

Provence-Alpes-Côte d'Azur

Document destiné aux professionnels



Novembre 2021

6^e édition

**Une participation
sur tous les territoires**

-  [Mois sans tabac, une opération probante](#) (Page 2)
-  [Campagne 2021, l'accompagnement des fumeurs](#) (Page 3)
-  [Communication à tous les étages](#) (Page 4)
-  [Résultats nationaux](#) (Page 6)
-  [Bilan régional](#) (Page 7)
 -  [Partenaires régionaux : qui sont-ils ?](#) (Page 8)
 -  [Acteurs en Bouches-du-Rhône et Alpes-de-Haute-Provence](#) (Page 9)
-  [En patientant](#) (Page 10)
-  [Offre renforcée pour les professionnels](#) (Page 11)
-  [Pilotage et réseaux](#) (Page 12)

Dans ce document,  **cette main vous guide** vers d'autres informations. Cliquez sur le texte souligné qui la suivra.



Mois Sans Tabac : une opération probante



Le modèle anglais est une référence.

« Moi(s) sans tabac » est une campagne de marketing social inspirée de la campagne « Stoptober » promue par le PHE (Public Health England) depuis 2012 et **dont l'efficacité avait été prouvée en Grande-Bretagne** avec 350 000 tentatives d'arrêt du tabac en plus au mois d'octobre lors de la première édition, comparé aux années précédentes.

[📄 De « Stoptober » à « Mois sans tabac » : comment importer une campagne de marketing social](#)

1,8 million de tentatives d'arrêt du tabac entre 2016 et 2019 en France

Sur l'ensemble de la période 2016-2019, environ 1,8 million de tentatives d'arrêt étaient attribuables à Mois sans tabac, soit **plus du double du nombre d'inscriptions en ligne à l'opération** (n784 874). Cela signifie que l'impact de l'opération va au-delà des seuls inscrits en ligne et qu'il est utile de disposer d'un outil de suivi de ses effets sur les tentatives d'arrêt réalisées par les fumeurs en population générale.



[📄 Pour aller plus loin, lire le bulletin en entier](#)

En Provence-Alpes-Côte d'Azur, les fumeurs sont plus nombreux à s'inscrire.

**En 2018, 1,6 % des fumeurs
quotidiens en Paca étaient
inscrits au Mois sans Tabac.**

BSP Provence-Alpes-Côte d'Azur
Bulletin de santé publique. Février 2021.

- En 2017, la consommation moyenne de cigarettes manufacturées parmi les fumeurs quotidiens en région Paca était de 10 par jour, plus élevée que la moyenne nationale (8,4). A l'inverse, la consommation de cigarettes roulées était plus faible (3 vs 4,4 par jour).
- En 2017, la prévalence de l'usage de la chicha était de 3 % en Paca vs 2,3 % en France métropolitaine.
- Lors du premier confinement de la 1^{ère} vague de l'épidémie de COVID-19, 27 % des fumeurs interrogés déclaraient que leur consommation de tabac avait augmenté depuis le confinement (France métropolitaine – étude CoviPrev)
- En 2015, la fraction de décès attribuable au tabagisme chez les femmes était plus élevée en Paca que celle de la moyenne nationale (7,8 % vs 6,9 %), tandis qu'elle était proche de la moyenne nationale chez les hommes (19,1 % vs 19,3 %)
- En 2015, 25 % des décès en Paca étaient attribués au tabagisme avant l'âge de 65 ans contre 11 % après 65 ans.

[📄 Bulletin en ligne avec toutes les informations](#)



Campagne 2021, l'accompagnement des fumeurs

Le conseil d'un professionnel augmente de 70 %
les chances de réussir à arrêter de fumer.



Des consultations offertes sur le site internet

4 propositions avec prise de rendez-vous ont été offertes aux personnes inscrites au défi collectif :

- Chez un médecin généraliste ou un professionnel de santé
- Auprès d'un tabacologue ou dans un centre de tabacologie ☎ [Annuaire en ligne](#)
- Dans un espace événement Mois sans tabac
- Au téléphone au 39 89

39 89

UN ACCOMPAGNEMENT TÉLÉPHONIQUE
Au 39 89, un tabacologue vous accompagne gratuitement tout au long de votre arrêt grâce à plusieurs rendez-vous. Il répond à vos questions et met en place avec vous un programme personnalisé du lundi au samedi, de 8h à 20h.

