », être accompagné, ça change tout !
 1. 10 jours pour se préparer au sevrage
 2. 30 jours pour arrêter de fumer
- #MoisSansTabac : des outils pour garder le lien
 1. Mois sans tabac en Grand Est, des outils digitaux pour être accessible à tous !
 2. Et toujours, des outils nationaux, plus qu'essentiels
 - L'application Tabac Info Service de l'Assurance Maladie
 - Le 39 89 : la ligne téléphonique gratuite
 - Toute une communauté en soutien sur les réseaux sociaux !
- #MoisSansTabac : l'appel à projet de l'Assurance Maladie

Le #MoisSansTabac en Grand Est

- En Grand Est, tous acteurs de #MoisSansTabac !
- La lutte contre le tabagisme, une priorité pour l'ARS Grand Est
- Grossesse et Tabac : un bon moment pour arrêter de fumer !
- Des projets phares en région Grand Est
 1. Lieu de santé sans tabac (LSST) : une politique active contre le tabac
 2. Villes Pilotes sans tabac : le Grand Est pionnier de cette nouvelle démarche
- L'ARS Grand Est : s'engager à devenir une ARS sans tabac

Le Tabac en France & en Grand Est

Communiqué de synthèse
Nancy, le 26 octobre 2021

6^{ème} édition du Moi(s) sans tabac : le défi commence maintenant !

Santé publique France, en partenariat avec le Ministère des Solidarités et de la Santé et l'Assurance Maladie, lance la 6^{ème} édition de **#MoisSansTabac**. Depuis son lancement en 2016, l'opération **Moi(s) sans tabac** a enregistré plus de 900 000 inscriptions au niveau national sur la plateforme dédiée dont environ 70000 en région Grand Est.

Désormais incontournable, *Moi(s) sans tabac* propose aux fumeurs un accompagnement personnalisé au sevrage et renforce cette année son dispositif avec un nouveau service leur facilitant l'accès à une consultation d'aide à l'arrêt. Les fumeurs sont invités à s'inscrire durant tout le mois d'octobre via le site dédié et à se préparer dès maintenant à relever ce défi dès le 1^{er} novembre prochain.

Tout au long du mois de novembre, [Tabac info service](#) encourage et soutient quotidiennement les participants pour qu'ils restent motivés. Sous le pilotage de l'ARS, cette campagne est coordonnée en Grand Est par [l'Association Addictions France](#), Ambassadeur du Moi(s) sans tabac dans notre région.

Depuis 5 ans, Association Addictions France est partenaire de l'opération annuelle Moi(s) Sans Tabac. Chaque année, les équipes de professionnels et bénévoles en Grand Est participent à cette campagne nationale qui vise à inciter un maximum de fumeurs à arrêter la cigarette.

Pendant **#MoisSansTabac**, en novembre on arrête tous ensemble !

Le tabac reste aujourd'hui la première cause évitable de mortalité en France. Alors qu'on notait une baisse du tabagisme en France métropolitaine de 1,9 million de fumeurs quotidiens entre 2014 et 2019, **les résultats du Baromètre de Santé publique France¹, publiés en mai 2021, montrent que la prévalence s'est stabilisée en 2020, avec 25,5% de fumeurs quotidiens**, sans variation significative par rapport à 2019.

Les données du dernier Baromètre de Santé publique France montrent que les résultats vont bien au-delà du nombre d'inscrits officiel : sur la période 2016-2019, **près de 1,8 million de tentatives d'arrêt attribuables à Mois sans tabac** étaient comptabilisées, soit plus du double du nombre d'inscriptions en ligne. Plus précisément, le taux de tentatives d'arrêt attribuables à Mois sans tabac a significativement augmenté entre 2017 (2,9%) et 2018 (4,8%), avant de se stabiliser en 2019 (4,3%).

Le Grand Est est l'une des régions les plus concernées avec 1 200 000 fumeurs quotidiens

Lutter contre le tabagisme reste une priorité de santé publique. Avec Moi(s) sans tabac, Santé publique France invite les fumeurs, dans un élan collectif, à arrêter de fumer tous ensemble pendant un mois, en novembre. **Ces 30 jours sont essentiels car ils multiplient par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement lorsque ce 1^{er} défi est accompli.** Au-delà de 30 jours, les symptômes de manque (nervosité, irritabilité) sont largement réduits.