UN COMPTE INSTAGRAM
Booster votre motivation grâce à nos posts et nos stories et découvrez en détails les différents outils sur notre compte @tabacinfoservice.

UNE PAGE FACEBOOK : TABAC INFO SERVICE #MOISSANSTABAC
Dédiée à tous les anciens fumeurs ou les personnes désirant arrêter la cigarette, vous pouvez y partager des astuces, vos doutes et inquiétudes et bénéficier d'expériences d'anciens fumeurs grâce à de nombreux témoignages.

LE SITE
Trouvez les réponses à vos questions sur le tabac et ses effets, renforcez votre motivation et découvrez les différentes stratégies d'arrêt sur tabac-info-service.fr

LE PROGRAMME 40 JOURS
40 pages avec chaque jour un conseil, un défi ou une info pratique pour vous aider à tenir bon au quotidien. 10 jours pour bien se préparer et 30 jours pour persévérer.

LA ROUE DES ÉCONOMIES
Ce n'est pas une roue de la fortune ! C'est une roue qui vous aide à calculer le montant économisé lorsque vous arrêtez de fumer. Avec elle, vous êtes sûr de gagner à tous les coups !

L'APPLI
Un soutien personnalisé à portée de mains. Suivez quotidiennement vos progrès grâce à votre tableau de bord ! Et si vous avez peur de craquer, retrouvez des conseils pour vous aider.

☎ [Cet accompagnement existe toute l'année.](#)



Communication à tous les étages

Communication #MoisSansTabac 2021 - Articulation plan national et régional

Août

Septembre

Octobre

Novembre

Décembre

Plan national

Commande outils TIS
20 sept.

Campagne média de recrutement des fumeurs
du 3 au 30 oct.

Affichage pharmacies, centres commerciaux et commerces
de proximité à partir du 11 oct.

Live Facebook - TIS - Ketty Deleris
1^{er} nov.

Accompagnement des fumeurs
Opération spéciale : la télévision s'engage avec des animateurs
du 17 oct. au 2 déc.

Actions digitales :
félicitations des participants
du 1^{er} au 12 déc.

Plan régional

Comité de pilotage régional
15 juillet 2021

Comité de pilotage régional
8 octobre 2021

Comité de pilotage régional
29 avril 2022

17 déc.

Webinaires du CRES du 17 déc. Au 2 juin

2 juin

Formations des CODES de septembre 2021 à juin 2022

Animation du groupe Facebook Mois sans tabac Les habitants de PACA (tabacologue)

Relais des campagnes TIS sur les réseaux sociaux du 15 oct. Au 7 déc.

Distribution de nouveaux goodies : tirelire et graines à planter

Directs sur France 3 et BFM Marseille

Relations presse
du 25 au 31 oct.

Campagne affichage urbain
partenariat RTM
du 8 nov. Au 14 nov.

Création
d'une vidéo
d'aide au sevrage
tabagique
dans l'application
En patientant
fév. 2022



Réseaux sociaux

Les contenus se partagent facilement et gratuitement, ce qui amplifie la dimension collective du défi.

Facebook est le réseau le plus utilisé par les fumeurs.

Le groupe des Habitants de Provence-Alpes-Côte d'Azur

Le groupe est protégé pour que les membres s'expriment en sécurité. Ils posent leurs questions et se soutiennent.



[Présentation en ligne](#)

Youtube diffuse les campagnes.

Les anciens fumeurs témoignent comme Xavier agriculteur qui a pu réaliser un de ses rêves avec les économies réalisées.

[Voir la vidéo de Xavier](#)

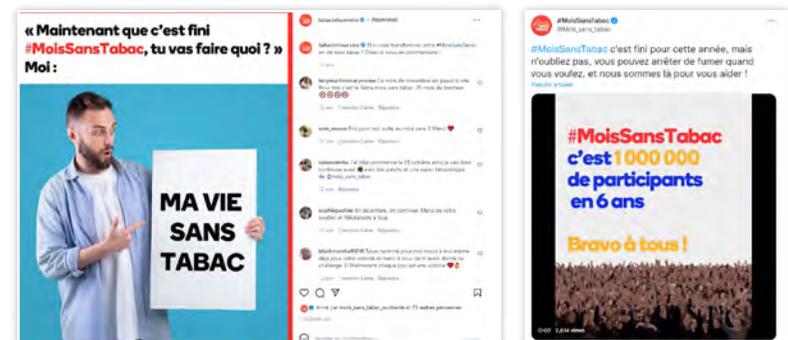


Live Facebook de Kitty



[Suivre la page Tabac Info Service](#)

Twitter et Instagram soutiennent la motivation.



[Compte officiel sur Instagram](#)

[Compte officiel sur Twitter](#)



Résultats nationaux

Chiffres 2021 de la participation au Mois sans tabac fournis par :  Santé publique France

La sixième édition en quelques chiffres



Plus de 90 000 inscrits au programme de soutien par mail



112 933 inscrit en 2021
Plus d'1 millions d'inscrits depuis 2016

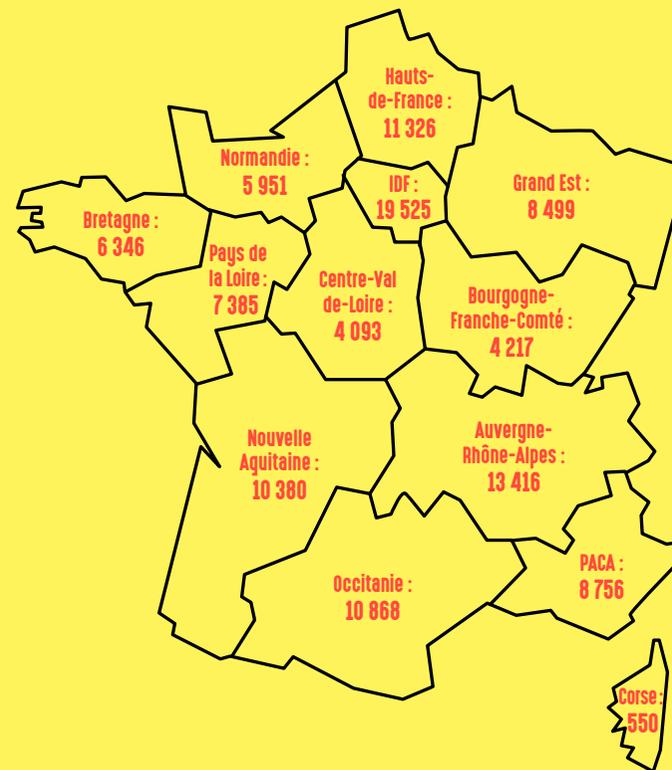


Plus de 80 000 téléchargements de l'application

491 032 kits d'arrêt du tabac commandés par les fumeurs depuis 2016

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Nombre de kits commandés	91 898	66 166	110 164	83 586	49 000	90 218

Une participation sur tout le territoire



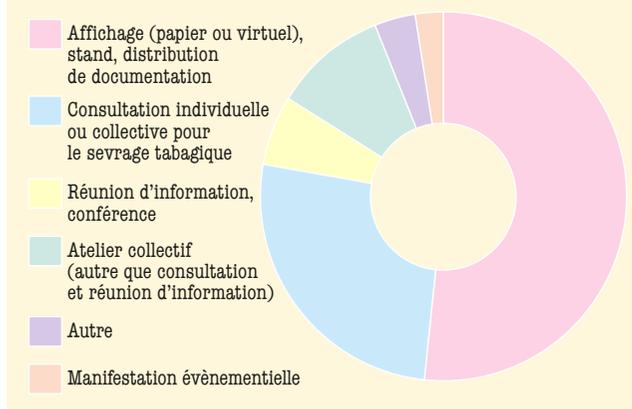
Guadeloupe : 226
Martinique : 158
Guyanne : 61
La Réunion : 795
St-Pierre et Miquelon : 9
Mayotte : 39
Monaco : 11
Wallis et Futuna : 3
Polynésie Française : 90
Nouvelle Calédonie : 191
Code postal mal indiqué : 38



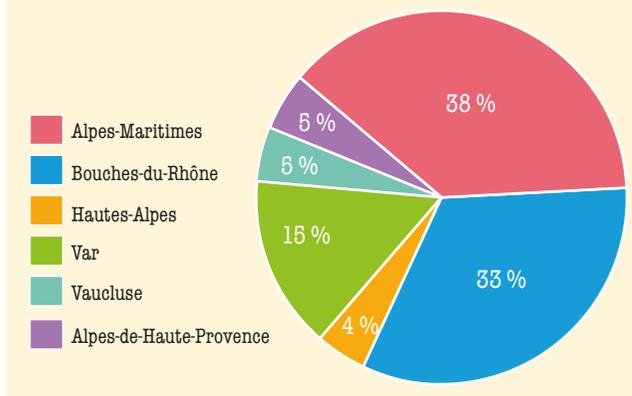
276 partenaires régionaux

Qui sont-ils ?