¹. Enquête téléphonique sur échantillon aléatoire auprès de la population adulte résidant en France métropolitaine, menée entre janvier et mars, puis entre juin et juillet 2020, auprès d'un échantillon total de 14 873 individus

#MoisSansTabac en quelques chiffres nationaux



- Plus de **900 000 inscriptions** depuis la 1^{ère} édition en 2016
- Une édition 2020 couronnée de succès :
 - plus de **125 000 inscrits** malgré le contexte de crise sanitaire
 - plus de **123 000 téléchargements** de l'application
 - plus de **85 000 personnes** se sont inscrites par mail au «programme 40 jours»
 - près de **139 000 fans** sur la page Facebook et **5 700 followers** sur Twitter

FOCUS +++ #MoisSansTabac en Grand Est

- **69369** inscriptions pour les 5 éditions (2016>2020)
- Déjà **4000** inscriptions à ce jour pour 2021
- **1413** membres dans le groupe privé Facebook « **Les habitants du Grand Est # Mois Sans Tabac** »
- **114** actions #MoisSansTabac recensées en 2020 sur le territoire du Grand Est

Se préparer au sevrage : une étape incontournable pour la réussite du défi

Parce que l'aide d'un professionnel de santé augmente de 70% les chances de réussir son sevrage, **Moi(s) sans tabac facilite l'accès à un entretien avec un professionnel de santé. Via un espace dédié sur le site internet, chaque participant pourra trouver un entretien d'aide à l'arrêt du tabac correspondant à ses attentes : une consultation avec un professionnel de santé en présentiel, une consultation par téléphone grâce au 39 89, des entretiens individuels ou collectifs proche de chez lui ou en visio-conférence.**

L'objectif : rendre le dispositif encore plus efficace et augmenter les chances de succès des participants.

Mois sans tabac participe un peu plus chaque année à créer une communauté ayant pour ambition commune de surmonter l'envie de fumer, ensemble.



Autre nouveauté cette année, #MoisSansTabac fait son entrée sur **Wanted Community**, une communauté d'entraide et de coopération sociale présente sur Facebook, pour promouvoir le sevrage tabagique durant les mois d'octobre et novembre.

Un partenariat qui permettra de faire passer des messages de solidarité à près d'1 million de membres, répartis dans une dizaine de villes françaises.

Ses fondateurs, Jérémie, Christian et Luc, se lanceront d'ailleurs dans l'aventure *Moi(s) sans tabac*.

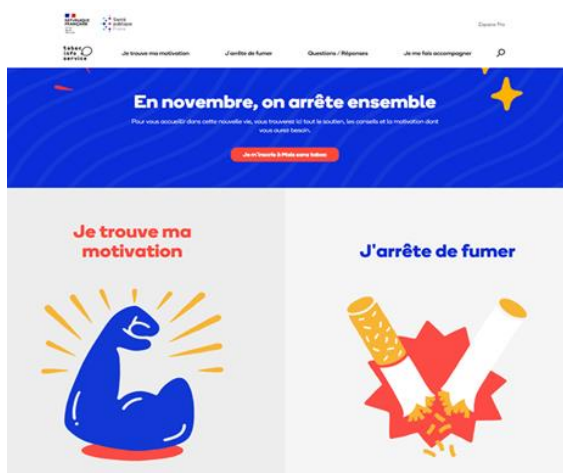
Dans le cadre de l'appel à projets « **Moi(s) sans tabac 2021** » porté par l'Assurance Maladie, plus de **300 projets d'aide à l'arrêt du tabac** ont été retenus, témoignant d'une belle mobilisation pour cette 6^{ème} édition du Mois sans Tabac.

Cette année, l'Assurance maladie finance 21 projets dans la région Grand Est, pour un montant de 128 989 € .

Parmi les **dispositifs incontournables** à retrouver cette année pour s'informer, choisir sa stratégie d'arrêt et se tenir prêt :

1. Le site tabac-info-service.fr, dispositif majeur de l'accompagnement à l'arrêt du tabac.
2. L'**application d'e-coaching Tabac info service**, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France et avec le concours de la Société francophone de tabacologie, se renouvelle et propose un programme d'e-coaching complet et personnalisé pour optimiser les chances d'arrêt définitif du tabac (astuces, vidéos de soutien, suivi des bénéfices de l'arrêt au quotidien...)
3. Santé publique France propose aux participants de les rejoindre sur les **réseaux sociaux**. En s'inscrivant sur les pages [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#), les fumeurs peuvent trouver chaque jour du soutien au sein même de la communauté, des informations utiles et des conseils pour affronter la phase de sevrage.
4. Un **kit d'aide à l'arrêt Moi(s) Sans Tabac** comprenant le programme de 40 jours – *composé de deux phases : 10 jours de préparation et 30 jours de défi* – une roue des économies et aussi cette année deux flyers d'informations, l'un détaillant les différents outils disponibles pour arrêter de fumer et l'autre expliquant comment avoir recours à un professionnel de santé pour accompagner l'arrêt

6ème #MoisSansTabac : une édition spéciale pour une année spéciale



La crise sanitaire ne permet pas de mettre en œuvre toutes les actions habituelles, mais néanmoins les professionnels de santé s'adaptent et restent mobilisés !

La 6ème édition de #MoisSansTabac met à l'honneur ses anciens participants devenus ex-fumeurs, afin de favoriser le partage d'expériences.

A travers des témoignages, des portraits, des anecdotes, chacun sera en mesure de se retrouver et se projeter dans les différentes étapes du sevrage, puis dans une vie sans tabac.