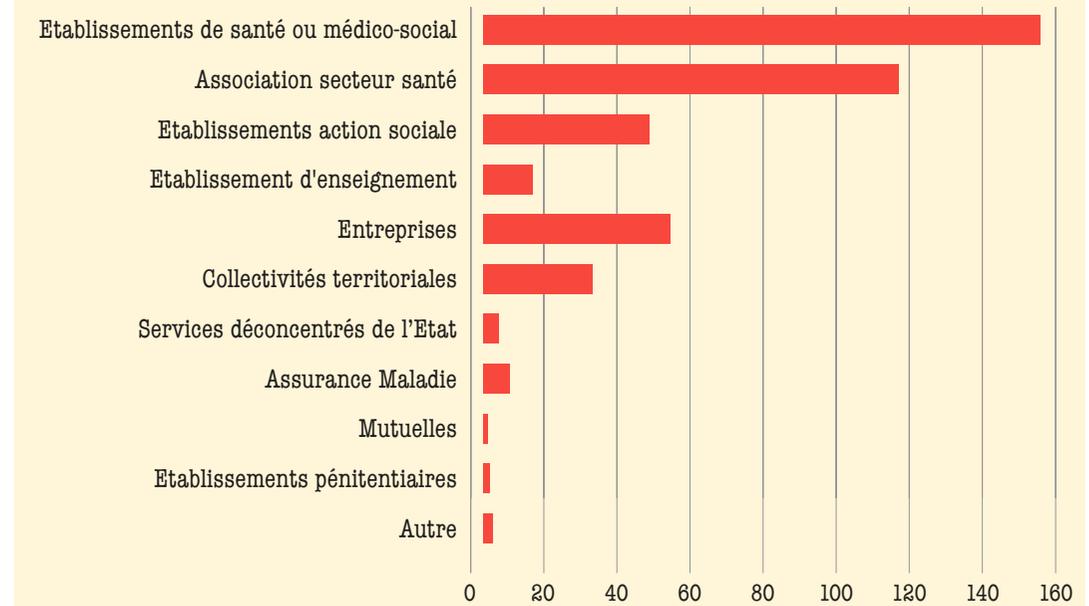
Types d'actions menées en 2021



Répartition des structures par département (%) pour l'année 2021



Répartition des organismes par types avec lesquels des interactions ont eu lieu en 2021



260

commandes d'outils en PACA sur 3 771 commandes au niveau national



12

porteurs financés par l'ARS

11

porteurs financés par l'Assurance maladie



Acteurs

en Bouches-du-Rhône

La Maison de Santé de Gémenos aux couleurs Mois sans tabac



10
patients inscrits
dans la démarche

Pendant tout le mois d'octobre et novembre, toute l'équipe de la MSP de Gémenos a mis en place des actions d'information et de prévention dans le cadre du Mois sans tabac. L'équipe a porté une blouse jaune au couleur du Mois sans tabac pour susciter l'intérêt et d'ouvrir la discussion.

Un large planning de consultations individuelles et de groupe a été proposé afin d'offrir un suivi complet et donner toutes les chances de réussir et de tenir des engagements durablement :

- Tabacologue • Sophrologue • Nutritionniste • Pneumologue
- Hypnothérapeute • Psychologue

Acteurs

en Alpes-de-Haute-Provence

Mois sans tabac au Lycée les Iscles : les élèves et l'infirmière scolaire allient leurs forces

Cette année, la participation des élèves du Lycée les Iscles au Mois sans tabac en tant qu'acteur a été renforcée grâce à l'implication des élèves de la MDL (Maison des Lycéens) dans l'élaboration d'affiches personnalisées Mois sans tabac et la participation aux stands d'informations et d'animations avec l'infirmière scolaire.

143
lycéens
ont participé
à l'évènement



Cocotte en papier



En patientant

« En patientant... j'en apprends plus sur les cancers », est une application pour smartphone conçue par le CRES, financée par la Région, en partenariat avec l'ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur et avec le soutien de l'Institut National du Cancer. Disponible gratuitement sur iOS et Android depuis novembre 2020, elle a pour objectifs de sensibiliser le grand public aux facteurs de risque et de protection des cancers et de favoriser des comportements favorables à sa santé, dans un format ludique.



L'appli propose trois entrées

« **Je m'informe** » donne accès à de courtes vidéos pédagogiques, réalisées en motion design, sur les dépistages du cancer du sein, du colon, de la peau, du col de l'utérus.

« **Je joue** » propose le jeu des risques et des protections : un temps interactif de type serious game, où après avoir choisi son personnage virtuel, le participant évolue dans un univers peuplé de tentations (fumer, boire de l'alcool...) et de protections (avoir une activité physique, manger des fruits et légumes...). Éviter les premiers et attraper les seconds permet d'augmenter la jauge de vie de son personnage.

« **Je me teste** » invite à participer à un quiz pour tester ses connaissances sur de nombreuses idées reçues avec des éléments de réponse commentés et un résultat personnalisé.

Dans le cadre du Mois sans tabac, en 2021, le CRES a complété l'application En patientant avec la création d'une nouvelle vidéo sur l'arrêt du tabac et le parcours d'aide au sevrage tabagique avec un professionnel.



Offre renforcée pour les professionnels

L'accompagnement des partenaires

Les Comités départementaux d'éducation pour la santé, le Souffle 84 et ARCA Sud (ex DICCA13) ont mis en place des actions à l'intention des acteurs de la région :

1. Séances d'information à l'intention des professionnels

2. Formations thématiques

- Formation à l'entretien motivationnel
- Formation à la prescription des traitements de substitution nicotinique
- Formation au repérage précoce et à l'intervention brève

En complément, le CRES a proposé **6 webinaires thématiques** :

- Organisation de la prise en charge des consommations tabagiques et des conduites addictives, entre le secteur libéral, hospitalier et médico-social, Anne-Gaëlle Perrais, ARCA Sud
- Les nouveaux produits du tabac, dits à moindre risque, développés par les industriels du tabac, Clémence Cagnat, Le Souffle 84 / CDMR du Vaucluse
- Tabac et public précaire, Marie Dumoulin, Fédération Addiction
- Modalités de sevrage tabac, évaluation et mise en pratique, Dr Isabelle Weinberg-Ricard, CH Montfavet et Avignon

- Accompagnement au sevrage tabagique chez les jeunes, Dr Pierre Airaudi ARCA Sud
- Tabac et femmes, Dr Thierry Ventre, ARCA Sud

Consulter les webinaires en ligne :  www.youtube.com

La communication en région

Le CRES propose plusieurs outils d'informations aux acteurs de terrain : lettres et flash d'information, communauté de pratiques Talkspirit, site internet Mois sans tabac en région :  www.cres-paca.org, rencontres au sein des structures partenaires.



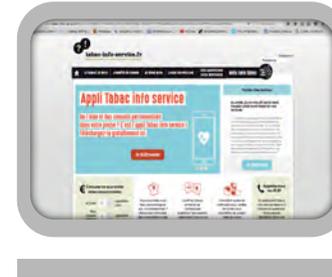


MERCI !
aux partenaires
mobilisés à nos côtés

L'Agence régionale de santé et le Comité régional d'éducation pour la santé Provence-Alpes-Côte d'Azur remercient particulièrement l'Agence régionale de santé et l'association Addictions France de la région Pays de la Loire ayant accepté de mettre à disposition leur synthèse « Mois sans tabac Pays de la Loire - Edition 2021 » pour reproduction et adaptation à la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Suivez l'actualité du Mois sans tabac sur

[Le site de Tabac Info Service](#)



[Le site régional Mois sans tabac](#)



[La page Facebook](#)

Pour contacter l'ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur



cindy.beziat@ars.sante.fr

Pour contacter le CRES



moissanstabac@cres-paca.org

**Rejoignez la communauté de pratiques
Mois sans tabac réservée aux professionnels
pour échanger et vous tenir informé(e)
des dernières actualités en région.**

Demande d'inscription à la communauté de pratiques régionale



moissanstabac@cres-paca.org