Chaque jour, Santé publique France propose également des conseils, activités, challenges pour accompagner les participants. Disponible dans le **kit #MoisSansTabac**, en stories **#monprogrammesanstabac** sur la page **Instagram Tabac Info Service**, ou **par mail**, le public recevra quotidiennement son **boost de motivation**.

#MoisSansTabac : ça marche !

- **Focus sur tabac et crise sanitaire**

Les 5 premières éditions de #MoisSansTabac ont enregistré plus de **900 000 inscriptions, dont 125 000 en 2020, malgré le contexte de crise sanitaire**. 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 Tabagisme (PNLT).

Cependant, l'enquête CoviPrev du 30 mars au 1er avril 2020, a permis de renseigner les évolutions de la consommation de tabac deux semaines après le début du premier confinement. Parmi les 21,2% de fumeurs dans l'échantillon interrogé, 27% déclaraient que leur consommation de tabac avait augmenté depuis le confinement.

L'augmentation de la consommation de tabac était plus fréquemment mentionnée par les 25-34 ans (41 %) et les actifs travaillant à domicile (37%).

En savoir plus : <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/covid-19-une-enquete-pour-suivre-l-evolution-des-comportements-et-de-la-sante-mentale-pendant-l-epidemie>

Le Moi(s) Sans Tabac est donc l'occasion de reprendre de bonnes habitudes et de mobiliser un maximum de personnes souhaitant arrêter de fumer ! Alors en novembre, on arrête ensemble !

- **Des outils qui ont prouvé leur efficacité**

#MoisSansTabac est une opération qui rassemble mais aussi et surtout constitue un programme qui a fait ses preuves. **Près de 380 000 fumeurs ont fait une tentative d'arrêt suite à la première édition de #MoisSansTabac** ; des résultats soulignés par le Baromètre de Santé publique France 2017.

Plus intéressant : un an après l'opération, environ 6% à 10% des anciens fumeurs étaient toujours abstinents, contre des taux atteignant habituellement les 3 à 5% pour des tentatives d'arrêts sans aide extérieure, d'après les études scientifiques.

Ainsi, arrêter de fumer lors de l'opération multiplie par deux la réussite du sevrage tabagique à un an. L'accompagnement fait toute la différence : 67% de fumeurs ont eu recours à un professionnel de santé ou à une aide - cigarette électronique, substituts nicotiniques...- durant leur tentative d'arrêt en lien avec #MoisSansTabac en 2016.

- **Des fumeurs qui ont de plus en plus recours aux substituts nicotiniques pour arrêter de fumer**

Les traitements par substituts nicotiniques (TSN) ont prouvé leur efficacité dans l'arrêt du tabac. Ils sont remboursés par l'Assurance Maladie, sur prescription, depuis 2018.

Depuis la première opération de Moi(s) sans tabac, on observe que le remboursement de ces traitements augmente particulièrement à l'automne, et ce dès le mois d'octobre et durant toute l'opération Mois sans tabac.

En 2020, environ un million de personnes en France ont eu recours à ces traitements pour arrêter de fumer, ce chiffre a triplé en 3 ans, notamment grâce à leur remboursement.

Par ailleurs, les professionnels de santé sont de plus en plus nombreux à prescrire ces traitements: en 2019, près de 100 000 professionnels de santé différents (médecins, infirmiers, sages-femmes, chirurgiens-dentistes, kinésithérapeutes) ont prescrit des substituts nicotiniques à leurs patients, un nombre en augmentation de près de 60 % en 2 ans.

Pour l'année 2020 en Grand Est, ce sont 322260 substituts nicotiniques qui ont été prescrits à près de 77000 patients, dont 49,2% soit 154 986 TSN concentrés dans 3 départements de la région (16,5% en Meurthe-et-Moselle/ 16,2% en Moselle/ 15,5% dans le Bas Rhin).

L'évolution du nombre de substituts nicotiniques prescrits par département (08/2020>08/2021) est particulièrement marquée pour l'Aube (+14,9%), les Vosges (+10,3%) et la Meuse (+7%), avec une baisse pour le Bas Rhin (-2,1%) et la Haute Marne (-0,9%).

On note une augmentation de 5% en moyenne par prescripteur pour cette même période. (08/2020>08/2021). Les évolutions les plus importantes sont à noter chez les infirmiers (+13,5%), les kinésithérapeutes (11,1%) et les chirurgiens-dentistes (-7,5%), sachant que les médecins concentrent 97,4% des patients, soit 74758 sur les 76773 au total ayant bénéficié de cette prescription (Données Assurance Maladie Grand Est 02/10/21).

- **Les bénéfices de l'arrêt du tabac**

L'arrêt du tabac, s'il est difficile, réserve souvent de bonnes surprises. Quelle que soit la quantité de tabac consommée et même si on a fumé très longtemps, il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

Les premiers bénéfices de l'arrêt du tabac sont quasi immédiats.

- **20 minutes après la dernière cigarette,** la pression sanguine et les pulsations du cœur redeviennent normales.
- **8 heures après la dernière cigarette,** la quantité de monoxyde de carbone dans le sang diminue de moitié. L'oxygénation des cellules redevient normale.
- **24 heures après la dernière cigarette,** le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà. Les poumons commencent à éliminer le mucus et les résidus de fumée. Le corps ne contient plus de nicotine.
- **48 heures après la dernière cigarette,** le goût et l'odorat s'améliorent. Les terminaisons nerveuses du goût commencent à repousser.
- **72 heures après la dernière cigarette,** respirer devient plus facile. Les bronches commencent à se relâcher et on se sent plus énergique.
- **2 semaines à 3 mois après la dernière cigarette,** la toux et la fatigue diminuent. On récupère du souffle. On marche plus facilement.
- **1 à 9 mois après la dernière cigarette,** les cellules des cils bronchiques repoussent. On est de moins en moins essoufflé.
- **1 an après la dernière cigarette,** le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié. Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur.
- **5 ans après la dernière cigarette,** le risque de cancer du poumon diminue presque de moitié.
- **10 à 15 ans après la dernière cigarette,** l'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé.

Le #MoisSansTabac 2021

Les points forts de la 6ème édition

- « Le Programme 40 jours », être accompagné, ça change tout !

#MoisSansTabac représente depuis maintenant 6 ans un défi collectif et partagé où l'accompagnement est primordial.

De nombreux témoignages ont souligné la difficulté à rompre seul la dépendance au tabac. Pour accompagner tous les participants et les soutenir au quotidien, Santé Publique France, pour cette 6ème édition, poursuit son programme d'accompagnement sur 40 jours composé de deux phases : 10 jours de préparation et 30 jours de défi où seront proposés chaque jour conseils, activités, challenges et encouragements.



1. 10 jours pour se préparer au sevrage

La phase de préparation avant le sevrage permet aux fumeurs de s'informer, de choisir leur stratégie d'arrêt et de se tenir prêts à affronter chaque étape du sevrage tabagique.

10 jours pour :

- **Définir ses motivations.** Définir les motivations à l'arrêt du tabac est le premier pas primordial à la préparation du défi.
- **Découvrir son profil de fumeur.** En tenant un journal de bord, comprendre sa consommation de tabac sera décisif pour se lancer dans le défi.
- **Tester sa dépendance** physique au tabac. Le test de Fagerstörn permet de tester sa dépendance physique au tabac et par conséquent choisir la meilleure stratégie d'arrêt.
- **Informé autour de soi.** Informer ses proches est un premier pas dans le défi.

Cet accompagnement sur 10 jours pour la phase de préparation est un des leviers sur lequel compte Santé publique France pour permettre au plus grand nombre de réussir le défi.

2. 30 jours pour arrêter de fumer

Le Challenge commence maintenant !

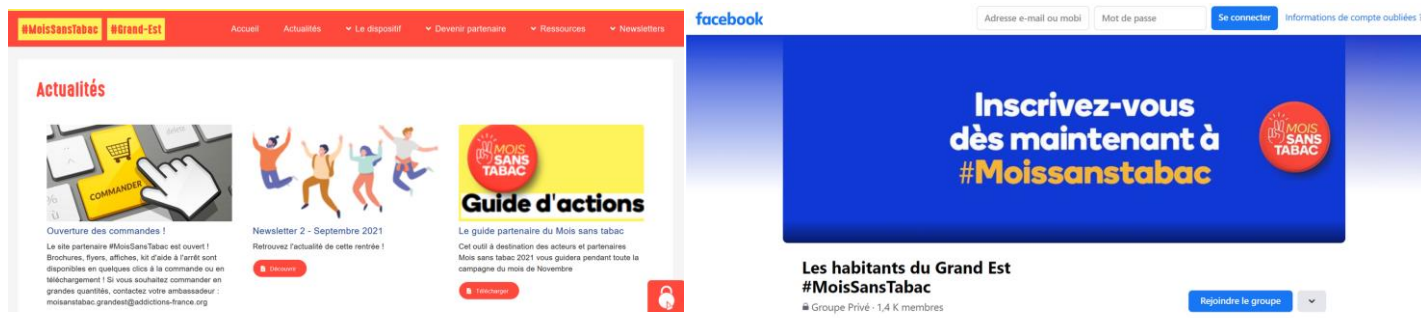
Durant 30 jours, Santé publique France accompagne les participants de manière renforcée avec un programme de coaching journalier proposant un défi, un conseil de tabacologue ou une astuce pour tenir le cap.

30 jours de défis, conseils et bonnes pratiques : faire de l'exercice, changer ses habitudes, prendre le temps de se relaxer, apprendre à refuser une cigarette, se changer les idées... Ce sont des défis au quotidien qui permettent de découper le grand défi de 30 jours en 30 défis plus simples à relever.

- **#MoisSansTabac : des outils pour garder le lien**

L'opération #MoisSansTabac compte chaque année de plus en plus de participants formant une communauté pour laquelle le lien, le partage d'expérience et d'astuces sont primordiaux pour réussir à surmonter l'envie de fumer. C'est en ce sens que Santé publique France a développé un ensemble d'outils pour permettre aux fumeurs de se sentir accompagnés et guidés.

1. Moi(s) sans tabac en Grand Est, des outils digitaux pour être accessible à tous !



Pour cette édition 2021, le Moi(s) sans tabac en Grand Est s'appuie sur de nombreux outils digitaux afin de proposer une campagne dématérialisée mais accessible à tous et à tout moment !

Retrouvez le nouveau site www.mois-sans-tabac-grandest.fr

Il propose toutes les actualités nationales mais aussi régionales et est également l'interface avec les professionnels, acteurs de la campagne qui peuvent **s'inscrire aux newsletters** et prendre contact avec l'ambassadeur Mois sans tabac et **les référents territoriaux**.

Des webinaires pour se former et s'informer

Toujours à destination des acteurs du Moi(S) sans Tabac en région, **un cycle de webinaires**, mis en place en amont de la campagne et tout au long du mois de novembre, **est disponible et accessible en ligne**, afin que tous les acteurs puissent s'enrichir pour mener à bien leurs interventions dans le cadre du dispositif.

Des actions menées sur les réseaux sociaux régionaux



Compte tenu de l'actualité sanitaire, la communication régionale est centrée, pour cette année encore, sur **le déploiement d'actions menées sur les réseaux sociaux (@Instagram et #Facebook)**.

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

Témoignages, experts : retrouvez les vidéos du MoST Grand Est 2020 sur le compte Instagram [moisanstabacgrandest](https://www.instagram.com/moisanstabacgrandest)

Cliquez sur les liens pour accéder au vidéos

- 1 : https://www.instagram.com/tv/CHP-qzCgSYu/?utm_source=ig_web_copy_link
- 2 : https://www.instagram.com/tv/CHXUs7ZAeBM/?utm_source=ig_web_copy_link
- 3 : https://www.instagram.com/tv/CHe9-jvAxnG/?utm_source=ig_web_copy_link
- 4 : https://www.instagram.com/tv/CHpMb68gTLb/?utm_source=ig_web_copy_link
- 5 : https://www.instagram.com/tv/CHu1ZleAbpU/?utm_source=ig_web_copy_link
- 6 : https://www.instagram.com/tv/CH7Ok1A5Hx/?utm_source=ig_web_copy_link
- 7 : https://www.instagram.com/tv/CIFhVltgTYX/?utm_source=ig_web_copy_link
- 8 : https://www.instagram.com/tv/CINNeY5A3iv/?utm_source=ig_web_copy_link





Une nouveauté pour cette année !

L'équipe Moi(s) sans tabac Grand Est s'entoure de « **patients experts** » qui animent les réseaux sociaux en se basant sur leur expérience de l'arrêt du tabac.

Ces patients experts sont sensibilisés et accompagnés par des professionnels afin de faciliter et cadrer leurs interventions sur le groupe Facebook.

Enfin, des « lives » hebdomadaires seront proposés pendant tout le mois de novembre afin d'évoquer les sujets qui peuvent préoccuper lors d'un arrêt du tabac.

2. Et toujours, des outils nationaux, plus qu'essentiels

• L'application Tabac Info Service

L'application d'e-coaching Tabac Info Service, conçue par l'Assurance Maladie en partenariat avec Santé publique France et avec le concours de la Société Francophone de Tabacologie, propose, quant à elle, un programme d'e-coaching 100% personnalisé, des conseils, des astuces et des mini jeux comme des vidéos de soutien.

Grâce à un tableau de bord, les participants peuvent visualiser les bénéfices sur leur santé et les économies réalisées en temps réel. Sur l'application, les fumeurs peuvent fixer à l'avance une date d'arrêt de la cigarette et suivre ainsi un compte à rebours pour les motiver.

L'application permet d'accéder à la majorité des contenus sans avoir besoin de s'inscrire, en offrant des informations et activités directement depuis l'écran de la page d'accueil. Elle est enrichie de nouvelles vidéos sur la grossesse et la contraception, et de nouveaux contenus liés à la campagne Mois Sans Tabac.



Les chiffres clés de l'appli

- Plus d'**1 million** de téléchargements depuis la création de l'application
- Plus de **123 000** téléchargements au cours du Mois Sans Tabac 2020
- Plus de **600 000** utilisateurs actifs actuellement

• Le 39 89 : la ligne téléphonique gratuite

Le 39 89 est la ligne téléphonique de Tabac info service, accessible à tous du lundi au samedi, de 8h à 20h. Elle met en relation des fumeurs avec des professionnels de l'arrêt du tabac. Cet échange téléphonique est un accompagnement entièrement gratuit, offrant un suivi personnalisé.



Si le fumeur le souhaite, il peut alors être mis en relation avec un tabacologue. Ensemble, ils peuvent ainsi faire le point sur la consommation quotidienne du fumeur et trouver une stratégie d'arrêt personnalisée. Le participant est accompagné par le même tabacologue, avec des rendez-vous téléphoniques réguliers.

« 87 % des utilisateurs du 39 89 déclarent que ce suivi les a aidés dans leur arrêt du tabac »
(Selon Santé publique France)

- **Toute une communauté en soutien sur les réseaux sociaux !**

Santé publique France propose aux participants de rejoindre les réseaux sociaux dédiés au dispositif. En s'inscrivant sur les pages **Facebook**, **Twitter** et la page **Instagram @tabacinfoservice**, les fumeurs peuvent trouver chaque jour du soutien, des informations utiles et des conseils dans leur tentative d'arrêt.

Ces pages sont alimentées au quotidien avec des vidéos et des posts pour aider les personnes à se détendre, à s'organiser, à modifier leurs habitudes tout en maintenant un lien avec toute la communauté.

Elles sont surtout le lieu d'une communauté échangeant des milliers de commentaires par mois, où l'entraide entre internautes existe. On s'y soutient, on s'encourage, on partage ses trucs et astuces en cas de forte envie de fumer... Et cette communauté virtuelle a des effets bien réels. Les réseaux sociaux mettent notamment régulièrement à l'honneur les témoignages postés par d'anciens fumeurs (de fraîche date, ou de plus longue).

3. #MoisSansTabac : l'appel à projet de l'Assurance maladie

En complément du dispositif de communication, l'Assurance Maladie a renouvelé cette année encore son appel à projets pour des actions financées par le fonds de lutte contre les addictions

Son objectif : financer des initiatives locales et les actions de terrain des caisses d'assurance maladie et de leurs partenaires, en privilégiant l'accompagnement des fumeurs dans leur démarche de sevrage pendant Moi(s) sans tabac : consultations individuelles, ateliers collectifs, remises gratuites de substituts nicotiniques...

Malgré la crise sanitaire, l'implication des caisses primaires est restée très forte puisque 90 % d'entre elles ont soutenu des projets : 93 Caisses Primaires d'Assurance Maladie (CPAM) ainsi que les Caisses Générales de Sécurité Sociale (CGSS) (Guadeloupe, la Martinique et la Réunion) ont mobilisé leurs équipes et leurs partenaires pour porter **plus de 400 opérations sur l'ensemble du territoire lors de l'édition 2020**, avec près de 2 millions d'euros de subventions accordées.

Dans le cadre de l'appel à projets « **Moi(s) sans tabac 2021** », **plus de 300 projets d'aide à l'arrêt du tabac ont été retenus cette année**, témoignant d'une belle mobilisation pour cette 6ème édition du Mois sans Tabac. **Cette année, l'Assurance maladie finance 21 projets dans la région Grand Est, pour un montant de 128 989 €.**

Le #MoisSansTabac en Grand Est

En Grand Est, plusieurs actions et projets sont également mis en œuvre au niveau régional pour accompagner les fumeurs dans leur tentative d'arrêt.

- **En Grand Est, tous acteurs de #MoisSansTabac !**

En tant qu'ambassadeur régional de #MoisSansTabac, **Association Addictions France** a pour mission d'animer, de sensibiliser et de mobiliser les habitants du Grand Est tout au long de la phase préparatoire, puis d'accompagner et d'encourager les participants lors du défi.



Un réseau de partenaires de plus en plus dense

Le mouvement **#MoisSansTabac** réunit des acteurs publics, privés, nationaux et régionaux qui s'impliquent sur le terrain, auprès de leurs salariés, administrés, adhérents, patients... En région Grand Est, de nombreux partenariats ont été noués.

Toutes les structures participantes, depuis la 1ère édition jusqu'à aujourd'hui, environ 450 structures s'engagent *a minima* à relayer la campagne via de l'affichage et en mettant à disposition des brochures et flyers.

Tout comme en 2020, les actions sont conduites en 2021 dans le respect des mesures barrières.

Plus de renseignement sur le site > [Mois sans tabac Grand Est : www.mois-sans-tabac-grandest.fr](http://www.mois-sans-tabac-grandest.fr)



• La lutte contre le tabagisme, une priorité pour l'ARS Grand Est

Conformément au [Programme National de Réduction du Tabagisme \(PNRT\) 2014-2019](#) et au [Programme National de Lutte contre le Tabac \(PNLT\) 2018-2022](#), l'ARS Grand Est a fait de la lutte contre le tabac un objectif prioritaire de son [Projet régional de santé \(PRS\) 2018-2022](#).

En Grand Est, le [programme régional de lutte contre le tabac de lutte contre le tabac \(PRLT\)](#) est décliné en 3 axes :

1. Protéger les jeunes et éviter l'entrée dans le tabac
2. Aider les fumeurs à arrêter de fumer
3. Créer un environnement favorable.

• Grossesse et Tabac : un bon moment pour arrêter de fumer !

Fumer durant la grossesse comporte des risques pour la grossesse elle-même et pour le développement du fœtus. Si arrêter de fumer est toujours un défi, l'arrivée d'un enfant peut être un moment propice pour le relever.

Si 1/3 des femmes enceintes parvient à arrêter complètement la cigarette pendant la grossesse, elles sont encore plus de 17 % à déclarer fumer quotidiennement au troisième trimestre de grossesse.

Or, fumer durant sa grossesse n'est pas sans risque. Les conséquences peuvent même s'avérer graves pour la mère et l'enfant : fausse couche, faible poids de l'enfant à la naissance, accouchement prématuré...

Il est donc important d'aider les femmes enceintes à saisir l'opportunité de la grossesse pour envisager l'arrêt de leur consommation de tabac.

Mais cela ne s'arrête pas à la grossesse....

A la naissance de l'enfant, il est important de poursuivre l'arrêt du tabac, tant pour les parents et l'entourage que pour le nouveau-né, afin d'éviter de l'exposer au tabagisme passif.

Après l'accouchement : attention à la reprise !

En effet, parmi les femmes ayant arrêté de fumer pendant leur grossesse, plus de la moitié déclarent reprendre à la naissance de leur enfant.

Des professionnels pour aider les patientes et leur entourage

Les médecins, les sages-femmes, mais aussi les masseur-kinésithérapeutes... tous les professionnels qui côtoient les futurs et jeunes parents peuvent les aider et les orienter !

C'est pourquoi l'ARS Grand Est continue à mettre l'accent sur « tabac et grossesse », en mobilisant les maternités et les PMI du Grand est pour porter ce message à toutes les femmes suivies et leur entourage.

Pour inscrire Mois sans Tabac dans cette dynamique, de nombreux professionnels du champ de la périnatalité se mobilisent en Grand Est : maternités, service de PMI, sages-femmes libérales....

Santé publique France met à disposition des professionnels de santé une plateforme partenaire permettant de commander ou de télécharger l'ensemble des outils de sensibilisation (affiches, flyers...) et de distribuer ou mettre à disposition de leurs patients des « kits participants ».



Des outils spécifiques sont disponibles sur le site web de Tabac info service :
<https://www.tabac-info-service.fr/J-arrete-de-fumer/Grossesse-sans-tabac>

• Des projets phares en région Grand Est

1. Lieu de santé sans tabac (LSST) : une politique active contre le tabac

Devenue priorité nationale en 2018, la stratégie « Lieu de santé sans tabac (LSST) » bénéficie du soutien financier du Fonds de lutte contre le tabac.

Dans le cadre de l'AAP « Fonds Addictions 2021 », l'ARS a mis en place une politique pour faciliter et accélérer le déploiement des LSST : un cahier des charges spécifiques et simplifié, un dossier de candidature pré-rempli, des financements dédiés, une démarche active de promotion de cette politique....

> En savoir plus : [visionnez la vidéo sur la promotion des LSST en Grand Est](#)

En janvier 2022, un colloque est prévu en Grand Est pour tout acteur désireux de s'impliquer dans la démarche LSST : rendez-vous le jeudi 20 janvier 2022 au palais des congrès de Metz
Consultez > le Pré-Programme (<https://www.respadd.org>) sur le site du RESPADD

2. Villes Pilotes sans tabac : le Grand Est pionnier

Le projet continue !

Avec l'appui de l'Agence Régionale de Santé du Grand Est (ARS Grand Est), de la [Mission Interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives \(MILDECA\)](#) et soutenues par leur population, des villes de la région Grand Est : **Joinville (52)**, **Thionville (57)**, **Mulhouse (68)** participent au **projet expérimental «Ville Libre Sans Tabac»** dont le lancement a eu lieu en novembre 2020 à l'occasion du « Mois Sans Tabac ».

Financé dans le cadre de l'appel à projet Fonds Tabac de 2018, le projet « Villes pilotes sans tabac » porté par l'association GEST (Grand Est Sans Tabac) consiste à expérimenter l'engagement de villes dans la lutte contre le tabac à travers différentes actions et projets.

Une Ville Libre Sans Tabac est une ville où toutes les mesures démontrées comme efficaces pour lutter contre le tabac et améliorer la qualité de vie des habitants sont mises en œuvre de manière coordonnée. L'enjeu principal de ce projet est de s'inscrire dans la perspective d'une **génération sans tabac prévue pour 2030** et de travailler à sa réalisation.

Toutes les informations sur le site dédié : <https://cnct.fr/ville-libre-sans-tabac/>



Beaucoup d'autres projets se développent en Grand Est, montrant un dynamisme fort des acteurs dans la lutte contre le tabac :

- Espace sans tabac
- Université sans tabac
- Prison sans tabac....

Et, à travers le Fonds Addictions 2021, d'autres sont à venir !

• L'ARS Grand Est : s'engager à devenir une ARS sans tabac



Soucieuse de l'environnement professionnel et du bien-être de ses agents, l'ARS Grand Est s'est engagée depuis le 1er janvier 2020 dans une démarche d'établissement public sans tabac.

Cette dynamique collective s'adresse à tous, fumeurs comme non-fumeurs. « **ARS sans tabac** » ne veut pas dire ARS « 0 fumeur », mais signifie que l'ARS souhaite contribuer à la dénormalisation du tabac avec une approche positive et en aucun cas stigmatisante.

L'objectif est que le lieu de travail ne favorise pas le tabagisme mais au contraire, apporte un soutien à ceux qui souhaiteraient arrêter de fumer. De plus, chaque agent peut bénéficier, pour lui-même ou son entourage, d'explications, d'informations, de conseils en lien avec le tabac.

A cette fin, l'ARS permet à ses agents de bénéficier de consultations auprès de tabacologues et/ou de diététiciens, de participer à des conférences en lien avec le tabac, d'avoir une réflexion sur les espaces fumeurs. Cet engagement est matérialisé par, l'intégration du label « ARS sans tabac » dans les supports de communication.

Objectif 2021 : pérenniser la démarche au sein de l'ARS, produire une charte et un guide pour promouvoir cette démarche auprès des autres institutions et partenaires du Grand Est

- La démarche "ARS sans Tabac" en Grand Est : <https://www.grand-est.ars.sante.fr/la-demarche-ars-sans-tabac-en-grand-est>



Le Tabac en France & en Grand Est

Au niveau national

Santé publique France publie régulièrement des données sur le tabagisme.

- ➔ Sur leur site, dans le dossier Tabac : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac>
- ➔ Bulletin épidémiologique hebdomadaire, 26 octobre 2021, n°16 : [Tentatives d'arrêt du tabac pendant l'opération Mois sans tabac \(2016-2019\) : résultats des Baromètres santé de Santé publique France](#)
- ➔ Publication à l'occasion la Journée mondiale sans tabac du 31 mai 2021 : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/tabac/documents/magazines-revues/bulletin-epidemiologique-hebdomadaire-26-mai-2021-n-8-journee-mondiale-sans-tabac-2021>

En Grand Est

Si la région Grand Est a vu la prévalence du tabagisme baisser en 2017, la région compte une des proportions de fumeurs quotidiens parmi les plus importantes de France métropolitaine (4^{ème} rang derrière PACA, HDF et Occitanie) : 30.1% des 18-75 ans fument quotidiennement contre 27% au niveau national.

Ces constats doivent inciter à poursuivre les actions engagées pour lutter contre le tabac et aider les fumeurs à s'arrêter. C'est d'autant plus important que 55% des fumeurs interrogés déclarent avoir envie d'arrêter de fumer.

En région Grand Est, on note une forte consommation de tabac chez les femmes, inférieure à celle des hommes mais qui dépasse la moyenne nationale et est responsable d'une augmentation du nombre de cancers du poumon et d'infarctus du myocarde chez les femmes. Ainsi, entre 2005 et 2010, on a observé chez les femmes une augmentation de 20 % du nombre de cancers du poumon. La proportion de femmes victimes d'un infarctus avant 50 ans est passée de 3,7 % en 1995 à 11,2 % dix ans plus tard et 85 % des femmes qui font un infarctus sont des fumeuses.

En 2017, en région Grand Est, l'expérimentation d'un produit du tabac chez les adolescents de 17 ans est moins fréquente qu'au niveau national (56,6 % contre 59%). De même l'usage quotidien de tabac concerne 23.5% des jeunes de 17 ans, ce qui reste inférieur à la moyenne métropolitaine de 25.6% et correspond à une baisse de 7 points par rapport à 2014.

Toutefois ces chiffres ne doivent pas faire oublier que la région Grand Est reste une des régions où la part des adolescents installés dans une consommation intensive est parmi les plus importantes, avec 6.3% des jeunes de 17 ans qui fument quotidiennement au moins dix cigarettes par jour.

Enfin, le tabac est un marqueur social, comme le prouvent les chiffres suivants : en 2017, en Grand Est, les taux de fumeurs étaient plus élevés parmi les personnes ayant un niveau d'étude inférieur au baccalauréat (35.2% de fumeurs quotidiens, contre 21.8% chez les personnes ayant un niveau d'étude supérieur au baccalauréat). De même, la proportion de fumeurs quotidiens était plus élevée chez les personnes ayant un faible niveau de revenu (38,6% de fumeurs parmi le premier tercile de revenus – les plus faibles, contre 21.7% pour le dernier tercile – revenus les plus hauts).

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



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.

¹ Source BEH – Santé publique France – N° 29/05/2018 Journée mondiale sans tabac

¹ Source : enquête Escapad 2017 – OFDT

¹ Santé publique France - Bulletin de santé publique – Janvier 2019 – Grand Est

- ➔ Des analyses régionales sont régulièrement mises à jour par l'équipe de SPF en région Grand Est : <https://www.santepubliquefrance.fr/regions/grand-est/documents/bulletin-regional/2021/bulletin-de-sante-publique-tabac-dans-le-grand-est.-fevrier-2021>
- ➔ Le Bulletin de l'ORS (Observatoire régional de santé) "Tabagisme en Grand Est" (2020) : <https://www.santepubliquefrance.fr/regions/grand-est/documents/bulletin-regional/2019/bulletin-de-sante-publique-tabac-dans-le-grand-est.-janvier-2019>

